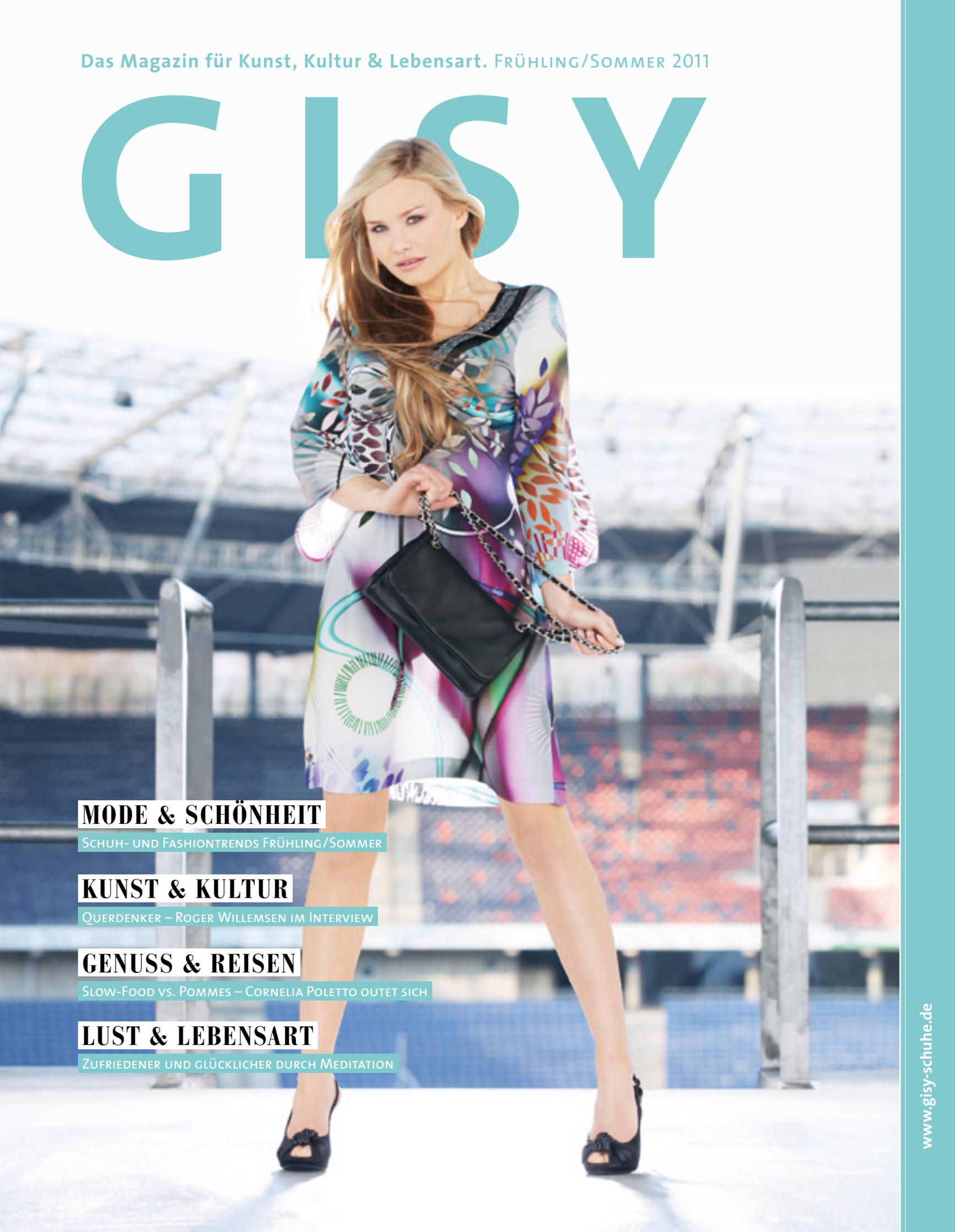


Das Magazin für Kunst, Kultur & Lebensart. FRÜHLING/SOMMER 2011

GISY



MODE & SCHÖNHEIT

SCHUH- UND FASHIONTRENDS FRÜHLING/SOMMER

KUNST & KULTUR

QUERDENKER – ROGER WILLEMSSEN IM INTERVIEW

GENUSS & REISEN

SLOW-FOOD VS. POMMES – CORNELIA POLETTO OUTET SICH

LUST & LEBENSART

ZUFRIEDENER UND GLÜCKLICHER DURCH MEDITATION



spring | summer 2011

www.maripe.com

Maripé®



PETER KAISER
since 1838

www.peter-kaiser.de



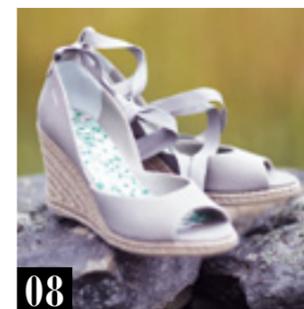
Mein
LIEBLINGSPLATZ.

Liebingsplätze sind ausgesuchte Plätze von besonderer Güte.

In unserem Küchenatelier finden Sie diese Plätze. Mit großer Sorgfalt, Können und einem hohen Maß an Kreativität planen wir für Sie Ihr ganz persönliches Küchenkonzept. Und unsere besten Zutaten „Made in Germany“ machen Ihre neue Küche jeden Tag aufs Neue zum Genuss. **Erleben Sie das gute Gefühl, die richtige Wahl getroffen zu haben.**

MÖBEL
Bohm

Hemmingen – südlicher Stadtrand Hannover



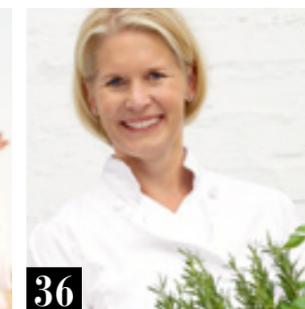
08



22



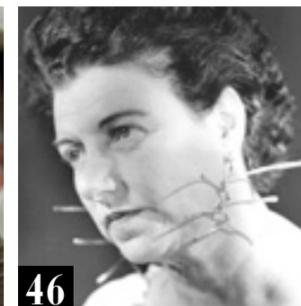
34



36



44



46



48



56

THEMENÜBERBLICK FRÜHJAHR/SOMMER 2011

MODE & SCHÖNHEIT..... 08 EAST COAST CHIC – LABEL-PORTRÄT GANT

10 SEIT GENERATIONEN BELIEBT – ESPADRILLES

12 FUSSREFLEXZONENTHERAPIE – WELLNESS-TIPP

22 FASHIONTRENDS FRÜHJAHR/SOMMER 2011

LUST & LEBENSART..... 34 GLEICHMUT UND GELASSENHEIT – MEDITATION

36 CORNELIA POLETTO – MIT LIEBE UND HINGABE KOCHEN

40 HITS FÜR KIDS – KINDERZEIT IST LESEZEIT

KUNST & KULTUR..... 44 ROGER WILLEMSSEN – DER QUERDENKER

46 PEGGY GUGGENHEIM – SCHRILL, KULTIG, UNVERGLEICHLICH

GENUSS & REISEN..... 48 A LA MILANESE – TOP-ADRESSE FÜR MODE UND KULTUR

56 SÜDFRANKREICH – VON SEGEL- UND URLAUBSTRÄUMEN

Titel:

KLEID von Alcazar, Artikel-Nr. 06.24.231.003.02, **175 €** | **TASCHE** von Abro, Artikel-Nr. 05.24.520.011.01, **149 €** | **SANDALETTE** von Konstantin Starke, Artikel-Nr. 243677, **175 €**

IMPRESSUM

Herausgeber:
GISY GmbH & Co. KG
Georgstraße 27–29 | 30159 Hannover
Telefon (0511) 3 60 90-0 | Fax (0511) 3 60 90-44
www.gisy-schuhe.de

Schuhhaus Juppen | Nachf. Paul Prange GmbH & Co.
Schadowstraße 49/51 | 40212 Düsseldorf
Telefon (0211) 36 15-0 | www.juppen.de

Verlagsleitung: Michael Schenkemeyer

Idee & Konzept: REMMBRAND.
Stefan Remmert | Atelier für Konzeption und Werbung | www.remmbrand.de

Chefredaktion: Stefan Remmert (V.i.S.d.P.)

Cover: Fotograf: Micha Neugebauer | www.michaneugebauer.com | Modelle: Cara und Britta (Serviceagenten), Mirko Slomka | Assistenten: Alexander Mörsch und Greta Lutterbach | Hair/Make-Up: Janine Köhler | Location: AWD-Arena Hannover

Schuhfotos: Micha Neugebauer

Autoren: Helge Neumann, Stefan Remmert, Katharina Sieckmann

Art Direktion, Layout, Satz & Bildbearbeitung:
Gregor Hüttner | REMMBRAND.

Anzeigen: Michael Schenkemeyer, Stefan Remmert

Auflage: 20.000 Exemplare

Das Magazin für Kunst, Kultur und Lebensart erscheint halbjährlich in Hannover und Düsseldorf und wird GISY-Cart-Inhabern postalisch zugestellt.

Es gilt die Anzeigenpreisliste Frühjahr/Sommer 2011. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

EDITORIAL NEUSTE TRENDS IM FRÜHJAHR/SOMMER 2011



Candice Cooper 



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

vor dem Hintergrund der sich immer schneller drehenden Welt wächst in uns die Sehnsucht nach Kontinuität, Gelassenheit und Ungezwungenheit. Dieses Lebensgefühl spiegelt sich selbstverständlich auch in der neuen Mode wider. Leicht, natürlich und unkompliziert, aber mit viel Liebe zum Detail überzeugen die neuen Schuhe für Frühjahr und Sommer 2011.

Für die Damen kommen Keilsandalen auf natürlichen Bastböden, Schaftsandalen passen perfekt zu verkürzten oder gekrempelten Hosen, zu Shorts und kniekurzen Kleidern. Newcomer sind Espadrilles, die mediterranes Flair versprühen. Alles andere als auf dem Holzweg befinden sich dagegen Fashionistas, die im kommenden Sommer auf Clogs und Clog-Sandalen mit rustikalen Holzsohlen, Nägeln und Nieten setzen. Farbe darf im nächsten Sommer natürlich nicht fehlen und wird am liebsten mit natürlichen Holz- und Korkböden kombiniert. Prints und Blumenapplikationen machen Ballerinas sommerfein.

Sportiv präsentiert sich die Herrenschuhmode. Bootsschuhe und Sneaker bestehen neben modernen Desert Boots mit raffinierten Schäften. Helle Gummiböden und genähte Sohlen setzen frische Akzente. Derbys und Brogues werden jung interpretiert und bekommen dank Perforationen und mediterranen Flechtungen eine leichte Note. Die Formen bleiben schmal und enden leicht verrundet.

Eine sommerlich bunte Mischung bietet Ihnen auch die neue Ausgabe unseres Magazins. Neben Artikeln rund um die Mode kommen auch die Themen Genuss, Reisen und Beauty nicht zu kurz. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und freue mich auf Ihren nächsten Besuch in unseren Schuhhäusern und unserem Online-Shop auf www.gisy-schuhe.de oder www.juppen.de.

Herzlichst,

Michael Schenkemeyer
– Verlagsleitung –

EAST COAST CHIC LABELPORTRÄT GANT

Der entspannte Look der amerikanischen Ostküste, das mondäne Leben auf Long Island, der Geist der legendären Universitäten der Ivy-League – das sind die Themen, für die die Marke Gant steht. Auch die Schuhe des Labels sorgen für Furore. Wir stellen die neue Kollektion für Damen und Herren vor.

Text: HELGE NEUMANN | Fotos: PROMO

Die Geschichte von Gant ist die Geschichte vom Amerikanischen Traum: Die Ursprünge der Marke reichen nämlich bis in das Jahr 1914 zurück. In den bewegten Jahren am Anfang des vergangenen Jahrhunderts suchte der junge Ukrainer Bernard Gant sein Glück in New York. Hier, in seiner neuen Heimat, begann der gelernte Schneider bald damit, Hemden herzustellen. Einige Jahre später, nach dem Ende des 2. Weltkriegs, gründete er schließlich in New Haven sein eigenes Unternehmen: Gant Shirtmakers. Die Marke nimmt bis heute für sich in Anspruch, das erste Designerlabel für Herren in den USA zu sein. Seine exklusiven Hemden vertreibt Gant ausschließlich über die renommiertesten Herrenmodehäuser in den USA. Dank Jahrzehnten voller Leidenschaft und Begeisterung, unermüdlichen Engagements und Kreativität wurden sie zum prägenden Bestandteil des typischen Styles der Ostküste, des gleichermaßen edlen wie sportlichen Kleidungsstils der amerikanischen Elite. Eine neue Zeitrechnung begann für Gant im Jahre 1999, als die Schweden Lennart Björk, Klas Käll und Staffan Wittmark in das Unternehmen einstiegen und den Erfolg auf internationaler Bühne vorantrieben. Mittlerweile gehört Gant zur schweizerischen Bekleidungsgruppe Maus Frères S. A., bekannt als Eigentümer des französischen Traditionslabels Lacoste. Nachlesen lässt sich die Geschichte des Unternehmens übrigens in dem reich bebilderten Jubiläumsbuch „Gant – The Story“, das anlässlich des 60-jährigen Jubiläums 2009 erschienen ist.

Für Frühjahr und Sommer 2011 ist Gant zu seinen Wurzeln zurückgekehrt. Die neue Kollektion ist inspiriert von den Themen College, Yacht Club und Beach-Feeling – allesamt Welten, die der Gant-Lifestyle in Per-

fektion verkörpert. Das College-Thema ist geprägt durch den klassischen Stil von Ivy-League Universitäten wie Yale oder Harvard. Lässige Canvas-Schnürschuhe wurden modernisiert und kommen in einer breiten Farbauswahl sowohl für Damen als auch Herren. Sneaker aus unterschiedlichen Materialien komplettieren den immer eleganten College-Look. Der Bootsschuh spielt die Hauptrolle im zweiten wichtigen Modethema „Yacht Club“. Für den Sommer 2011 ist dieser Schuh zweifellos ein unverzichtbares Must-Have, das in jeden Schuhschrank gehört. Die Modelle von Gant zeichnen sich durch eine gelungene Mischung aus sportlichen und nautischen Elementen aus.

Der dritte Schwerpunkt bei Gant zeigt sich inspiriert vom entspannten Strandleben. Neben Sandalen in starken Farben und Mustern stehen für die Damen Canvas-Modelle mit verspielten Blumenprints oder traditionellen Polka-Pünktchen bereit. Die perfekten Schuhe für einen Tag mit Freunden am Strand! Ein besonderes Highlight bei Gant sind die neu entwickelten Sohlen, die rund 30% leichter sind als reguläre Sohlen und daher für einen extrem hohen Tragekomfort sorgen. Neu sind außerdem Materialkombinationen – etwa von Canvas und Rauleder – die in neutralen Farben oder frischem Blau echte Hingucker sind. Kein Weg führt für Damen an Espadrilles und Ballerinas vorbei – ideal geeignet für heiße Tage in der Stadt oder die nächste Garten-Party.

Wollen Sie die Schuhe von Gant persönlich testen? Im Internet unter www.gisy-schuhe.de oder www.juppen.de finden Sie eine große Auswahl. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

kipper kmb. / gianna di
firenze / thierry rabotin

E. HILBERT OCCHIPINTI SCHUHVERTRETUNGEN GMBH
Telefon (0211) 55 67 29 · Telefax (0211) 57 84 07



GANT
FOOTWEAR

SEIT GENERATIONEN BELIEBT ESPADRILLES

Das Einfache ist manchmal auch das Beste. Dieser Grundsatz gilt zumindest in der Schuhmode in der neuen Frühjahr/Sommer-Saison. Espadrilles, ursprünglich der klassische Schuh der Landbevölkerung in Südeuropa, feiern ein grandioses Comeback. Vielen aus dem Urlaub bestens bekannt, kommen die Modelle in diesem Sommer von der Strandpromenade direkt auf unsere Straßen.

Text: HELGE NEUMANN | Fotos: ARCHIV

Dieser Sommer wird wieder ein Espadrilles-Sommer. So wie es vor vielen Jahren schon einmal war. Bereits in den 50er-Jahren trugen Grace Kelly und Sophia Loren an der glamourösen Riviera Espadrilles mit Keilabsatz zu Tellerrock und Caprihosen. Auch Pablo Picasso und Salvador Dalí wurden häufig in den schlichten Stoffmodellen mit dem charakteristischen geflochtenen Boden gesichtet. Dem Material, aus dem Espadrilles lange Zeit gefertigt wurden, verdanken sie ihren Namen. Es handelte sich dabei um Steppengras oder Espartogras. Es wird vermutet, dass Fischer auf dem spanischen Festland sowie mallorquinische Landarbeiter die Espadrilles als Erste trugen, bevor sie von der Prominenz der Kunst- und Filmszene als natürlicher, himmlisch leichter Sommerschuh entdeckt wurden.

Einen letztmaligen Hype erlebten die Modelle, als Sonny Crockett alias Don Johnson in der Kult-Serie „Miami Vice“ die Schuhe zum edlen Designer-Anzug trug. In den 90er-Jahren verschwanden die mediterranen Schuhe dann nach und nach weitgehend von der modischen Bildfläche – Sandalen und später Gummiclogs nahmen ihren Platz ein. Jetzt sind sie zurück! Nicht nur in der Original-Version mit flachen Sohlen, sondern vor allem auf hohen Keilabsätzen. Blütenapplikationen und extravagante Schnürungen tragen dazu bei, dass der Sommerlook des Jahres schön entspannt daherkommt.

Espadrilles sind aufgrund der luftdurchlässigen und natürlichen Materialien atmungsaktiv und sehr leicht am Fuß zu tragen. Wenn

es sich um Originale handelt, die noch in Europa hergestellt werden, kommen lediglich Baumwolle, Jute und ein Gummibelag (möglichst aus Naturkautschuk) zum Einsatz. Die Herstellung ist sehr einfach: Der Schaft wird durch eine sehr grobe Naht an die Sohle genäht. Dank des genähten Schuh-Schaftes schlüpft man in die Espadrilles ähnlich wie in Loafer, ohne sie zu verschließen. Frauen setzen bei den generell sehr schlichten Espadrilles gerne auf knallige und sommerliche Farben wie Pink, Gelb oder Türkis – wer will kann

» Sobald die Sonne scheint, sind Espadrilles angesagt. «

aber auch zu einem Modell mit gemustertem oder bedrucktem Stoff greifen. Da Espadrilles dank ihres leichten Looks sehr romantische Schuhe sind, sollten sie von Frauen vor allem zu dünnen Sommerkleidern, Leinenhosen oder hellen Jeans getragen werden. Für Frauen gibt es oft auch sehr verspielte Varianten, die mit einem dünnen Stoffband um die Fesseln gewickelt werden. Diese Form der Espadrilles eignet sich zur Kombination mit Röcken, Kleidern oder kurzen Hosen. Die Herren kombinieren Espadrilles hingegen gekonnt zu unifarbene Sommershorts oder zu langen Leinenhosen – schließlich sind Espadrilles ursprünglich ein Unisex-Schuh.

Doch Moderegeln hin oder her, sobald die Sonne scheint, sind Espadrilles angesagt. Lässig und luftig scheinen sie geradezu zu rufen: Es ist Sommer – genießen wir es!

Doch Moderegeln hin oder her, sobald die Sonne scheint, sind Espadrilles angesagt. Lässig und luftig scheinen sie geradezu zu rufen: Es ist Sommer – genießen wir es!

[Haben Sie Lust auf Ihr persönliches Paar Espadrilles bekommen? Bei Juppen und GISY sowie unter \[www.gisy-schuhe.de\]\(http://www.gisy-schuhe.de\) finden Sie eine große Auswahl.](#)



Am Anfang steht die Werkstatt



Die fertigen Sohlen warten auf die Endverarbeitung



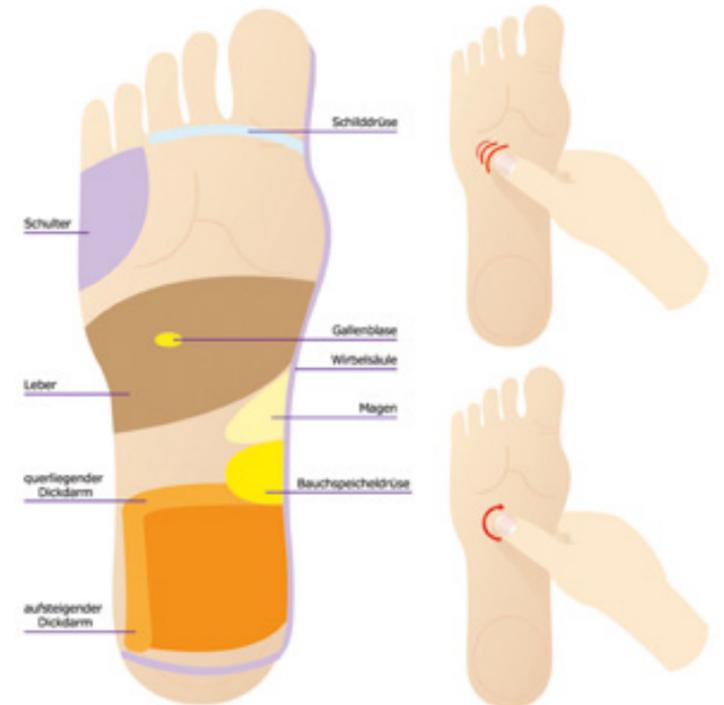
Aufnähen des Stoffes auf die Sohle

Geflochten und aufgewickelt: Steppengras oder Espartogras



Entspanntes und bequemes Liegen begünstigt die Wirkung der Massage

Wichtige Reflexzonen:



löst werden oder als therapieresistent erscheinen, zu einem nicht unwesentlichen Teil allein schon dadurch, dass stets ein Reiz auf die Fußzone wirkt.

Aber selbst wenn es keinerlei Beschwerden gibt, tut eine Fußreflexzonenmassage gut und dient dem Wohlbefinden und der Gesunderhaltung.

Technik der Fußreflexzonenmassage

Nach einer kurzen Befragung durch den Therapeuten legt sich der Patient in Rücken- oder auch Bauchlage auf eine Behandlungsliege. Der Masseur beurteilt die Füße zuerst durch Ansehen (Beschaffenheit des Gewebes, Haut- oder Nagelauffälligkeiten), danach durch systematisches Betasten der Fußsohle. Welche Organe besonders belastet sind, erkennt der Therapeut an den Reaktionen des Patienten und am Tastbefund. Nun zeichnet er die kritischen Zonen auf eine Karte auf, die ihm bei den Folgebehandlungen als Gedächtnisstütze dient. Danach beginnt er mit der Massage der Fußsohle, wobei besonders die belasteten Reflexzonen behandelt werden. Die Erstbehandlung dauert in der Regel 60 Minuten, die folgenden Behandlungen sind meistens etwas kürzer. Wichtig nach jeder Massage ist die Nachruhe, während der jeder Patient 10 bis 20 Minuten ungestört liegen soll und ebenso wichtig die Aufnahme von ausreichend Flüssigkeit, vorzugsweise Tee oder Wasser.

FUSSREFLEXZONENTHERAPIE WELLNESS-TIPP

Die Amerikanerin Eunice Ingham ist die Begründerin der Fußreflexzonenmassage, wie sie bis heute angewendet wird. Im deutschsprachigen Raum haben 1975 zwei ihrer Schülerinnen, Hanne Marquardt und Hedi Masafret, dafür gesorgt, dass diese Therapieform Anerkennung gefunden hat.

Text: STEFAN REMMERT | Foto & Illustration: FOTOLIA

Die Methode der Fußreflexzonentherapie basiert darauf, dass es für jedes Organ, für die Wirbelsäule, die Gelenke, für die Sinnesorgane usw. eine entsprechende Zone am Fuß gibt, durch die Einfluss auf das betreffende Körperareal genommen werden kann.

Die Massage der Fußreflexzonen führt zur verbesserten Durchblutung, zur Entspannung und hilft dem Körper, sich von Schlacken im Gewebe, die jede

Krankheit hinterlässt, zu befreien. Damit wird die Versorgung des Körpers mit notwendigen Nährstoffen verbessert, die Durchblutung und Durchwärmung gefördert. Das wiederum ist die Voraussetzung für die Regeneration sowie die Aktivierung der Selbstheilungskräfte, womit schließlich der Beginn zur Gesundheit eingeleitet wird. Letztlich ist der Körper der wichtigste Faktor, um die Heilung zu vollbringen. Die Fuß-

reflexzonenmassage hilft auf dem Weg dorthin. Die Selbstheilungskräfte werden damit genau so unterstützt, wie der Körper es benötigt, um wieder ausgeglichen und harmonisch zu „funktionieren“. Geht es dem Körper gut, sind wir auch seelisch ausgeglichen und haben einen klaren Geist.

» Welche Organe besonders belastet sind, erkennt der Therapeut an den Reaktionen des Patienten. «

Da es sich hier um Wechselbeziehungen zwischen Körperareal und Fußzone handelt, die wir nutzen, ist es nicht nur möglich, regenerierend durch eine Fußreflexzonenmassage Einfluss zu nehmen. Auch belastende Einwirkungen durch zu enge Schuhe oder Fußanomalien, wie Senk- oder Spreizfuß, haben nachteiligen Einfluss auf die Füße, auf den Körper und auf unsere Gesundheit. Durch zu enge Schuhe wird z. B. der Kopfbereich und der Schultergürtel permanent gereizt. Dadurch können Kopfschmerzen und Verspannungen ausge-

PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 229878
130 €



MARIPE
Artikel-Nr. 239318
150 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 229866
130 €



DONNA CAROLINA
Artikel-Nr. 239033
200 €



PRETTY BALLERINAS
Artikel-Nr. 227022
130 €



PRETTY BALLERINAS
Artikel-Nr. 227171
139 €



PRETTY BALLERINAS
Artikel-Nr. 227092
190 €



» I am a woman in love. And I do what I feel. «

SHABBIES AMSTERDAM
Artikel-Nr. 249129
235 €



SHABBIES AMSTERDAM
Artikel-Nr. 249117
240 €



PAUL GREEN
Artikel-Nr. 215806
140 €



PHILLIP HARDY
Artikel-Nr. 237085
450 €



PHILLIP HARDY
Artikel-Nr. 227146
159 €



PHILLIP HARDY
Artikel-Nr. 227110
160 €



PRETTY BALLERINAS
Artikel-Nr. 166601
130 €



PAUL GREEN
Artikel-Nr. 246359
110 €



KENNEL & SCHMENGER
Artikel-Nr. 225400
150 €



DONNA CAROLINA
Artikel-Nr. 224923
135 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 229829
165 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 229751
150 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 244223
200 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 229805
180 €



KONSTANTIN STARKE
Artikel-Nr. 175644
140 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 245653
99,95 €



PAUL GREEN
Artikel-Nr. 246438
99,95 €



KENNEL & SCHMENGER
Artikel-Nr. 229283
140 €



LA MARTINA
Artikel-Nr. 237462
200 €



CAMPER
Artikel-Nr. 248228
145 €



DONNA CAROLINA
Artikel-Nr. 239008
145 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 235131
74,95 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 230042
99,95 €



DONNA CAROLINA
Artikel-Nr. 224733
125 €



MARIPÉ
Artikel-Nr. 239173
125 €



MARIPÉ
Artikel-Nr. 157995
99,95 €



MARIPÉ
Artikel-Nr. 239276
130 €



DONNA CAROLINA
Artikel-Nr. 177180
135 €



LA MARTINA
Artikel-Nr. 237474
200 €



KONSTANTIN STARKE
Artikel-Nr. 178263
190 €



DONNA CAROLINA
Artikel-Nr. 224583
125 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 177908
125 €



BIKKEMBERGS
Artikel-Nr. 226282
210 €



BELSTAFF
Artikel-Nr. 231502
200 €



CANDICE COOPER
Artikel-Nr. 243139
160 €



PAUL GREEN
Artikel-Nr. 246396
99,95 €



GANT
Artikel-Nr. 236388
120 €



SIoux
Artikel-Nr. 161317
110 €



GABOR
Artikel-Nr. 230686
99,95 €



PAUL BARRITT
Artikel-Nr. 235192
84,95 €



CAMPER
Artikel-Nr. 248022
130 €



MIEZKO

Artikel-Nr. 234278
190 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 243589
185 €



GUESS

Artikel-Nr. 225587
215 €



BARACHINI

Artikel-Nr. 243048
140 €



PHILLIP HARDY

Artikel-Nr. 243700
145 €



PAUL GREEN

Artikel-Nr. 246773
99,95 €



FRED DEL LA BRETONIERE

Artikel-Nr. 249075
99,95 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 243620
210 €



GIANMARCO LORENZI

Artikel-Nr. 250533
350 €



BARACHINI

Artikel-Nr. 243061
160 €



BARACHINI

Artikel-Nr. 243103
150 €



GIANNA DI FIRENZE

Artikel-Nr. 249919
125 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 238053
99,95 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 237929
99,95 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 230005
120 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 243371
99,95 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 243383
99,95 €



TOMMY HILFIGER

Artikel-Nr. 232499
69,95 €



JANET + JANET

Artikel-Nr. 242974
220 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 238041
120 €



BARACHINI

Artikel-Nr. 243127
160 €



MARIPE

Artikel-Nr. 239082
125 €



GUESS

Artikel-Nr. 225605
195 €



UGG

Artikel-Nr. 224236
200 €



CAMPER

Artikel-Nr. 248253
150 €



PHILLIP HARDY

Artikel-Nr. 234370
135 €



PHILLIP HARDY

Artikel-Nr. 253170
74,95 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 243533
150 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 245707
195 €



GUESS

Artikel-Nr. 225551
155 €



CARMA

Artikel-Nr. 224376
89,95 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 229842
110 €



AIR STEP

Artikel-Nr. 234680
140 €



MARIPÉ

Artikel-Nr. 225162
120 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 245781
150 €



PETER KAISER

Artikel-Nr. 231319
130 €



THIERRY RABOTIN

Artikel-Nr. 645126
245 €



PETER KAISER

Artikel-Nr. 231307
145 €



PAUL GREEN

Artikel-Nr. 246499
115 €



PHILLIP HARDY

Artikel-Nr. 226427
175 €



MARIPÉ

Artikel-Nr. 178536
115 €



PHILLIP HARDY

Artikel-Nr. 245884
150 €



PHILLIP HARDY

Artikel-Nr. 245860
150 €



AIR STEP

Artikel-Nr. 234766
110 €



MARIPÉ

Artikel-Nr. 225071
120 €



GABOR

Artikel-Nr. 230789
99,95 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 244855
185 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 244655
210 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 175811
160 €



KENNEL & SCHMENGER

Artikel-Nr. 240503
150 €



KENNEL & SCHMENGER

Artikel-Nr. 240455
140 €



AIR STEP

Artikel-Nr. 234849
110 €



Von links nach rechts: **JACKE** von Guess Tex, Artikel-Nr. 06.24.220.002.08, **140 €** | **KLEID** von Guess Tex, Artikel-Nr. 06.24.231.001.81, **90 €** | **LACK PUMPS** von Konstantin Starke, Artikel-Nr. 245781, **150 €** | **KETTE**, Artikel-Nr. 09.20.299.004.99, **160 €** | **KLEID** von Guess, Artikel-Nr. 06.24.231.001.30, **159 €** | **TASCHE** von Abro, Artikel-Nr. 05.24.520.002.20, **379 €** | **PUMPS** von Konstantin Starke, Artikel-Nr. 245707, **195 €** | **Mirko Slomka: SCHUHE** von Bugatti, Artikel-Nr. 226476, **99,95 €**



WUNDER GIBT ES IMMER WIEDER FASHIONTRENDS F/S 2011

Immer wieder neuer Frühling und Sommer. Immer wieder zauberhafte Tage. Mit den richtigen modischen Akzenten sind sie wundervoll. Jetzt bei GISY in Hannover. Mit freundlicher Unterstützung von Hannover 96 und des Autohauses Podbi 306 (www.volkswagen-hannover.de).

Fotos: MICHA NEUGEBAUER (MICHANEUGEBAUER.COM) | Modelle: CARA UND BRITTA (SERVICEAGENTEN), MIRKO SLOMKA | Assistenten: ALEXANDER MÖRSCH UND GRETA LUTTERBACH | Hair/Make-Up: JANINE KÖHLER | Location: AWD-ARENA HANNOVER | Idee und Konzeption: REMMBRAND.DE

LEDERJACKE von Oakwood, Artikel-Nr. 06.24.251.001.24, **290 €** | KLEID von Alcazar, Artikel-Nr. 06.24.231.004.25, **99 €** | TASCHE von Berge, Artikel-Nr. 05.24.520.025.41, **315 €** | SOMMERSTIEFEL von Paul Barritt, Artikel-Nr. 229805, **180 €**



T-SHIRT von Güess, Art.-Nr. 06.24.276.001.81, **70 €** | COWBOY-GÜRTEL, Art.-Nr. 09.23.291.001.12, **55 €** | JEANS von Rock + Revival, Art.-Nr. 06.24.252.001.11, **199 €** | DIANETTE von Phillip Hardy, Art.-Nr. 253170, **74,95 €**

Von links nach rechts: **SCHUHE** von Bugatti, Artikel-Nr. 155871, **99,95 €** | **LEDERJACKE** von Oakwood, Artikel-Nr. 06.24.215.001.41, **290 €** | **BLUSE** von Argentina, Artikel-Nr. 06.24.266.001.70, **119 €** | **SCHAL** von Codello, Artikel-Nr. 09.24.290.001.25, **60 €** | **JEANS** von Rock + Revival, Artikel-Nr. 06.24.251.003.70, **210 €** | **GÜRTEL** von Post + Co., Artikel-Nr. 09.23.291.01.1.41, **110 €** | **TASCHE** von Berge, Artikel-Nr. 05.24.520.030.41, **315 €** | **SCHUHE** von Maripe, Artikel-Nr. 239155, **135 €** | **KURZMANTEL** von Frieda + Freddies, Artikel-Nr. 06.24.216.001.30, **220 €** | **BLUSE** von Argentina, Artikel-Nr. 06.24.266.001.16, **119 €** | **SCHAL** von Codello, Artikel-Nr. 09.24.290.001.16, **40 €** | **JEANS** von Rock + Revival, Artikel-Nr. 06.24.251.003.11, **210 €** | **GÜRTEL** von Abro, Artikel-Nr. 09.24.291.001.22, **90 €** | **SNEAKER** von Belstaff, Artikel-Nr. 231496, **200 €**



JACKE von Alcazar, Artikel-Nr. 06.24.220.001.99, 99 € | KLEID von Alcazar, Artikel-Nr. 06.24.231.001.99, 99 € | TASCHE von Abro, Artikel-Nr. 05.24.520.023.30, 279 € | SANDALETTE von Miezko, Artikel-Nr. 234357, 240 €



KURZJACKE von Frieda + Freddies, Artikel-Nr. 06.24.220.003.08, 159 € | PULLOVER von Prince, Artikel-Nr. 06.24.270.001.59, 149 € | BLUSE langarm von Du 4, Artikel-Nr. 06.24.261.001.13, 130 € | JEANS von Guess, Artikel-Nr. 06.24.251.001.11, 110 € | STIEFELETTE von Shabbies Amsterdam, Artikel-Nr. 249129, 235 €

von links nach rechts: **KLEID** von Alcazar, Artikel-Nr. 06.24.231.001.15, **145 €** | **SCHUHE** von Pretty Ballerina, Artikel-Nr. 227109, **190 €** | **KURZMANTEL** von Milestone, Artikel-Nr. 06.24.216.002.30, **449 €** | **T-SHIRT** von Prince, Artikel-Nr. 06.24.276.004.40, **79 €** | **HOSE** von Best, Artikel-Nr. 06.24.251.002.69, **179 €** | **SCHUHE** von Pretty Ballerina, Artikel-Nr. 227022, **130 €**



KURZMANTEL von Frieda + Freddie, Artikel-Nr. 06.24.216.001.69, **159 €** | **T-SHIRT** von Prince, Artikel-Nr. 06.24.276.002.41, **89 €** | **SCHAL** von Codello, Artikel-Nr. 09.24.290.001.12, **40 €** | **GÜRTEL** von Abro, Artikel-Nr. 09.24.291.001.95, **50 €** | **JEANS** von Guess Tex, Artikel-Nr. 06.24.251.001.70, **100 €** | **TASCHE** von Air Step, Artikel-Nr. 05.24.520.003.93, **320 €** | **SOMMERSTIEFEL** von Paul Barritt, Artikel-Nr. 229744, **150 €**



Schatz, lass uns mal einen neuen Weg ausprobieren – über Peine – Paris – Pattensen.

Der neue Eos. Das Auszeitauto.

Eos 1.4 TSI BlueMotion Technology, 90 kW, 6-Gang, Night Blue Metallic

Kraftstoffverbrauch, l/100 km innerorts 7,6/außerorts 5,3/kombiniert 6,2/CO₂-Emission kombiniert 144 g/km.

Ausstattung: Designpaket „Black Style“, Klimaanlage „Climatronic“, Winterpaket, Windschott, ParkPilot u. v. a. m.

Hauspreis	29.270,- €	Effektiver Jahreszins:	1,90 %
inkl. Überführung		Laufzeit:	48 Monate
Anzahlung:	9.500,- €	Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
Nettodarlehensbetrag:	20.787,42 €	Schlussrate:	12.698,88 €
Sollzinssatz (gebunden):	0,78 %	Gesamtbetrag:	31.551,88 €
Bearbeitungsgebühr 3,5 % vom Nettodarlehensbetrag:	727,56 €	47 Monatsraten à	199,- €

Ein Angebot der Volkswagen Bank GmbH, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Das Angebot gilt für Privatkunden und gewerbliche Einzelabnehmer mit Ausnahme von Sonderkunden für ausgewählte Modelle. Nähere Informationen erhalten Sie unter www.volkswagen.de und bei uns. Stand 02/11. Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.



Autohaus Podbi 306

Podbielskistr. 306, 30655 Hannover
Tel. 0511 / 5 47 40-0

www.volkswagen-hannover.de

Autohaus Nordstadt

Vahrenwalder Str. 203, 30165 Hannover
Tel. 0511 / 3 58 58-0

Autohaus Bischoff & Hamel*

Hildesheimer Str. 349, 30519 Hannover
Tel. 0511 / 8 60 90

*Volkswagen Agentur



Klassische Sitzposition für Yoga und Meditation



Der Reichtum des Lebens sind zauberhafte Momente

GLEICHMUT & GELASSENHEIT MEDITATION

Mit Meditation lernt man abschalten, lernt man die Flut der Gedanken zu verlieren. Das alles ist ein Lern- und Übungsprozess. Ruhe und Gelassenheit werden erreicht. Zufriedenheit und Glück werden einem geschenkt.

Text: KATHARINA SIECKMANN | Fotos: FOTOLIA, ISTOCKPHOTO

Buddhastatuen sind irgendwie in Mode. Ob Marmor oder Bronze, Holz oder Bambus: Da sitzen die kunstvollen Figuren und sollen uns daran erinnern, wie wichtig es ist, einfach mal innezuhalten. Ruhe zu bewahren und vor allem Ruhe einkehren zu lassen in unserem Leben in diesen stürmischen Zeiten. Und das ist oft gar nicht einfach. Wir sind so sehr daran gewöhnt, ständig irgendetwas zu tun. Multitasking heißt das Zauberwort, das beschreibt, wie wir gleichzeitig kochen, telefonieren und Kinder erziehen oder E-Mails abfragen, Auto fahren und Sandwiches essen. Selbst wenn wir gerade mal nichts tun, läuft unser Kopf wahrscheinlich trotzdem auf Hochtouren, das Wochenende will geplant, der nächste Diätplan festgesetzt und die Karriere grundsätzlich vorangetrieben werden.

Vielleicht sollte man mal meditieren – still werden, leer werden. Um diesen leichten Geisteszustand zu erreichen, muss man viel üben.

Am Anfang ist es wichtig, angeleitete Meditationen zu machen, um dann irgendwann selbst in der Lage zu sein, sie in den unterschiedlichsten Lebenssituationen anzuwenden. Meditation heißt, den alltäglichen Strom der Gedanken zu unterbrechen, sich dem Moment hingeben und seinen Körper und vor allem seinen Geist zur Ruhe kommen lassen. Das ist es, was man in einem Meditationskurs erlernen kann.

» Das beste Gebet ist Geduld. «
Buddha

Jeder kann meditieren. Man kommt wie man ist, es gibt keine Vorbedingungen, es hat nichts mit Konzentration zu tun. Gut, dass es Probestunden gibt, in denen man erfahren kann, ob das für einen selbst ein Weg sein könnte. In der skandinavischen Yoga- und Meditationschule „Yoga und Meditation im Zentrum“ in

Hannover sind an diesem Abend zwölf Männer und Frauen zur Probestunde gekommen. Sie interessieren sich für Meditation als Weg zu mehr Ruhe und Gelassenheit. Yoga Shakti leitet die Meditation an und erklärt, das Meditation letztendlich ein Training des Geistes sei. Wir lernen, unseren Geist zu reinigen, zu spüren, wahrzunehmen, achtsam zu sein und die Gedanken fließen zu lassen und loszulassen.

Dazu müssen wir zuerst den Körper entspannen. Wir liegen auf bequemen Matten, eingehüllt in warme Decken, das Licht wird gedämpft.

Es ist ein so wohliger Zustand nichts tun zu müssen, sich ganz dem Atem hinzugeben. Sehr schnell bekommt der Körper diese angenehme Schwere, man fühlt sich getragen. Yoga Shakti lenkt unsere Aufmerksamkeit in die unterschiedlichen Regionen des Körpers. Es stimmt tatsächlich: Irgendwie fühlt sich alles ganz leicht an und trotzdem energetisiert. Der nächste Schritt ist, dass wir uns eine

» Meditation heißt, zu üben, den Zauber jedes einzelnen Augenblicks zu erfahren, um dem Leben gegenüber gelassener und kraftvoller zu sein. «

bequeme Sitzhaltung suchen sollen, um mit der Meditation zu beginnen. „Lauscht einmal den Geräuschen um euch herum! Nehmt alles wahr.“ Interessant, Aufmerksamkeit bedeutet nicht nur innere Aufmerksamkeit, sondern auch Aufmerksamkeit für das außen. Die Autos brausen auf der Straße entlang, im Raum hustet jemand, die Heizung surrt, auf dem Hof unterhalten sich einige Leute. Einatmen, ausatmen, wahrnehmen und spüren – das ist alles, was zu tun ist. Nach diesem Abend bleibt das Gefühl der Erholung, die Akkus sind wieder aufgeladen. Man bekommt Lust auf mehr und die Vorstellung, dass man nach einigen Abenden selbst in der Lage ist, sich in diesen angenehmen Zustand zu versetzen, ist verlockend.

„Der Geist mag vielen ein Rätsel sein, weil er immer so im Hintergrund abläuft. Einem ist vielleicht gar nicht bewusst, dass man da einen Kontakt herstellen kann“, erklärt Hamsananda, der gemeinsam mit Yoga Shakti die Schule „Yoga und Meditation im Zentrum“ in Hannover lei-



tet. „Durch Meditation kommt man mehr in Kontakt mit sich selbst, mit seinen Gedanken und Gefühlen, man wird sensibler und lernt, achtsamer mit sich selbst umzugehen.“

Schlafstörungen mindern sich, die Konzentrationsfähigkeit nimmt zu und man ist allgemein gelassener, das sagen die Leute, die schon regelmäßige Erfahrungen mit der Meditation haben. Was ist dran am Nutzen der Meditation? Das interessiert natürlich auch die Wissenschaft. In den letzten Jahren wurden zahlreiche Untersuchungen unternommen, um dem auf den Grund zu gehen. Die messbaren Ergebnisse belegen, dass Meditation beruhigend wirkt, dass der meditative Zustand als

Veränderung der Hirnwellen nachweisbar ist. Außerdem wurde festgestellt, dass sich der Herzschlag verlangsamt, die Atmung vertieft und dass Muskelspannungen reduziert werden.

Meditation sei eine sinnvolle Ergänzung zu einem vitalen Alltag voller Aktivitäten. Man brauche beide Pole, um ausgeglichen

zu sein. Meditation bedeute, entspannt zu sein und gleichzeitig Energie zu haben, beide Pole schließen sich nicht aus, sie ergänzen einander sogar, erläutert Hamsananda.

„Dass der Sinn von Meditation Entspannung ist, ist sicherlich richtig, aber es gibt auch den anderen Aspekt, nämlich die Fähigkeit, wirklich präsent zu sein und das ist mindestens genauso wichtig“, so Hamsananda. Arbeiten, wenn man arbeitet, lesen, wenn man liest, gehen, wenn man geht, essen, wenn man isst. Meditation heißt, zu üben, den Zauber jedes einzelnen Augenblicks zu erfahren, um dem Leben gegenüber gelassener und kraftvoller zu sein.

Die Literatur zum Thema „Meditation“ ist so vielfältig, dass tatsächlich der Gang in die nächste Buchhandlung die einzig sinnvolle Empfehlung sein kann. Stöbern Sie und entscheiden Sie intuitiv, wie viel Hintergrundwissen Sie benötigen und wie viele praktische Details Sie wissen möchten. Vielleicht probieren Sie es auch einfach mal direkt aus und finden heraus, ob Meditation Ihr ganz persönlicher Weg zu Gleichmut und Gelassenheit sein kann.

Nähere Informationen finden sie unter www.yogaimzentrum.de

» Manchmal lüstet es mich nach
Pommes frites «

Da Capo – Cornelia Poletto!

Gewinnen Sie „Polettos Kochschule“!

Kochen ist populär wie nie zuvor. Große Namen zeigen im Fernsehen und in unzähligen Büchern ihre Künste. Lernen Sie von den Profis. Unser Magazin verlost 3 Exemplare der Kochschule von Cornelia Poletto. Einfach Postkarte ausfüllen und schreiben an:

GISY/JUPPEN Magazin | c/o REMMBRAND. – Atelier für Konzeption und Werbung | Berliner Allee 38 | 30175 Hannover. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Einsendeschluss: 31. Mai 2011



CORNELIA POLETTO

MIT LIEBE UND HINGABE KOCHEN

Cornelia Poletto – 1971 in Hamburg geboren – hatte eigentlich einen vorgezeichneten Berufsweg. Ihre Familie besteht aus Ärzten und Apothekern, ihr Vater ist ein namhafter Lübecker Medizinprofessor. Doch ihre Leidenschaft gehörte schon früh selbstgebackenen Kuchen ...

Interview: STEFAN REMMERT | Fotos: © VERLAG ZABERT SANDMANN / JAN-PETER WESTERMANN

Nach dem Abitur und nach einer Lehre an der Hotelfachschule begann sie ihre Ausbildung zur Köchin bei Deutschlands erfolgreichstem Spitzenkoch Heinz Winkler in Aschau. Als Sous-Chefin im Hamburger Sternrestaurant „Anna & Sebastian“ lehrte Anna Sgroi sie anschließend die Raffinesse der italienischen Küche. Im Jahr 2000 eröffnete sie mit ihrem damaligen Ehemann Remigio Poletto ihr eigenes Restaurant „Poletto“. Für herausragende Kochkunst erhielt sie bereits ein Jahr später einen Stern im Guide Michelin, den sie seit dem Jahr für Jahr hält. Am 31. Dezember 2010 wurde der letzte Teller Sterneküche im Poletto angerichtet. Das Restaurant schloss in seiner bisherigen Konzeption seine Pforten aufgrund des Verkaufs der Immobilie und anschließender umfangreicher Bauarbeiten am Gebäude. Derzeit arbeitet Cornelia Poletto mit ihrem Team an der Entwicklung einer „Gastronomia“ in Hamburg Eppendorf. Die Eröffnung ist für Mai 2011 avisiert. Sie ist Mitglied in der Vereinigung junger Spitzenköche „Jeunes Restaurateurs d'Europe“. Mit Stefan Remmert sprach sie über Prägung, Frauen in der Küche, Abgründe und hohe Absätze:

Berufswahl und Berufswünsche werden nicht selten durch prägende Erlebnisse in der Kindheit wachgerufen. Gab es in Ihrer Kindheit, Frau Poletto, Erlebnisse oder Menschen, die Ihre Liebe zum Kochen entfacht haben? Trotz der Berufstätigkeit meiner Eltern wurde bei uns zu Hause immer frisch gekocht. Schon als Kind hab' ich gerne gegessen, sogar Schnecken oder saure „Nierchen“ meiner Großmutter. So etwas könnte ich meiner Tochter nicht anbieten. Mit 14 oder 15 Jahren begann ich witzige Kuchen oder Torten zu backen. Häufig verschenkte ich diese Freunden zu Geburtstagen. Und daraus wurde immer mehr, bis zu dem Wunsch, selbst Köchin zu werden. Mit diesem

Wunsch tanzte ich ganz schön aus der Reihe. Unsere Familie bestand bis dato eigentlich nur aus Ärzten und Apothekern. Nach einem Praktikum irgendwo zwischen Paderborn und Bielefeld und dem guten Willen zunächst das klassische Hotelfach zu lernen, machte ich meine Ausbildung zur Köchin bei Heinz Winkler in Aschau.

Früher waren Sterne-Köche bzw. prominente Köche meistens Männer. Seit der Generation Cornelia Poletto und Sarah Wiener scheint sich das zu ändern. Woran liegt das Ihrer Meinung nach? Generell muss man sagen, das Selbstbewusstsein der Frauen ist gestiegen. Glücklicherweise bekleiden Frauen heute Berufe, die früher hauptsächlich Männer ausübten. Leider könnten es noch viel mehr Frauen machen. Erschwerend ist natürlich immer die Tatsache, dass bei den meisten irgendwann ein Kinderwunsch entsteht und damit die Herausforderung, Kinder und Beruf unter einen Hut zu bringen. Da müsste noch viel mehr für Frauen getan werden.

Hand aufs Herz, Frau Poletto, was essen Sie privat am Liebsten? Gibt es da Abgründe? Ich muss gestehen, manchmal gelüstet es mich nach Pommes frites. Da gibt es so richtig leckere, die sind so ein bisschen länger – ohne hier den Namen nennen zu wollen. Die mit viel Ketchup und Mayo, das brauch' ich ab und zu.

Gab es in Ihrem Küchenleben auch peinliche Erlebnisse. Was ist schon mal richtig daneben gegangen? Na ja, das Schwenken von Pfannkuchen, das gelang mir anfangs gar nicht. Ich habe zu Hause richtig üben müssen. Heute bin ich da treffsicherer geworden.

Sie sind eine Top-Adresse für italienische Küche in Deutschland. In Kürze eröffnen Sie neu in Hamburg. Was lieben Sie an dieser Küche?

Was lieben Sie an diesem Land? Sind Sie von einer speziellen Region inspiriert? Die Italiener lieben ihre Produkte. Sie könnten sich einen ganzen langen Abend mit Italienern über Gemüse, Fisch oder Fleisch oder anderes unterhalten. Die italienische Küche kommt nie aus der Mode. Ich mag auch ihre Leichtigkeit im Gegensatz z.B. zur französischen Küche, die viel kalorischer ist. Die italienische Küche ist regional sehr unterschiedlich. Je nach Jahreszeit orientiere ich mich auch ein bisschen an den regionalen Besonderheiten. Regionalität ist ohnehin ein wichtiges Thema, das meine Küche unterstreicht. Wir kombinieren italienische mit deutschen Zutaten und umgekehrt, deren Liefer- und Produktionswege immer kurz sein sollten. Das kommt der Güte der Produkte entgegen.

Frau Poletto, könnten Sie eigentlich einen Menschen lieben, dessen Esskultur im Fast-foodsektor beginnt und endet? Manchmal lassen sich ja solche bekehren. Aber generell hätten sie es sehr schwer bei mir. Dazu hat das Thema „gutes Essen“ einen zu bedeutenden Stellenwert.

Zum Abschluss eine Frage, die ein Magazin mit großer Affinität zur Schuhmode interessiert. Auf welchen Schuhen steht Cornelia Poletto in der Küche? Auf welchen privat? Generell muss ich gestehen, ich liebe Schuhe. In der Küche bin ich bekannt dafür, dass ich Clogs trage, privat darf der Absatz schon höher sein. Na ja, bei 160 cm Körpergröße strecken Absätze das Bein, das ist ja hinlänglich bekannt.

Vielen Dank, Frau Poletto, für das Interview und Ihnen einen guten Start für Ihr neues Restaurantprojekt in Hamburg!

Weitere Informationen sowie Produkte erhältlich unter www.cornelia-poletto.de

REZEPTVORSCHLAG

Aus „Cornelia Poletto – Grundkurs Gemüse“: Spargel



» Aus übrig gebliebenem gekochtem Spargel kann man köstliche Frühlingsalate zubereiten. Ich kombiniere ihn gerne mit Erdbeeren, Blattsalaten, Avocados, Garnelen oder Geflügelfleisch und marinieren das Ganze mit einer Zitronen-Vinaigrette, die ich mit Schnittlauch oder Kerbel aromatisiere. «

- 1) Für den Spargel den Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Spargel waschen und schälen, die Enden abbrechen und die Stangen in ein tiefes Backblech legen. Die Butter in Flöckchen darauf verteilen. Mit etwas Salz und dem Puderzucker bestreuen. Das Backblech fest mit Alufolie verschließen und den Spargel im Ofen auf der unteren Schiene etwa 40 Minuten garen.
- 2) Für die Zitrusbuttersauce die Orangen und Zitronen heiß waschen und trocken reiben. Je 1/2 TL Schale sehr fein abreiben. Die Orangen und die Zitronen halbieren und den Saft auspressen. 300 ml Orangensaft und 150 ml Zitronensaft abmessen und in einen Topf geben. Den Zitrusaft sirupartig auf etwa 4 EL einkochen lassen.
- 3) Für den Fisch die Schalotten schälen und in Scheiben schneiden. Den Fond, den Wein, den Wermut, die Schalotten, die Pfefferkörner, Salz und die Butter in einen weiten Topf geben und aufkochen lassen. Den Kabeljau waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen, in vier Stücke schneiden und in den Sud legen. Den Topf vom Herd nehmen und den Fisch zugedeckt etwa 10 Minuten gar ziehen lassen.
- 4) Den eingekochten Zitrusaft von der Herdplatte nehmen und die Butter mit dem Schneebesen portionsweise unterschlagen. Die Orangen- und die Zitronenschale hinzufügen und die Sauce mit Salz abschmecken.
- 5) Den Spargel aus dem Ofen nehmen, mit dem Kabeljau und der Zitrusbuttersauce auf vorgewärmten Tellern anrichten und nach Belieben mit Zitruszesten garnieren. Dazu passen neue Kartoffeln.

Guten Appetit!

Zutaten für 4 Personen:

Für den Spargel:

- 1,5 kg Spargel
- 4 EL Butter
- Meersalz
- 2 TL Puderzucker

Für die Zitrusbuttersauce:

- 2 große unbehandelte Orangen
- 3 große unbehandelte Zitronen
- 150 g weiche Butter
- Meersalz

Für den Fisch:

- 2 Schalotten
- 800 ml Fischfond (aus dem Glas)
- 100 ml Weißwein
- 100 ml Wermut (z. B. Noilly Prat)
- 1 TL weiße Pfefferkörner
- Meersalz
- 2 EL Butter
- 4 Kabeljaufilets (à 150–200 g)

Zubereitungszeit:

ca. 1 Stunde

KURZKOLUMNE

SO ODER SO
IST DAS LEBEN

Stefan Remmert
Chefredakteur

Erst kürzlich fiel mir eine alte Langspielplatte der unvergesslichen Hildegard Knef in die Hände. Für alle, die es vergessen haben, das waren die schönen schwarzen Scheiben, die man voller Hochgenuss auf einem Plattenspieler tanzen ließ. Und die Knef – wie man sie gerne nannte – war mal ein echter Weltstar. Sie drehte Filme in Hollywood, schrieb Bücher, malte und war eine Chansonette, die mit dunkler etwas rauher Stimme „rote Rosen regnen ließ“. Sei's drum, auf dieser Schallplatte berührte mich ein alter Schlager, der auch der Titelsong dieser war: „So oder so ist das Leben, so oder so ist es gut“, sang sie, „so wie das Meer ist das Leben“, ewige Ebbe und Flut, heute nur glückliche Stunden, morgen nur Sorgen und Leid ... was ich auch je getan, ich hab es gern getan und hab es nie bereut“. Wahre Worte, ein wenig traurig aber doch so real, schon damals wie heute. Übrigens, glückliche Stunden kann man in schönen Schuhen haben, und das sollten wir gerne tun und nicht bereuen. Wer weiß, was morgen auf uns wartet. In diesem Sinne ...

Genuss geht vor Verdruß!

100 Jahre Collonil

LEDERPFLEGE IN IHRER VOLLENDETEN FORM. 100 JAHRE ERFAHRUNG UND KOMPETENZ DRÜCKEN SICH DURCH SPEZIELL ENTWICKELTE REZEPTUREN MIT DEM HAUCH EINES LUXUSPARFUMS IN DER NEU GESCHAFFENEN PRODUKTSERIE AUS, DIE DAS DENKWÜRDIGE GRÜNDUNGSJAHR IM NAMEN TRÄGT –

Collonil 1909

FINEST LEATHER CARE

SALZENBRODT GMBH & Co. KG
HERMSDORFER STR. 70 · 13437 BERLIN
TELEFON +49(0)30-414 04-512
WWW.COLLONIL.COM



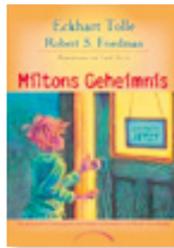
HITS FÜR KIDS

BUCH- UND FILM-TIPPS FÜR DIE GANZE FAMILIE



Kinder lieben das: sich Zeit nehmen, ob Sonntag morgens beim Lümmeln „in den Federn“, abends vorm Einschlafen oder einfach zwischendurch. Mit unseren Buchempfehlungen und unserem Film-Tipp gibt's garantiert gute Laune. Das macht Kinder froh und Sie ebenso.

Text: KATHARINA SIECKMANN | Fotos: VERLAG, SXC



Die Kraft der Gegenwart

Milton ist ein ganz normaler Junge. Er hat so richtig Spaß am Leben, spielt gern mit seiner Katze Snuggi und mag die Schule. Wenn bloß Carter nicht wäre, ein gemeiner Junge aus der Parallelklasse. Carter hackt auf ihm herum, hänselt und ärgert ihn, wo er nur kann und das macht Milton natürlich zu schaffen. Eines Nachts wird Snuggi auch noch von einem riesigen Hund angefallen. Was soll Milton nur tun? Grübeln und Angst haben machen ihm richtig schlechte Laune. So kann er gar nicht mehr fröhlich sein. Zum Glück ist gerade Miltons Opa zu Besuch und der hat einen Tipp: „Achte einmal auf das, was um dich herum ist. Schau hin ... höre hin ...!“ Opa erzählt Milton viel über die Kraft der Gegenwart, das Leben im Jetzt und den Zauber jedes einzelnen Augenblicks. Eckhart Tolle ist der Autor des Weltbestsellers „Jetzt – Die Kraft der Gegenwart“. „Miltons Geheimnis“ ist sein erstes Kinderbuch, eine spirituelle Geschichte für Klein und Groß. Sie erzählt vom Licht in jedem von uns und wie viel Kraft wir bekommen, wenn wir uns mit all unseren Sinnen einzig und allein diesem Moment hingeben, anstatt uns über gestern zu ärgern und über morgen zu sorgen. Eigentlich ist das kinderleicht. Empfohlen ab 8.

Eckhart Tolle, Robert S. Friedmann: „Miltons Geheimnis“ | Illustrationen von Frank Riccio | J. Kamphausen Mediengruppe | 2009



Vom wilden Watz gebissen

Frieders Oma hat es faustdick hinter den Ohren. Kein Wunder, bei dem Enkel! Der ist gar flink und frech überall auf Entdeckungstour, hat jede Menge Ideen und eine gehörige Portion Entdeckergeist. Er macht sich die Welt, wie sie ihm gefällt und ist ständig dabei, Omas Haus und Hof auf den Kopf zu stellen. Er findet Mittagsschlaf doof, will unbedingt die weißen Stiefel mit Glitzerstern haben. Er will einen Brief bekommen und ein rotes Zimmer. „Oma!“ schreit der Frieder, wenn er mit ihr spielen will und dabei zerrt er so an ihrem Rockzipfel, dass sie jedesmal sagt: „Ja lässt du mich gleich los, Bub!“. So beginnt jedes Abenteuer der beiden und jetzt ist endlich auch der dritte Band mit Geschichten wieder zu haben. Egal, wie grantelig Frieders Oma auch daherkommt, sie erzieht den „Rotzbub“ so innig und warmherzig, dass es eine wahre Freude ist. In Gudrun Mebs Geschichten geht es um kleine Gesten und ein großes Omaherz, das jede scheinbare Schwierigkeit mit viel Liebe und Herzlichkeit in den Schatten stellt.

Illustriert werden die Geschichten von Rotraut Susanne Berner, der Schöpferin der „Wimmelbücher“. Toll zum Vorlesen, Schmunneln und Gänsehaut kriegen. Empfohlen ab 5.

Gudrun Mebs: „Oma schreit der Frieder“ | „Und wieder schreit der Frieder: „Oma!“ | „Oma und Frieder: jetzt schreien sie wieder“ | Carlsen Verlag | 12,90 €



Wer hat denn hier das Sagen?

Drei gut situierte französische Familien, mit zwei oder drei Kindern im besten Alter. So einiges ist hier aus den Fugen geraten. Die Kinder machen ihren Eltern das Leben zur Hölle. Keiner hört, keiner reagiert, die Füße landen auf dem Tisch, die Musik wird viel zu laut gedreht und essen geht nur, wenn nebenbei der Fernseher läuft. Wenn Papi oder Mami das nicht begreifen wollen, dann wird eben schnell ein Asthmaanfall vorgetäuscht. Die Erwachsenen haben hier gar nichts mehr im Griff – bis zu dem Tag, als sie sich treffen und feststellen, dass alle Kinder die gleiche Masche drauf haben. Sie schmieden einen gerissenen Plan und schwören Rache. Der Spieß wird umgedreht, eine Psychologin empfiehlt, einfach mal „Nein“ zu sagen und jetzt sind endlich die Eltern mal außer Rand und Band. Peinlich und unerträglich auf der ganzen Linie. Das Grauen bahnt sich seinen Weg, als die Kinder ihre Schultaschen selbst nach Hause tragen müssen.

Ein herrlicher Film für einen gemeinsamen Familienabend auf dem Sofa. Jeder wird sich irgendwie wiedererkennen, versprochen, und dann hilft nur noch lachen! Richtig gute Unterhaltung für alle ab 6.

„Nervensagen“ | Regie: Eric Civanyan | Frankreich 2006 | 96 Minuten

Keine Briefmarke in den Papierkorb!

Als ich noch ein Kind war, stand bei meinem Vater auf dem Schreibtisch immer eine alte Zigarrenkiste. Sie war voll mit Briefmarken und so manches Mal habe ich mich in sein Büro geschlichen, um darin zu stöbern. Kleine bunte Papierstückchen, alle waren abgestempelt und trotzdem ging ein geheimer Zauber von ihnen aus. „Die sind für Bethel!“ sagte mein Vater immer. „Bethel“ – Das sind die von Bodelschwingschen Anstalten, die 1867 in Bielefeld gegründet wurden. Hier leben und arbeiten viele Menschen mit Behinderungen. Und die Briefmarken schaffen Arbeit für mittlerweile 25 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie 100 weitere Menschen in den Behindertenwerkstätten. Vor mehr als hundert Jahren wurde die Briefmarkenstelle gegründet. Jeden Tag kommen hier bis zu 200 Pakete und Briefe an, die Leute aus der ganzen Republik schicken. Wichtig ist, dass die Marken nicht eingerissen sind. Deshalb sollte man sie großzügig vom Briefumschlag ausschneiden.

Die Briefmarken werden sorgfältig bearbeitet, sie kommen ins Wasserbad und werden dann sortiert oder als Kiloware verpackt. Interessierte Sammler können die Briefmarken einzeln oder als Kilopaket kaufen und so die Arbeit der behinderten Menschen wertschätzen und unterstützen. Letztens kam meine 9-Jährige Tochter aus der Schule und sagte, als ich die Post aus dem Kasten nahm: „Briefmarken bloß nicht wegwerfen, wir sammeln die jetzt in der Klasse, die sind für Bethel.“ Da musste ich lächeln. Was für eine gute Idee! Jeder kann mithelfen und mit dieser kleinen Geste Gutes für andere tun. „Gemeinschaft verwirklichen“ lautet die Vision Bethels. Briefmarken sammeln ist auf jeden Fall ein Schritt in die richtige Richtung. Also: Weitersagen!



Briefmarkenstelle Bethel | Quellenhofweg 25 | 33617 Bielefeld | Telefon 0521/144-3597 | briefmarkenstelle@bethel.de | www.bethel.de



DÄUMLING

Artikel-Nr. 242196
59,95 €



NATURINO

Artikel-Nr. 250247
89,95 €



PRIMIGI

Artikel-Nr. 204638
65 €



BIKEMBERGS

Artikel-Nr. 241064
130 €



PANTOFOLA D'ORO

Artikel-Nr. 234622
84,95 €



VADO

Artikel-Nr. 241520
69,95 €



GEOX

Artikel-Nr. 242779
72,95 €



SUPERFIT

Artikel-Nr. 240151
59,95 €



RICOSTA

Artikel-Nr. 247157
54,95 €



NATURINO

Artikel-Nr. 250284
110 €



TIMBERLAND

Artikel-Nr. 128966
79,95 €



NATURINO

Artikel-Nr. 250260
110 €



RICHTER

Artikel-Nr. 225733
59,95 €



» Run wild. Out on the edge of time, child. Carry your dreams away, love. «

PRETTY BALLERINAS

Artikel-Nr. 213408
99,95 €



BIKEMBERGS

Artikel-Nr. 241040
130 €



DÄUMLING

Artikel-Nr. 241969
69,95 €



CONVERSE

Artikel-Nr. 925226
45 €



DÄUMLING

Artikel-Nr. 241829
79,95 €



NATURINO

Artikel-Nr. 250344
79,95 €



RICHTER

Artikel-Nr. 236044
54,95 €



NATURINO

Artikel-Nr. 250314
99,95 €



GEOX

Artikel-Nr. 242755
67,95 €



TIMBERLAND

Artikel-Nr. 179988
64,95 €



SUPERFIT

Artikel-Nr. 239732
24,95 €



FALKE

Strümpfe für Kinder
5 €





Beobachten, wahrnehmen und darüber schreiben ...

ROGER WILLEMSSEN DEUTSCHLANDS VORZEIGEINTELLEKTUELLER

Roger Willemsen ist einer der Vorzeigeeinsteiger dieses Landes. Dabei ist er nicht unumstritten: Die einen bezeichnen ihn als „Frauenheld“, die anderen finden ihn hochtrabend und arrogant. Katharina Sieckmann hat Willemsen getroffen, um sich ein eigenes Bild zu machen.

Text: KATHARINA SIECKMANN | Fotos: PROMO

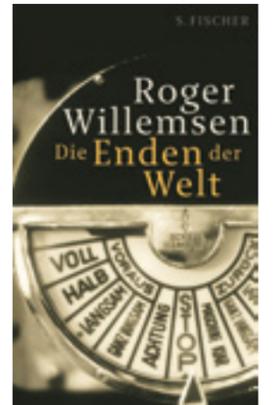
Montagmorgen mitten in Hamburg. Die Sonne lässt ihr fahles Licht über die Alster scheinen. Mit viel Schwung wird die rote Eingangstür geöffnet und Roger Willemsen begrüßt mich mit einem strahlenden Lächeln. Auf Socken läuft er vor mir her durch die riesigen Räume seines Hauses, die allesamt vollgestellt sind mit Bücherregalen bis unter die Decke. Es ist, als sei ich zu Besuch und jedes Gefühl von Förmlichkeit ist in diesem Moment wie weggeblasen.

Wir gehen hinauf in den ersten Stock. Geschmackvoll eingerichtete Zimmer mit farbenfrohen Gemälden an den Wänden. Ein behaglicher großer Esszimmertisch, von dem aus man den Blick in den winterkargen Garten schwei-

fen lassen kann. Auf dem Herd köcheln die Pellkartoffeln, die es heute Mittag zum Hühnerfrikassee geben soll. Das hat ihm gestern eine ältere Dame mitgebracht, die regelmäßig zu seinen Lesungen kommt und sich um sein leibliches Wohl sorgt. Fragt man Roger Willemsen nach seinen Leidenschaften, dann sagt er: „Reden, reisen, schreiben, lieben, essen.“

Für ihn ist es ein großes Glück, dass er seine Leidenschaften in seinem Beruf ausleben kann. Willemsen ist Philosoph und Publizist. Er ist Schriftsteller, Kabarettist, Musikkenner und Reisender. Er ist im Fernsehen und im Radio, auf den Bühnen und in den Hörsälen zuhause und im Grunde hat man das Gefühl, es gibt kein Thema, mit dem er sich nicht auskennt. Er ist

Experte auf so vielen Gebieten, dass man ehrfürchtig erstarren möchte, wäre da nicht sein Charme, sein Humor und sein Witz, mit denen er gleichermaßen punktet. Wie kommt es, dass jemand so poetisch, lyrisch und klug sprechen und schreiben kann? Willemsen erzählt, dass er eine frühkindliche Begeisterung für Sprache, Bücher und Satzkonstruktionen gehabt habe. Mit der Vermutung, dass er ein besserwisserischer Außenseiter gewesen sei, liegt man dann aber doch falsch. Aus seiner Jugend hat er einiges zu berichten: „Ich bin zweimal hängengeblieben in der Schule. Ich war ein entsetzlicher Versager, ich hatte lange Haare, ich bin wegen Kleinkriminalität in Paris verhaftet worden. Ich bin nicht ganzkörperlich tätowiert, aber meine



Roger Willemsen – „Die Enden der Welt“ | S. Fischer Verlag
2010 | 542 Seiten | 22,95 €

Jugend war eher geprägt durch Kiffen und Exzesse und eben durch elendes Scheitern in der Schule. Mit der Idee, dass ich ein Streber war, kommt man also nicht weiter, der war ich einfach nicht. Man muss es wohl wirklich auf Enthusiasmus zurückführen.“

Im Herbst ist sein neuestes Buch erschienen: „Die Enden der Welt“. Willemsen dokumentiert die Reisen, die er in den letzten drei Jahrzehnten unternommen hat. Patagonien in Südamerika, Tonga in der Südsee an der Datumsgrenze, Island, Hongkong, Bombay, Kinshasa, Gibraltar und der Nordpol sind nur einige seiner Ziele. Dabei ist er immer auch im Dienste der Menschheit unterwegs. Grenzen ausloten, Abgründe erspähen und Ausleerung aushalten. Mit viel Liebe zum Detail beobachtet er die Rückseite des Lebens, die verschlungenen Pfade, die schrulligen Menschen und hinterfragt sämtliche Regungen, die ihm dabei in die Quere kommen. Unterwerfung oder Überheblichkeit, Würde oder Abschaum, Anfang oder Ende. Willemsen füllt seit Jahrzehnten ein Notizbuch nach dem anderen. Für sein neues Buch begann er, sich durch die Bergwerke der eigenen Notizen zu schlagen. Er rekonstruierte die Reisen und besuchte einige Orte erneut. Er ist mit solch einer Begeisterung am Werk, dass man ihm stundenlang zuhören möchte. „Ich glaube, dass das Reisen insgesamt bestimmt ist von zwei Kräften“, sagt Willemsen. „Auf der einen Seite muss man weggestoßen werden von Zuhause, man braucht Gründe,

um von hier zu verschwinden. Man ist frustriert, weil man sich hier nicht mehr erneuern kann, weil man in derselben Routine lebt und dann empfindet man auf der anderen Seite einen Sog von außen. Man wird angezogen von etwas, von dem Versprechen von Fremde, von den anderen Menschen, von Atmosphäre, von der Aussicht darauf, man selbst könnte ein anderer werden, was man ja auch in einem gewissen Ausmaß wird.“

Faszinierend bei Roger Willemsen ist, dass er von allem, was er tut, so begeistert ist. Er redet und redet und redet, leuchtende Augen, eifrig gerötete Wangen. Er bezeichnet sein Leben als Mehrfelderwirtschaft: Sechs Notizbücher sind parallel in Gebrauch, da das

» Reden, reisen, schreiben, lieben, essen. «

nächste Buchprojekt, hier die neueste Idee für seine Radiosendung. Sein Futter ist das pure Leben, die Menschen an sich. Wie gehen wir miteinander um? Was macht uns glücklich, was frustriert uns? Das sind Fragen, die ihn umtreiben, die ihn auf Dauerrecherche durch das Leben scheuchen. Roger Willemsen zuzuhören ist bisweilen gar nicht so einfach. Er ist schnell, so schnell, dass man manchmal nicht hinterherkommt. Und er ist brillant und komplex. „Dadaismus in der Natur“ – Was will er jetzt damit sagen? Was war noch mal der Dadaismus? Und was soll diese Stilrichtung im Dschungel von Borneo? „Erbarmen!“ möchte

man rufen. Allein die vier Sekunden, die dieser Satz braucht, um durch die eigenen Gehirnwindungen zu sickern, führen dazu, dass man Willemsens nächsten Gedanken verpasst hat und sich ganz dem Mut zur Lücke hingeben muss. Volle Konzentration ist also ein unbedingtes Muss.

Beim Lesen hat man das Glück, dass man noch einmal zurückblättern kann. „Das erste Surrogat für Individualität ist die Anmaßung.“ „Eine Landschaft wird inventarisiert.“ „Die Augen einer Frau spazieren auf Zehenspitzen.“ oder „Die klimatisierte Hölle der Ehe, diese jahrelang pedantisch zusammengeschraubte Selbstschussanlage.“ Solche Sätze muss man sich schließlich auf der Zunge zergehen lassen.

Neben der ganzen verbalisierten Klugheit gibt es aber auch reichlich Gelegenheit zum Schmunzeln. Willemsens Schalk sitzt ihm auch beim Schreiben fest im Nacken.

Eine Stunde ist um, mir raucht der Kopf. Willemsens Klugheit ist nicht von oben herab, sie findet auf Augenhöhe statt und wahrscheinlich ist es das, was die Menschen an ihm fasziniert. Irgendwie habe ich das Gefühl, dass uns Roger Willemsen, der virtuoseste, gewandteste Verbalakrobat und Wortschmied der nördlichen Hemisphäre, für immer verändern wird: Wer sagt schon noch „Waschlappen“, wenn man auch „Frotteefäustling“ sagen kann?

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.rogerwillemsen.de



Jäger und Sammlerin mit „ihrem Wildtier“ auf dem Bett



Der Originalzustand ihres Hauses ist weitestgehend erhalten geblieben



Unübersehbar: Direkt am Canal Grande gelegen

PEGGY GUGGENHEIM SCHRILL, KULTIG UND UNVERGLEICHLICH

Sie missachtete jegliche Konventionen, war Rebellin, wurde zur Sachverständigen in Angelegenheiten des Geschmacks und galt in ihrer italienischen Wahlheimat Venedig schließlich als l'ultima dogaressa – die letzte Dogaressa.

Text: STEFAN REMMERT | Fotos: PEGGY GUGGENHEIM FOUNDATION, VENEDIG

Palazzo non finito – der unvollendete Palast, so nennen die Venezianer den Palazzo Venier dei Leoni, besteht – anders als all die stolz in den blauen Himmel ragenden Palazzi – nur aus einem Erdgeschoss. Spätestens beim Betreten der Terrasse mit Blick nach links, wo sich die hölzerne Ponte dell'Accademia über den Kanal spannt und San Marco mit dem Dorsoduro verbindet, und nach rechts, wo sich der Canal Grande zur Lagune hin weitet, wird verständlich, warum sich Peggy Guggenheim hier in diesem „unfertigen“ Haus niedergelassen hat. Jahre des Experimentierens und der Rastlosigkeit zwischen New York, London und Paris lagen hinter ihr, als die amerikanische Kunstsamm-

lerin den Palast 1949 kaufte. Sie schmückte seine Wände mit Gemälden ihrer Sammlung und funktionierte sein Dach zur Sonnenterrasse um. Gegenüber, in der Stadtpräfektur, genügte in den folgenden 30 Jahren ein Blick aus dem Fenster, um zu wissen: „Der Sommer ist da: Peggy liegt auf dem Dach.“

Peggy Guggenheim, Tochter von Florette Seligman und des mit der Titanic versunkenen Benjamin Guggenheim wurde 1898 geboren und wuchs in einem noblen Viertel New Yorks als Nachbarin der Rockefellers auf. Schon früh wurde sie leidenschaftliche Kunstsammlerin, großzügige Mäzenin und Galeristin, Förderin zahlreicher Künstler und auch Liebhaberin so mancher von ihnen. Peggy Guggenheim – der

Name allein genügt, um neugierig zu werden. Die Peggy Guggenheim Collection lädt ein, ihr Leben, ihre Lieben kennenzulernen. Heute ein Museum – früher auch gleichzeitig ihr Zuhause – spiegelt es die Klassische Moderne wieder: die Kubisten Picasso, Leger, Braques, Schwitters, abstrakte Künstler wie Kandinsky oder Klee, Surrealisten wie Miró, Duchamp, Dalí, Magritte, Max Ernst oder auch den „Action Painter“ Jackson Pollock.

Inmitten dieser Ausstellung lebte Peggy Guggenheim: Die meisten Bilder haben noch immer den gleichen Platz im Palazzo wie zu ihren Lebzeiten, lediglich die Möbel fehlen. Seit 1938 sammelte sie in Europa nichtgegenständliche Kunst: „In Paris konnte man

» Peggy Guggenheim, Tochter von Florette Seligman und des mit der Titanic versunkenen Benjamin Guggenheim wurde 1898 geboren und wuchs in einem noblen Viertel New Yorks als Nachbarin der Rockefellers auf. «

damals sehr leicht Bilder kaufen, denn der Krieg war gerade ausgebrochen und die Leute verließen die Stadt. Sie versuchten, ihre Bilder zu verkaufen, sie zu verstecken oder sonst wie loszuwerden. So erlebte ich einen recht hektischen Winter. Ich nahm mir vor, nicht mehr als ein Bild pro Tag zu kaufen.“

Peggy Guggenheim ermöglichte mit ihren Käufen einigen Künstlern und ihren Familien die Flucht vor den Nazis, bis sie – Spross einer jüdischen Familie – selbst nicht länger in Frankreich bleiben konnte und Anfang der 40er-Jahre nach New York zurückging. Mitsamt ihren Bildern: Die Direktion des Louvre in Paris hatte zuvor die Sammlung für zu modern und deshalb wertlos erklärt – und sich geweigert, die Werke unter ihre schützende Obhut zu nehmen.

Peggy Guggenheim starb 1979. Sie hat sich im Garten des Palazzo neben dem Grab ihrer geliebten Hunde beerdigen lassen.

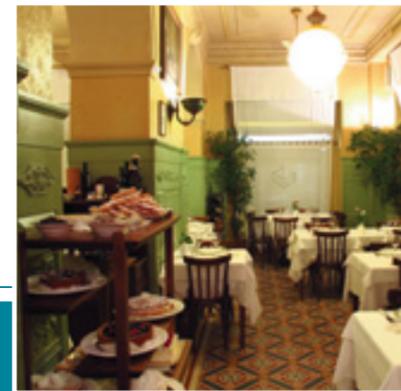




A LA MILANESE TOP-ADRESSE FÜR MODE UND KULTUR

Ob als Zwischenstopp auf dem Weg in die sonnige Toskana, als City-Trip am Wochenende oder als Ausflugsziel vom Urlaub am Gardasee oder Lago Maggiore – Mailand hat für jeden Besucher etwas zu bieten. Wir geben Tipps und Einblicke in die faszinierende Welt des Wirtschafts- und Handelszentrums Italiens.

Text: HELGE NEUMANN | Fotos: HUGH FINDLETAR, FOTOLIA, ARCHIV



Bistro-Tipp: Giacomo Bistrot

Ristorante, Bistrot, Pasticceria, Tabaccheria – Giacomo in Mailand ist ein absolutes Muss. Ein bisschen zeitversetzt fühlt man sich. Die „Belle Époque“, geprägt durch Jugendstil und viel Metaphorik in der Zeit von 1870 bis 1914 lässt grüßen. Ob einfach nur zwischendurch oder ein opulentes Mahl – man wandelt in alten Zeiten auf schönstem Terrazzoboden und genießt wahre Köstlichkeiten des Hauses.

Via Sottocorno 6 | www.giacomomilano.com



Shopping-Tipp: Antonioli

Der Store von Inhaber Claudio Antonioli bietet elegante, individuelle Mode von Labels wie Dries van Noten, Balmain, Maison Martin Margiela, Clu, Dsquared und Burberry Prorsum, um nur einige zu nennen. Das Geschäft ist ein Mekka für all diejenigen mit einem ausgeprägten Empfinden für Mode und Stil. Bekleidung für Sie und Ihn, Schuhe und Accessoires stehen im Rampenlicht. Präsentiert in rustikaler Atmosphäre mit dunklem Holzboden und grauen Wänden, können hier Damen und Herren auf Entdeckungstour nach neuen Outfits gehen.

Via P. Paoli 1 | www.antonioli.eu



Restaurant-Tipp: Trussardi alla Scala

Das Restaurant im ersten Stock über dem Geschäft des traditionsreichen Modelabels ist in einem Palazzo im Besitz von Trussardi untergebracht. Man versinkt in den gemütlichen, ockerfarbenen Sofas und Sesseln und genießt die Sicht auf die gegenüberliegende Scala, die Piazza oder vertieft sich in die mediterrane Speisekarte, auf der Fisch- und Gemüsegerichte dominieren.

Piazza della Scala 5 | www.trussardiallascala.com

Im „goldenen Dreieck“ hat schon so manche Dame die Fassung verloren. Und so mancher Herr ein kleines Vermögen. Nicht nur in den Mailänder Modewochen pilgern die Anhänger des guten Kleidungsstils durch die Gassen zwischen Via Alessandro Manzoni, Via Senato und Via Montenapoleone. Namen wie Dolce & Gabbana, Ferragamo, Gucci, Missoni, Prada, Trussardi, Versace und Valentino klingen wie das ABC der italienischen Eleganz. Hier haben sie ihren Ursprung, hier befinden sich ihre mehrstöckigen Flagshipstores. Auch wer vor dem Betreten der zahlreichen Boutiquen zurückschreckt, kommt bei einem ausgiebigen Schaufensterbummel dennoch auf seine Kosten, schließlich werden hier wahre Kunstwerke in den Schaufenstern inszeniert. Doch Mailand hat auch für Normalsterbliche Reizvolles zu bieten. Etwas

abseits der großen Namen haben sich in den vergangenen Jahren immer mehr kleine Geschäfte und junge Modedesigner etabliert, die Mode und Designs zu erschwinglichen Preisen anbieten. Und auch die Restaurant-Szene hat zugelegt. Vor allem der Stadtteil Brera lädt zu einem entspannten Spaziergang durch maleri-

» Abendmahl, Duomo, Scala, Galleria – Grenzenlose Begeisterung. «

sche Straßen und Gässchen ein, die zu einem Großteil für den Autoverkehr gesperrt sind. Idealerweise endet der Streifzug zunächst in einer der zahllosen Bars des Viertels beim entspannten Aperitivo und anschließend beim Abendessen. Zu empfehlen ist das Restaurant

La Torre di Pisa in der Via Fiori Chiari, in dem etwa hervorragende Spaghetti alla puttanesca serviert werden.

Wer sich erschöpft vom Shopping Kunst und Kultur widmen möchte, der kommt nicht um einen Blick auf „Das letzte Abendmahl“ von Leonardo da Vinci herum, das in der Kirche Santa Maria delle Grazie zu sehen ist. Allerdings ist der Andrang auf das legendäre Meisterwerk so groß, dass bereits Monate im Voraus eine Eintrittskarte im Internet bestellt werden muss. Erhältlich sind die Tickets unter www.cenacolovinciano.net.

Interessante Ausstellungen auf hohem Niveau finden zudem regelmäßig im Palazzo Reale oder in der Pinacoteca di Brera statt.

Ein Museum der besonderen Art befindet sich außerhalb des Zentrums: das San Siro Museum im gleichnamigen Fußballstadion,

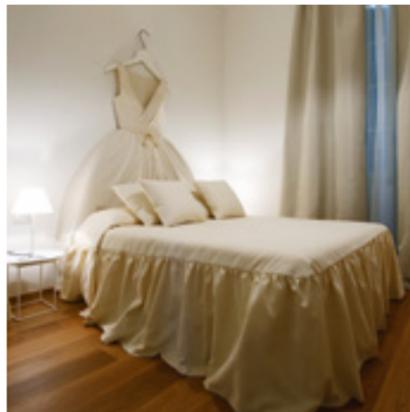
das unter Kennern als eine der schönsten Spielstätten weltweit gilt. Denn Mailand ist Heimat für gleich zwei der besten Fußballmannschaften der Welt: Inter und Milan. Das Museum mit zahlreichen Pokalen, Fotos und Trikots sowie das Stadion sind jeden Tag zwischen 10 und 17 Uhr für Besichtigungen geöffnet. Es werden auf Anfrage auch Führungen in deutscher Sprache angeboten.

Auf keinen Fall verpassen sollte jeder Besu-

cher der Stadt den traumhaften Ausblick vom Dach des berühmten Mailänder Doms. Über Treppen oder per Aufzug zu erreichen, bietet sich von hier oben inmitten von 3.400 Statuen und 135 Türmchen bei klarem Himmel der Blick auf ein spektakuläres Alpenpanorama. Nach fünfjähriger Restaurierung ist die Fassade des Doms übrigens seit Ende 2009 wieder in ihrer vollen Pracht zu bewundern, nachdem sie lange Zeit unter einer riesigen Plakatwand

verschwunden war. Gleich neben dem Dom verbindet die Galleria Vittoria Emanuele den Domplatz mit der Piazza della Scala. Typisch Mailand: In der Galleria findet sich neben Restaurants und Luxus-Boutiquen von Prada und Yves Saint Laurent mit dem „Town House Galleria“ Europas erstes 7-Sterne-Hotel.

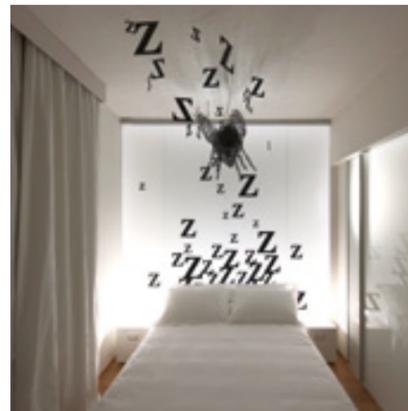
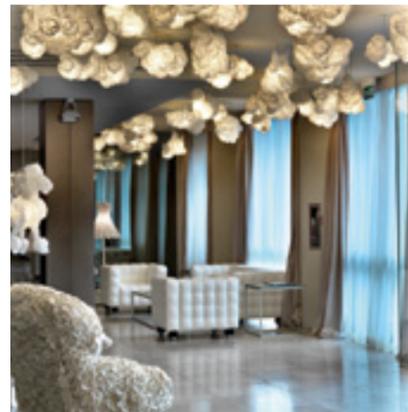
Weitere Informationen finden Sie unter: www.mailand.com



Hotel-Tipp: Maison Moschino

In Zusammenarbeit mit dem Kreativteam des Modelabels Moschino und der Designerin Rosella Jardini ist ein einzigartiges Hotel entstanden, das im März 2010 Eröffnung feierte. Das Haus, das in den 1840ern ein Bahnhof im Zentrum Mailands war, umfasst heute 63 Gästezimmer sowie zwei Junior Suiten und erstreckt sich über fünf Etagen. Die individuell gestalteten Zimmer tragen klangvolle Namen wie „Rotkäppchen“, „Wolkenzimmer“ und „Schlafen in einem Ballkleid“ und laden Gäste ein, ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen. Im Restaurant Clandestino Milano können Liebhaber des berühmten italienischen Modehauses dessen beste Designs bewundern. Sowohl das Restaurant als auch die Bar spielen mit den typischen dekorativen Elementen von Moschino, z. B. den kurvenreichen Silhouetten der Moschino Kleider, Deckenlichtern, die wie Wolken aussehen, und einer Barlampe, die aus einem Stiletto-Stiefel entstand.

V. Monte Grappa 12 | www.maisonmoschino.com



BORN TO WALK WILD WER WILD IST, IST SELTEN BEQUEM

Es lohnt sich, seinen eigenen Weg zu gehen. Eine Haltung, die untrennbar mit der Marke Sioux und ihrem Gründer Peter Sapper verbunden ist. Schließlich trieb den schwäbischen Weltenbummler der Glaube an eine Idee schon in den 50er-Jahren um die halbe Erde.

Text: PROMO | Foto: PROMO

Es war die Idee, bequeme indianische Fußbekleidung jedermann zur Verfügung zu stellen. Monatelang studierte der Schwabe das traditionelle Schuh-Handwerk der Sioux-Indianer in Nordamerika. Zurück in seiner Heimatstadt Walheim am Neckar tüftelte er so lange an einer Handvoll Prototypen, bis er nichts mehr verbessern konnte.

Das war die Geburtsstunde seiner eigenen Schuh-Manufaktur, der er den Namen seiner indianischen Vorbilder gab. Ausgezeichnetes Material sowie handwerkliche Präzisionsarbeit sorgen bis heute für eine perfekte Passform und optimalen Komfort.

Kein Wunder, dass Sioux mittlerweile zu den bekanntesten Schuhmarken Deutschlands zählt und wie kein anderer Hersteller für den bedingungslosen Anspruch an nachhaltige Qualität steht. Es lohnt sich, seinen eigenen Weg zu gehen.



**WER WILD IST,
IST SELTEN
BEQUEM. SIOUX
MACHT DA EINE
AUSNAHME.**

Sioux®
**BORN TO
WALK WILD**

www.sioux.de



MOMA

Artikel-Nr. 235507
375 €



BENINGO

Artikel-Nr. 236706
255 €



RALPH HARRISON

Artikel-Nr. 705810
140 €



SIOUX

Artikel-Nr. 227924
99,95 €



LLOYD

Artikel-Nr. 231587
125 €



GALIZIO TORRESI

Artikel-Nr. 248769
180 €



RALPH HARRISON

Artikel-Nr. 245094
110 €



JOOP

Artikel-Nr. 242597
250 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 237723
180 €



LA MARTINA

Artikel-Nr. 237425
299 €



OTHER EVENTS

Artikel-Nr. 238715
85 €



PHILLIP HARDY

Artikel-Nr. 236780
150 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 237747
180 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 245148
155 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 237677
190 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 244247
160 €



NAPAPIJRI

Artikel-Nr. 242925
140 €



GANT

Artikel-Nr. 236244
140 €



BUGATTI

Artikel-Nr. 226476
99,95 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 245185
160 €



GHOST

Artikel-Nr. 237127
550 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 237553
120 €



LLOYD

Artikel-Nr. 231642
140 €



RALPH HARRISON

Artikel-Nr. 245124
110 €



» Wenn der Sommer nicht mehr weit ist. Weiss ich, dass es meine Zeit ist. «

BELSTAFF

Artikel-Nr. 231484
200 €



LA MARTINA

Artikel-Nr. 237449
190 €



PANTOFOLA D'ORO

Artikel-Nr. 234552
120 €



CINQUE

Artikel-Nr. 246141
99,95 €



GANT

Artikel-Nr. 236299
130 €



GEOX

Artikel-Nr. 233419
99,95 €



BIKKEMBERGS

Artikel-Nr. 226245
210 €



LA MARTINA

Artikel-Nr. 237309
250 €



NAPAPIJRI

Artikel-Nr. 242937
130 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 221788
150 €



LA MARTINA

Artikel-Nr. 237334
300 €



PAUL BARRITT

Artikel-Nr. 244478
160 €



GEOX

Artikel-Nr. 233353
120 €



HUGO BOSS

Artikel-Nr. 224030
150 €



CATERPILLAR

Artikel-Nr. 229660
89,95 €



REPLAY

Artikel-Nr. 234023
79,95 €



MAESTRO EUGENIO

Artikel-Nr. 245203
150 €



GALIZIO TORRESI

Artikel-Nr. 248903
170 €



CLARKS

Artikel-Nr. 233006
99,95 €



CAMPER

Artikel-Nr. 247935
155 €



BOXFRESH

Artikel-Nr. 223803
90 €



KONSTANTIN STARKE

Artikel-Nr. 239331
200 €



TIMBERLAND

Artikel-Nr. 026347
140 €



REPLAY

Artikel-Nr. 233985
39,95 €



TOMMY HILFINGER

Artikel-Nr. 232269
29,95 €



SÜDFRANKREICH

VON SEGEL- UND URLAUBSTRÄUMEN

Die „Îles d'Hyères“ Porquerolles, Port-Cros und Le Levant laden ein zu Segeltörns der Extraklasse und zum Urlaub machen in landschaftlich beeindruckender und unzerstörter Natur.

Text: STEFAN REMMERT | Fotos: STEFAN REMMERT



Geheimtipp unter den Segelrevieren – Îles d'Hyères



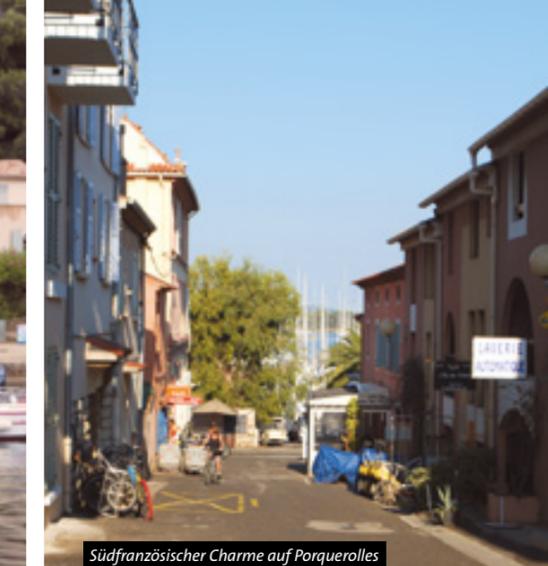
Vom Boot aus noch schöner: traumhafte Sonnenuntergänge



Tolle Segelhäfen



Südsee-Flair auf Port-Cros



Südfranzösischer Charme auf Porquerolles

Kiefernwälder, steile Felshänge und einsame Buchten bieten die Inseln Porquerolles, Port-Cros und Levant. Die Inselgruppe zeigt ihre wahre Schönheit in der Vor- und Nachsaison.

Porquerolles – „Ein Stück Paradies auf Erden“, so schwärmte der Vater des Kommissar Maigret von dem idyllischen Insel-Trio. Doch nicht nur der belgische Schriftsteller Georges Simenon wäunte sich „in den Tropen“, sobald er mit dem Boot auf einer der Inseln angekommen war, die sich wie eine kleine Perlenkette vor der südfranzösischen Küste aneinander reihen. Schon die Piraten liebten die Îles d'Hyères, einst Goldinseln genannt, allerdings vor allem wegen der verborgenen, also Schutz bietenden Buchten.

Lange ein Geheimtipp verwöhnter Reisender drohen Porquerolles, Port-Cros und Levant inzwischen Opfer ihrer faszinierenden mediterranen Fauna und Flora und des einstigen Rufs der „Abgeschiedenheit“ zu werden. Ein kleines Paradies aber bleiben sie. Auch die Zugvögel machen hier auf dem Weg nach Afrika letzte Station.

Die spitzen Felsen ähneln in ihrem rötlichen Ton stark dem Esterelgebirge an der Côte d'Azur. Jedem Wind und Wetter ausgesetzt Forts und Festungen sind von Pinienwäldern umkränzt. Dazu kommen die in der milden Sonne glitzernden Buchten und das an die Karibik oder zumindest an Korsika erinnernde Farbenspiel des glasklaren Wassers.

Weinberge (auf Porquerolles), Zistrosen und Myrten in einer üppigen und doch fragilen

» Diesen Flecken möchte man gern mit anderen teilen, so schön ist er, und gleichzeitig ganz für sich behalten. «

Natur und das Gefühl, mit dem Festland ein gutes Stück Alltag hinter sich gelassen zu haben und in eine andere Welt eingetaucht zu sein – all das macht die Îles d'Hyères speziell. Nicht zu vergessen ihre stürmische Geschichte: Militärisch genutzt, von einem Multimillionär gekauft und heute in Staatsbesitz dank Claude Pompidou, der Gattin des damaligen französischen Staatspräsidenten, die diese

Inseln liebte und sie vor zügelloser Bauspekulation bewahren wollte. Der Staat kaufte die Inselgruppe Anfang der 70er-Jahre und stellte sie unter Naturschutz.

Auf der wie ein Croissant geformten Hauptinsel, die 7 km lang und 2,5 km breit ist, verkehren praktisch nur Autos der gerade mal acht Hotels sowie der 350 Insulaner, die das Privileg haben, ständig hier zu leben. Zudem kurven noch Allradfahrzeuge des Naturkonservatoriums durch die Gegend, im Dienst der in einem Park gepflegten seltenen und mediterranen Pflanzen. Wer sonst zum Leuchtturm im Süden will oder zu dem schroffen Cap des Mèdes im Osten, der radelt.

„Hierher kommt man nicht zum Shopping und auch nicht, um gesehen zu werden“, erzählt eine Teilzeit-Insulanerin von Porquerolles. „Man kommt, um eine Weile fern der Welt zu sein.“ Das aber geht natürlich nicht so gut im Sommer, wenn die aus allen möglichen Festlandhäfen die Insel ansteuernden „Vedettes“ täglich Tausende von Tagestouristen ausspucken.

„Diesen Flecken möchte man mit anderen

teilen, so schön ist er, und gleichzeitig ganz für sich behalten“, sagt dazu lachend die Porquerolles-Liebhaberin. Also schaffen sich betuchtere Kenner der Insel Refugien und schotten sich ab wie in Saint-Tropez. „Etliche Familien kommen seit Generationen hierher“, erzählt Salvatore Foia, der Direktor des besten Insel-Restaurants „Mas du Langoustier“. Ist dies das Sylt des Südens?

Einladend, weil anmutig und maßvoll in der Architektur, bietet sich schon der Hafen von Porquerolles im Schatten des wuchtigen

Forts Sainte-Agathe dem Ankommenden dar. Bars und Restaurants wollen dazu verführen, vor der Radtour vorbei an Kiefernwäldern und Eukalyptusbäumen auf felsigem Untergrund noch rasch aufzutanken.

Doch die Natur ruft. Zur Vielfalt der absolut südlichen Vegetation gehören nicht zuletzt die weiten Felder mit den Brombeerbäumen sowie die Litschibüsche des Konservatoriums. Die sonnenverwöhnten Weinberge haben sich auf etwa 200 Hektar ausgedehnt. Drei Weingüter wetteifern hier um den fruchtig-

ten Rosé. Erhielt doch einst ein Produkt der Insel als erstes das AOC-Gütesiegel Côtes de Provence für einen Rosé-Wein. Konzentrierte Vielfalt auch in der Landschaft: Im Norden liegen die hübschen Strände Argent, Courtade sowie vor allem Notre-Dame, bei Luxusseglern beliebt als Ankerplatz in türkisblauem Wasser so wie in korsischen Buchten.

[Für weitere Informationen beachten Sie bitte den Infokasten auf der linken Seite.](#)

Wissenswertes über die Îles d'Hyères

Anreise und Formalitäten: Südfrankreich ist von Deutschland aus gut zu erreichen, mit dem Reisebus, dem Auto und der Bahn. Flugverbindungen gibt es von vielen deutschen Städten zum Beispiel nach Nizza. Obwohl Frankreich ein „Schengen-Land“ ist und es in der Regel keine Grenzkontrollen gibt, sollte sicherheitshalber der Personalausweis mitgenommen werden.

Reisezeit und Klima: Angenehm sind der Herbst und das Frühjahr. Im Sommer sind die drei Inseln überlaufen, vor allem Porquerolles.

Währung: Euro. Das Bezahlen mit Kreditkarten ist weit verbreitet.

Sprache: Französisch.

Unterkunft: Zunächst einmal bieten sich Tagesausflüge zu allen drei Inseln an. Porquerolles wird von einem halben Dutzend Festlandhäfen aus angefahren, darunter Toulon, Cavalaire und La Londe-les-Maures; Port-Cros und Levant von Le Lavandou und Hyères aus. Es gibt auf den Inseln nur eine begrenzte Zahl von Hotels, auf Port-Cros nur zwei. Wer länger bleiben will, sollte über ein Reisebüro oder per Internet vorbuchen.

Information: Maison de la France, Zeppelinallee 37, 60325 Frankfurt, Telefon 0900/1570025 (49 Cent/Minute); www.franceguide.de; www.porquerolles.com; www.vedettesilesdor.fr.



shop.napapijri.com

Photo by Sebastian Copeland

NAPAPIJRI
footwear

URLAUBSTIPP:

Herrliche Berge, sonnige Höhen – Ein Paradies für Bergvagabunden

SENNER, KÄSE-KÖNIGE & KRÄUTER-HEXEN

Wenn die Gäste kommen, steht das leckere Almfrühstück mit Rührei aus der Gusspfanne, Speck, Marmelade, Brot aus eigener Produktion sowie Butter und Käse von der Nachbaralm schon auf dem Holztisch.

Text: PROMO | Fotos: TVB WILDSCHÖNAU, PROMO

Immer freitags um 9.30 Uhr trudeln die Wanderer nach einstündigem Morgen-Marsch auf der Farnkaseralm in 1.520 Meter Höhe bei Robin Silberberger ein. Um diese Uhrzeit hat der Senner, der hier mit seiner Frau, den beiden kleinen Töchtern sowie 100 Kühen den Sommer verbringt, schon einen halben Arbeitstag hinter sich. Robin Silberbergers Alm ist Station einer Genussroute, von denen sich seit dieser Saison vier durch das Kitzbühler Hochtal schlängeln und auf denen Gäste bei geführten Wanderungen kostenlos die schönsten Seiten der urigen Wildschönau kennenlernen können.

Nach dem Frühstück geht's weiter zur Schönangeralm, auf der Käse-König Johann residiert. Er kümmert sich um 260 Kühe, die

täglich 2.000 Liter Milch geben, die er in Camembert, Kräuterkäse, Bergkäse und Tilsiter verwandelt. Johann, der bei den Käse-Olympiaden in Galtür schon so manche Goldmedaille geholt hat, lässt sich in der Schaukäserei gern über die Schulter schauen.

Einige ihrer Geheimnisse verrät auch Christine Thaler. In ihrem Kräutergarten auf dem Holzalmhof wachsen in 1.100 Meter Höhe 80 verschiedene Pflänzchen mit großer Wirkung. Wenn die Genusswanderer mittwochs bei ihr zu Besuch sind, ist auch Apotheker Paul Vergörer zugegen, der genau erklärt, welches Kraut gegen welches Leiden hilft. Christine Thaler hält etliche Tipps bereit – und offeriert in ihrem Bauernladl eine große Auswahl an

Tinkturen und Cremes. Wer dagegen zu den wahren Wildschönauer Wurzeln vordringen möchte, kommt am Krautinger nicht vorbei. Kaiserin Maria Theresia war es einst, die den armen Wildschönauer Bauern das Recht verlieh, aus der weißen Stoppelrübe Hochprozentiges herzustellen. Heute sind es noch 16 Bauern, die das Brennrecht ausüben und den – mal mehr, mal weniger nach Sauerkraut riechenden – Schnaps herstellen, der nur hier gebrannt werden darf.

Weitere Informationen: Tourismusinfo Wildschönau | [Hauserweg | Oberau 337](http://Hauserweg Oberau 337) | A-6311 Wildschönau, Telefon 0043/5339/82550 | www.wildschoenau.com



Gewinnen Sie 3 Tage Urlaub für 2 Personen.

Kennen Sie das sympathische Hotel Silberberger in der Wildschönau? (Weitere Informationen: www.silberberger.at). Genießen Sie 3 zünftige Tage inklusive Halbpension für 2 Personen. Wir verlosen diesen Aufenthalt. Einfach eine Postkarte senden an:

GISY/JUPPEN Magazin | c/o REMMBRAND. – Atelier für Konzeption u. Werbung | Berliner Allee 38 | 30175 Hannover. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Einsendeschluss: 31. Mai 2011



JOOP!

BERLIN

HOLY FASHION GROUP

ZAHNKLINIK  **PODBI 344**

ZAHNKLINIK PODBI 344 EIN LEBEN LANG.

Mit guten Schuhen ist es wie mit Zähnen – sie begleiten einen ein Leben lang. Jeden Tag sind sie für uns da. Um so mehr man sich um sie kümmert desto länger hat man Freude an Ihnen.

Wir sind gerne für Sie da, wenn es um Ihre ästhetische Zahnbehandlung geht.

ÜBERZEUGENDE LEISTUNGEN:

- Veneers
- Vollkeramik
- Bleaching
- Implantate u.v.a.

Natürlich schöne
Zähne!

Jetzt neu: Vorher wissen
wie es nachher aussieht.
Mit unserer digitalen
Animation. Sprechen
Sie uns an!

Weitere Informationen erhalten Sie unter:
Telefon 05 11-56 25 66 | www.zahnklinik-podbi344.de | 30655 Hannover

FAMILIE SCHOLLMAYER

NIEDERSACHSENS MORGENSHOW

WWW.ANTENNE.COM



Hit-Radio
antenne
NIEDERSACHSEN



Wer sagt denn, dass ein
Business-Schuh nur
gut fürs Geschäft ist?



LLOYD

GERMANY