

+ HELENA CHRISTENSEN, GAIL HONEYMAN

annabelle.ch

annabelle

7/17

Die Frauenzeitschrift der Schweiz

26. April 2017

annabelle

7/17

26. April 2017
8 Fr. 7.50 €

Wir sind Prinzessin

Traummode für
coole Mums
und ihre Töchter

**DER
SOMMER
KOMMT!**
BEAUTY- UND
FITNESSTIPPS FÜR
JEDES ALTER

**30 Seiten
Mutter-Tochter-
Extra**

MAMA, SAG MAL ...

... worin sind wir uns ähnlich?
Acht offene Gespräche
zwischen Müttern und Töchtern

+ Warum wir uns so oft auf die Nerven gehen

Soul Food
Wohlfühlrezepte
aus unserer
Kindheit



Liebe Leserin, lieber Leser

Was habe ich mich früher genervt, wenn meine Mutter nach dem Duschen oder Baden gleich die Wasserspuren und Ränder in der Wanne abrieb und mich dezidiert dazu anhielt, dasselbe zu tun. Wenn sie in der Küche und überhaupt überall in der Wohnung die Dinge in Behälter packte, damit nicht alles übereinanderpurzelt, sondern mit einem Griff gefunden wird. Wie unnötig fand ich das. Ich wollte in ihr vor allem die Rebellin sehen, die sie auch ist. Aber diese Macke: wie kleinlich.

Heute, Jahre später, ertappe ich mich dabei, wie ich dasselbe tue. Freundinnen, die mich zuhause besuchen, sagen: Bei dir hat alles seinen Platz – ich höre im Unterton «wie kleinlich». Und amüsiere mich. Denn es stimmt, ich, im Wesen eher leidenschaftlich-kreativ-chaotisch, mag Ordnung. Daheim den Überblick zu behalten, hilft mir im hektischen Alltag, mich zu entspannen. In der Hinsicht bin ich wie meine Mutter.

Mutter und Tochter: Es gibt keine komplexere Beziehung. Sie ist so nah, dass sie über alles hinwegtragen, und gleichzeitig so eng, dass sie einem den letzten Nerv rauben kann. Manchmal reicht ein Blick der Mutter, eine Geste der Tochter, schon ist das Gegenüber auf hundertachtzig. Gleichzeitig denken die meisten Frauen in grossen Momenten an ihre Mutter, selbst wenn sie sie nicht dabei haben wollen. Kaum eine andere Beziehung ist von so vielen Erwartungen, Ängsten, Wünschen und Hoffnungen geprägt. «Meine Mutter hat immer ...» ist möglicherweise der am meisten zitierte Satz in Therapiestunden. Und doch sagen selbst Töchter, die ihre Mutter nicht als beste Freundin be-



MAMMA MIA

zeichnen: Keine Ahnung, was ich tun würde, wenn sie nicht mehr da wäre.

Erstaunlicherweise sprechen trotzdem die wenigsten Mütter und Töchter offen über ihre besondere Bindung. Wir haben acht von ihnen gebeten, sich gegenseitig zu befragen. Und waren begeistert von den Erkenntnissen, die ihr Mut zum schonungslosen Austausch brachte. Für unser Modeshooting haben wir Mütter mit ihren Töchtern vor die Kamera gebeten und sie gefragt, was sie sich für ihre Kleinen wünschen.

Persönlich werde ich in der Beziehung zu meiner Mama besonders den Rat von Rea Köppel beherzigen: Die 38-Jährige hat für uns in bewegenden Worten aufgeschrieben, wie sie ihre kranke Mutter bis zum letzten Tag pflegte. Sie rät Müttern und Töchtern: Spannt euren Faden, verwebt ihn mit den Fäden anderer und bleibt gespannt.

Silvia Binggeli,
Chefredaktorin

silvia.binggeli@annabelle.ch



«Ich wünsche meiner Tochter, dass sie stets auf sich selbst vertraut. Und dass sie sich immer von mir getragen fühlt, auch wenn sie längst zu gross sein wird, um auf meinen Schultern zu sitzen», sagt Ornella Cacace. Die 36-jährige Fotografin und Mutter von Yuna (19 Monate) arbeitet regelmässig für annabelle. Von ihr stammen die Porträts zu den Mutter-Tochter-Gesprächen im Themenschwerpunkt. Seite 22.

ornellacacace.ch



Made in Scotland

Gail Honeyman? Diesen Namen sollte man sich merken: Gleich in 27 Ländern erscheint dieses Jahr ihr Romandebüt «Ich, Eleanor Oliphant». Junior Editor KERSTIN HASSE (links) hat sie in Glasgow besucht. Begegnet ist sie einer freundlichen und zurückhaltenden 45-jährigen Frau, die ihren Erfolg selbst noch nicht ganz fassen kann. Seite 58.

Schöner kochen

So haben Sie eine Gourmetgeschichte in annabelle noch nie gesehen: Die Lieblingsrezepte der Redaktion hat LIVI GOSLING (26) illustriert. Die Engländerin ist selbst passionierte Hobbyköchin und -bäckerin und möchte irgendwann ihr eigenes Kochbuch herausgeben. Deshalb war unser «Soul Food» für sie «ein Traumauftrag». Seite 132.



We Are Family

“Schon wieder jemand schwanger?”, fragte kürzlich unsere stv. Art Director Monika Macartney, als das Modeteam einen Freudentanz aufführte. Ja, zwei neue Erdenbewohner sind unterwegs. Und: 23 Kinder haben wir schon in der Redaktion!

Kids vor der Kamera

NADINE OTTAWA (37) hat unsere Modestory mit Müttern und ihren Töchterchen fotografiert. Auch dank ihrer eigenen Tochter Ella (19 Monate) hat sie Erfahrung mit kleinen Kindern vor der Kamera: «Sie sind komplett unberechenbar und oft auf positive Weise überraschend.» Seite 74.

nadineottawa.com



annabelle

Verleger Pietro Supino
Herausgeberin Tamedia AG, Werdstrasse 21, 8021 Zürich

REDAKTION

Chefredaktorin Silvia Binggeli
Stv. Chefredaktorin Jacqueline Krause-Blouin (*Koordination Lifestyle*)
Produktionsleiter Thomas Wernli (*Mitglied der Chefredaktion*)
Art Director Dieter Rössli
Reportagen Sven Broder (*Leitung*); Helene Aeckerli (*Journal*), Barbara Achermann (*Meine Meinung*), Frank Heer (*Kultur, Reisen*), Stephanie Hess (*Reisen*), Claudia Senn (*Kultur*); Kerstin Hasse (*Junior Editor; Now Open*)
Lifestyle Daniella Gurtner (*Leitung Mode*), Niklaus Müller (*Leitung Beauty*); *Mode*: Michèle Boeckmann, Cati Soldani; Nathalie De Geyter (*Junior Fashion Editor*); Luminosa Fashion Consulting (*Mailand*); Tanja Ursolo (*Paris*); *Lifestyle Text*: Barbara Loop; *Beauty*: Olivia Goricane; *Wohnen*: Line Numme
Produktion Evelyne Emmisberger (*Stv. Leitung*); Geraldine Capaul; *Korrektur*: Martina Erzinger
Bildredaktion Annette Keller (*Teamleitung*); Kathrin Wicki, Monica Pozzi (*Editor-at-large*)
Grafik Monika Macartney (*Stv. Art Director*); Bobi Hajas, Nicole Schmauser; Kevin Schärer (*Lernender*)
Fotostudio Daniel Valance (*Teamleitung*); Joan Minder; Christopher Kuhn, Johanna Hullár (*Assistenten*)
Sekretariat Denise Alt (*Leitung*); Leta Lisa Honegger, Vivian Scheifele (*Honorare*)
Online Julia Heim (*Teamleitung*); Viviane Stadelmann (*Stv. Teamleitung*); Silvia Principalli; Miriam Suter (*Junior Editor*)
Ständige Mitarbeit Andrea Bornhauser (*Online*), Nicole von Bredow (*Horoskop*), Geraldine Capaul (*Gourmet-News*), Bernd Gregorius (*Korrektur*), Karolin Frank Matter (*Grafik*), Nicole Gutschalk (*Online*), Marcella Hasters (*Grafik*), Natalie Hemengül (*Online*), Monique Henrich (*Event, Schmuck, Uhren*), Mathias Heybrock (*Film*), Connie Hüsser (*Wohnen*), Verena Lugert (*Buch*), Dietrich Roeschmann (*Kunst*), Florina Schwander (*Online*), Brigitte Zaugg (*Produktion*)
Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos wird die Verantwortung abgelehnt.

VERLAG

Verlag
Advertising

Sales Administration Print
Digital Advertising Services

Anzeigen Deutschland

Anzeigen Frankreich

Anzeigen UK

Anzeigen Italien

Auflage

Technische Herstellung
Ombudsmann der Tamedia

SERVICE

Redaktion, Verlag, Anzeigen

Werdstrasse 21, Postfach, 8021 Zürich
Redaktion: Tel. 044 248 63 33, Fax 044 248 62 18, redaktion@annabelle.ch
Leserinnenfragen: Tel. 044 248 61 08, Mo–Fr 9–12 Uhr, redaktion@annabelle.ch
Verlag: Tel. 044 248 63 33, verlag@annabelle.ch
Anzeigen: Tel. 044 248 42 30, anzeigen@annabelle.ch
Onlinewerbung: Tel. 044 248 52 71, online@annabelle.ch
Anzeigen Pinboard: Tel. 044 248 44 40, Fax 044 248 56 30, schalter.zuerich@tamedia.ch
E-Mail aller Mitarbeitenden: vornamen.name@annabelle.ch
Abo-Service Tamedia AG, Abo-Service, annabelle, Postfach, 8021 Zürich, Tel. 044 404 63 66 (Mo–Fr 8–12, 13.15–17 Uhr, Sa/So 8–11 Uhr), Fax 044 404 62 66, abo-service@annabelle.ch.
Kostenlose Umleitungen und Unterbrüche via Internet auf www.annabelle.ch/abo
Preise Einzelnummer 8 Fr.; Abonnemente: ¼-Jahr 46 Fr., ½-Jahr 79 Fr., 1 Jahr 143 Fr., 2 Jahre 256 Fr., 3 Jahre 345 Fr., alle Preise inkl. MwSt.; Deutschland und Österreich: Einzelnummer 7.50 Euro;
Abonnements Ausland: Preise auf Anfrage
Internet annabelle.ch

Die in dieser Zeitschrift publizierten Inserate dürfen von Dritten weder ganz noch teilweise kopiert, bearbeitet oder sonstwie verwertet werden. Ausgeschlossen ist insbesondere auch eine Einspeisung auf Online-Dienste, unabhängig davon, ob die Inserate zu diesem Zweck bearbeitet werden oder nicht. Der Verleger und die Inserenten untersagen ausdrücklich die Übernahme auf Online-Dienste durch Dritte. Jeder Verstoß gegen dieses Verbot wird vom Verlag rechtlich verfolgt.

Vertrieb Ausland: annabelle (ISSN #018644) is published semi-monthly for \$ 200.00 per year by Tamedia AG. U. S. Agent: International Media Service of New York, 100 Walnut Street – Door #1, Champlain, NY 919 – 1518. Periodical postage paid at Champlain, NY. Postmaster please send address changes to: annabelle c/o: I.M.S. of NY, P.O. Box 1518, Champlain, NY 919 – 1518.

Bekanntgabe von namhaften Beteiligungen der Tamedia AG i.S.v. Art. 322 StGB: 20 minuti Ticino SA, Adextra AG, Berner Oberland Medien AG BOM, BOOK A TIGER Switzerland AG, CIL Centre d'Impression Lausanne SA, Distributionskompagniet ApS, DJ Digitale Medien GmbH, Doodle AG, Doodle Deutschland GmbH, DZB Druckzentrum Bern AG, DZZ Druckzentrum Zürich AG, Edita S.A., Espace Media AG, Homegate AG, ImmoStreet.ch S.A., JobCloud AG, Jobsuchmaschine AG, Jointvision E-Services GmbH, Journal des Morges SA, LC Lausanne-cités S.A., Meekan Solutions Ltd., MetroXpress Denmark A/S, Olmero AG, ricardo.ch AG, ricardo France Sàrl, ricardoshops GmbH, Schaer Thun AG, Société de Publications Nouvelles SPN SA, Starticket AG, Tagblatt der Stadt Zürich AG, Tamedia Publications romandes SA, Tradono Switzerland AG, Trendsales ApS, tutti.ch AG, Verlag Finanz und Wirtschaft AG, Zürcher Oberland Medien AG, Zürcher Regionalzeitungen AG

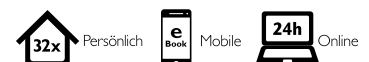
orellfüssli.ch



3 Bestseller
zum Preis von 2*
Der günstigste
Artikel ist gratis.

orell.
füssli
mein Buch

In allen Filialen und online unter:
orellfuessli.ch/3für2









POSSESSION

possession.piaget.com

PIAGET

Piaget Boutique
38, Bahnhofstrasse - Zürich

Piaget Boutique
40, rue du Rhône - Genf

Piaget Boutique
19, Grendelstrasse - Luzern

MÜTTER UND TÖCHTER

Unser Themenschwerpunkt: ab S. 22



Die grüne Nationalrätin Sibel Arslan und ihre Mutter Kerime Arslan

- 3 Editorial
- 4 Intern, Impressum
- 12 Online Neu auf annabelle.ch
- 16 Now Open Shoppen und Ausgehen
- 20 Stilecht mit Modechefin Daniella Gurtner
- 38 Journal Spezial Mütter und Töchter
- 53 Meine Meinung Auszug aus dem Hotel Mama
- 54 Auto Ford Kuga
- 56 Wie es ist, eine Bettszene zu spielen
- 58 Kultur
- 66 Der bewegte Mann Naturgesetze
- 143 Horoskop
- 151 Vorschau
- 152 Bezugsquellen
- 153 Preisrätsel
- 154 Meins Helena Christensen, Fotomodell

REPORTAGEN

- 22 **Mama, sag mal** ... was magst du an mir? Und was nicht? Acht Mütter und Töchter beantworten Fragen, die sie sich bisher nie gestellt haben
- 46 **Balanceakt** Tanzkarriere und Muttersein: Primaballerina Viktorina Kapitonova wagt den Spagat
- 48 **Das letzte Jahr** Wie eine Tochter ihre todkranke Mutter pflegt und begleitet. Ein Erfahrungsbericht
- 58 **Die Debütantin** Gail Honeyman schrieb mit 40 ihren ersten Roman «Ich, Eleanor Oliphant» und landete damit einen Coup. Wir trafen die Autorin in Glasgow

COVER

Foto: Joan Minder. Model: Lydia Atchison für Linden Staub/London trägt ein Seidenkleid von Marc Cain. Haare und Make-up: Rachel Bredy für Style Council/Zürich. Styling: Daniella Gurtner. Casting & Production: Monica Pozzi

WIR SIND PRINZESSIN

Mütter und ihre Töchter zeigen traumhafte Looks: S. 74



MODE

- 69 **Apropos Mode** Baby Gaga
- 70 **4x Kult** Modeuhren
- 74 **Traumhafte Mode** aus den besten Häusern – gezeigt von Müttern und ihren kleinen Töchtern
- 86 **Barock'n'Roll** Wie man barocke Attitüde mit coolem Streetstyle kombiniert
- 94 **Model-Familie** Die Looks von berühmten Models und ihren Töchtern – zum Nachstylen
- 100 **Mode News**
- 104 **Ganz mein Stil** annabelle stylt Leserinnen neu
- 106 **Bijoux News**

BEAUTY

- 107 **Inside Beauty** Mit Beauty-Redaktorin Olivia Goricanec
- 108 **Schön in Form** Die besten Tipps für einen gepflegten Badi-Body – für Frauen jeden Alters
- 114 **Mamas Tipps** Die Beauty-Ratschläge unserer Mütter

MAMA'S BEST

Die feinsten Rezepte unserer Mütter: S. 132



- 116 **Beauty Glückslos** Lubex Anti-Age
- 117 **Beauty News**

WOHNEN

- 122 **Wohnen Trend** Home Office mit Spassfaktor
- 124 **Touch Wood** So wohnen Möbeldesignerin Annaleena Hämäläinen und ihre Familie in der Nähe von Helsinki
- 131 **Wohnen News**

GOURMET

- 132 **Soul Food** Wenn Mama dieses Gericht kochte, war die Welt in Ordnung: Die Lieblingsrezepte der annabelle-Redaktion
- 139 **Gourmet News**

REISEN

- 140 **Meerfrauen** Besuch bei den Ama-Taucherinnen auf der japanischen Halbinsel Shima
- 142 **Reisen News**



LEBE
DEINE
LIEBE.



GLÜCK IST LIEBE.

„Solange ich an meinem Wellendorff-Ring drehe, werde ich immer dieses Glück spüren – ein Leben lang.“

Lebe Deine Liebe.

Die RING WASSERSPIEL ist erhältlich in Ihren Wellendorff-Lounges bei Beyer, Zürich und bei Schindler, Zermatt sowie bei den besten Juwelieren in der Schweiz: Zürich: Les Ambassadeurs • Basel: Seiler • Bern: Zigerli + Iff • Samnaun: Zegg Luzern: Les Ambassadeurs • Chur: Zoppi • Olten: Adam • Zug: Lohri. Sprechen Sie mit Ihrer Wellendorff-Expertin unter Tel. +49 7231 - 28 40 128 oder experte@wellendorff.com.



WAHRE WERTE

Wellendorff



Alexandra Kruse,
Stylistin und Autorin



Peter Krummenacher,
Hirn- und Placebo-Forscher



Ingrid Tomkowiak, Professorin für
populäre Literaturen und Medien



Sita Mazumder, Professorin für
Wirtschaft und Informatik

Wir sammeln dann mal Karmapunkte

annabelle
soirée

*Darüber
reden wir!*

Über Mittag zum Yoga-Guru, am Wochenende ins Schweige-
seminar – was der aufgeklärte Geist eben noch belächelt
hat, ist zum neuen Lifestyle geworden. Woher kommt
die Faszination für spirituelle Verheissungen? «Yoga, Engel,
Superfood – Selbstoptimierung oder Sackgasse?»: Über dieses kontroverse Thema diskutiert Chefredaktorin
Silvia Binggeli mit vier spannenden Persönlichkeiten an der
annabelle-Soirée am 8. Mai im «Park Hyatt Zürich».

Gewinnen Sie 2x 2 Tickets und diskutieren
Sie mit: annabelle.ch/soiree

WIN



WIN

Hier hat der Tag 25 Stunden

Im brandneuen 25hours Hotel an der Zürcher Europaallee
ist der Urban Chic zuhause. Gewinnen Sie ein
Wochenende (zwei Übernachtungen inklusive Frühstück
und eines Abendessens mit Getränkebegleitung) für
zwei Personen im Wert von 800 Franken.

annabelle.ch/twentyfivehours

So erreichen
Sie uns



online-redaktion
@annabelle.ch



annabelle.mag



annabelle_mag



annabelle_mag

Auch als E-Paper! So gehts:
annabelle.ch/epaper-hilfe



WALK THIS WAY



Chloé

EAU DE PARFUM



NOW OPEN



ZÜRICH – *Wer Hutmacherkunst wie anno 1919 erleben möchte, sollte bei Risa vorbeischaun. Die kleine Manufaktur aus dem Aargau hat in Zürich ihren ersten Shop eröffnet. Dort werden Hüte und Mützen vom klassischen Zylinder bis zum modischen Trilby verkauft.*

Risa Shop, Geroldstr. 17, 8005 Zürich, Tel. 056 624 20 42, risa.ch

STILL OPEN

APPENZELL — Dufte!

2003 hat Brigitte Stefani die Parfumerie an der Hauptgasse 19 in Appenzell übernommen, 13 Jahre später wusste sie:

Entweder ich schliesse das Geschäft oder ich gebe ihm einen neuen Anstrich. Nun wurde der Laden neu gestaltet, hell und modern, und auch bei den Produkten will sich Stefani Neuheiten widmen.

Neben Klassikern von Chanel oder La Prairie bietet sie Nischenprodukte von Terres d'Afrique oder Malin + Goetz an. Parfumerie Stefani, Hauptgasse 19, 9050 Appenzell, Tel. 071 787 26 32, parfumerie-stefani.ch



**NEU
ERÖFFNET**

In der Rubrik «Now Open» stellt annabelle die schönsten Geschäfte, Bars und Restaurants vor, die in den letzten sechs Monaten eröffnet oder komplett umgebaut wurden.

Füllen Sie auf annabelle.ch/anmelden das Bewerbungsformular aus, oder schicken Sie Ihre Unterlagen mit einem professionellen Foto an: annabelle, Now Open, Werdstr. 21, 8021 Zürich. Die Redaktion übernimmt keine Verantwortung für die eingesandten Unterlagen und behält sich eine Auswahl vor.



Zürich —

Yummie Yume

Ramen erleben in der Schweiz einen Boom. Die japanischen Nudeln, die im neuen Izakaya Yume Ramen in Zürich serviert werden, sind wie die Bouillon hausgemacht. Daneben beeindruckt aber auch die Sammlung japanischer Whiskys, auf die man beim kleinen Bruder des Edeljapaners Sala of Tokyo besonders stolz ist.

Reitergasse 6, 8004 Zürich, Tel. 044 271 72 73, yume-ramen.ch

ONLINE — Kleider für Kleine

Armandine Bonnard hat in den letzten fünf Jahren als Entwicklungshelferin in Peru gearbeitet. Zurück in der Schweiz, hat sie ihren eigenen Onlineshop eröffnet. Auf designcotton.com verkauft sie Babykleidung aus

peruanischer Pima-Baumwolle, die gut für sensible Babyhaut geeignet ist. Auch die Kleider werden in Peru geschneidert, genäht und von Hand bestickt. designcotton.com



annabelle 7/17

NOW OPEN



NIDAU BE — Feel Good

Andrea Mosimann weiss, wie schwierig es für ihre Schwester Gabriela ist, als Allergikerin gutes Gebäck zu finden, das gluten- und laktosefrei ist. Weil sie zudem schon lange davon träumte, Gastgeberin im eigenen Lokal zu sein, eröffnete sie das «Petit Four»: ein Café, das süsse und salzige Speisen anbietet – und zwar für alle. Am letzten Sonntag im Monat gibt es zudem einen Brunch, der wahlweise gluten- und/oder laktosefrei serviert wird.

Petit Four, Hauptstrasse 38, 2560 Nidau,
Tel. 032 331 01 54, petit-four.ch



Zürich — Zeitreise

Im Concept Store «Zuhause bis 2018» bieten fünf Schweizer Labels Innendekoration aus dem Midcentury an: edle Küchenausstattung, Wohnaccessoires aus den Fünfziger- und Sechzigerjahren sowie moderne Möbel, die stilistisch ebenfalls an diese Ära erinnern.

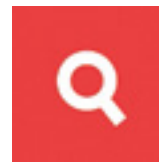
Zuhause bis 2018, Usterstrasse 14, 8001 Zürich, Tel. 079 319 17 77,
zuhausbis2018.ch



BASEL — Sneakers laufen gut

Wer Turnschuhe mag, der wird den Schweizer Shop Titolo kennen. Der Laden wurde 1996 in Bern gegründet und hat sich seither der Sneakerliebe verschrieben. Nun wird eine weitere Filiale in Basel eröffnet. Hier finden sich Brands wie Nike, Adidas, Puma, Reebok oder Le Coq Sportif.

Titolo, Steinvorstadt 30, Basel,
Tel. 031 312 95 01, en.titulo.ch



**annabelle-
Labelfinder**

**Suchen Sie eine
bestimmte
Marke oder ein
Geschäft?**

annabelle.ch/labelfinder



ZÜRICH – *Früher wurden in der Garage des Hotel Widder Autos parkiert, heute werden Drinks serviert. Während die eigentliche Hotelbar umgebaut wird, soll man in der temporären Garagenbar auf nichts verzichten müssen: Neben der legendären Whisky- und Cocktail-Auswahl der Widder-Bar gibt es auch die beliebten Foodklassiker wie Tatar und Hotdogs.*

Widder-Garage, Augustinerhof 1, 8001 Zürich, Tel. 044 224 27 72, widderhotel.com



ONLINE – Es geht rund

Karin Lorez liebt schöne Hamamtücher. Gleichzeitig ist die Designerin begeistert von den Roundies, die im letzten Sommer zum Trend wurden. In der Türkei fand sie einen Produzenten, der ihre Idee umsetzen konnte: Hamamroundies aus Baumwolle, verziert mit bunten Quasten.

theselahshop.com



EGG ZH – Wie es im Buche steht

Als die Buchhandlung in Egg schloss, war für Marianne Beutler und ihren Mann klar, dass es ohne Bücher in ihrer Gemeinde nicht geht. Sie gründeten eine Genossenschaft, die kurze Zeit später 120 Mitglieder hatte, suchten ein Lokal und eröffneten nach vier Monaten ihren Laden Buchzeichen. Ein Ort zum Stöbern und Lesen, vor allem aber auch ein Treffpunkt für die ganze Gemeinde.

Buchzeichen Egg, Mönchaltorferstrasse 8, 8132 Egg,
Tel. 044 994 76 76, buchzeichen-egg.ch



MODECHEFIN
DANIELLA GURTNER

WORKWEAR

«Flashdance» heisst der Film, der zu Beginn der Achtzigerjahre den Look und das Lebensgefühl definierte. Ich wollte so sein wie die Hauptdarstellerin, die Tänzerin Alex (Jennifer Beals) – so unangestrengt sexy, so cool. Und ich wollte so tanzen können wie sie und auch ein Rennvelo besitzen. Tomboy war damals und ist bis heute das Stichwort für mich, obwohl ich mich dann für einen anderen Beruf als den der Schweisserin entschieden habe.

Der Stil der Achtziger kehrt mal wieder zurück. Nicht nur in der Powersuit-Variante, sondern als Workwear- und Streetstylelook. Was ich ja viel interessanter finde, weil diese Looks super tragbar sind. Und wer hat gesagt, Logo-Sweatshirt geht nicht für Erwachsene? Jupe nicht zu Pumps? Ich habe einen Flash auf Socken in Highheels, Oversize-jumper und Militärjacken. Und wenn ich mir den Film zum wiederholten Mal anschau, bleibt auch der Glücksmoment nicht aus. What a Feeling!



1

- 1 Sweatshirt W'Ellery ca. 65 Fr. von Carhartt
- 2 Jupe 229.90 Fr. von Madeleine Mode
- 3 Socken 19 Fr. von Gant Rugger
- 4 Jacke 119 Fr. von H&M
- 5 Ledergürtel 79 Fr. von Lee
- 6 Highheels von Buffalo 109.90 Fr. bei Vögele Shoes



2



Tagsüber Schweisserin, nachts Barfrau: Jennifer Beals in «Flashdance»



3



4



6



5

GLÄNZENDER AUGENBLICK FÜR DIE EWIGKEIT



NEUE SOLITÄR KOLLEKTION

*Vollendete Juwelierkunst – vereint mit
ewiger Brillanz und edlen Materialien*

ZÜRICH - BASEL - BERN - LUZERN - GENÈVE

KURZ

WWW.KURZSCHMUCKUHREN.CH

MAMA, SAG MAL

... hast du manchmal Angst
um mich? Was magst
du an mir? Und was nicht?
Acht Mütter und Töchter
beantworten Fragen, die sie
sich bisher nie gestellt
haben – weil die Antworten
vielleicht wehtun.

Redaktion:
Barbara Achermann,
Kerstin Hasse
Fotos:
Ornella Cacace





Bloggerin Nives Arrigoni befragt ihre Mutter Andrea Arrigoni

Nives Arrigoni: Wen siehst du, wenn du mich ansiehst?

Andrea Arrigoni: Mich.

Was an mir ist dir völlig fremd?
Dass du deine Ziele so ernsthaft verfolgst. Ich hätte dir diesen Biss nicht zugetraut.

Welche Eigenschaften magst du an mir, welche nicht?

Ich mag deine Herzlichkeit, deine liebevolle, sanfte Art und dein Aussehen. Aber deine Sturheit und deine Besserwisserei mag ich nicht. Du hast auch keine Geduld. Als du klein warst, gabst du keine Ruhe, bis du das bekamst, was du wolltest.

Dein wichtigster Erziehungsgrundsatz?

Ein respektvoller Umgang.

Womit habe ich dich zum Weinen gebracht?

Als du ausgezogen bist. Und als dein Ex-Freund dich nach Strich und Faden betrog. Da habe ich mitgelitten.

Nimmst du manchmal das Telefon nicht ab, wenn ich anrufe?
Du rufst selten an.

Etwas, das du dich nie getraut hast, von dem du dir aber wünschst, ich würde es tun.
Ich wollte immer schon ein Flugzeug fliegen, habe mich aber nie getraut, das Ganze anzugehen.

WOMIT HABE ICH DICH ZUM WEINEN GEBRACHT? – ALS DU AUSGEZOGEN BIST

WIE HABE ICH DICH STOLZ GEMACHT? – MIT DEINEM WERDEGANG

Vielleicht schaffst du das ja mal!
Und ich kann mitfliegen.

Etwas, das du getan hast und von dem du mir abrätst?
Ich habe überstürzt geheiratet. Ein grosser Fehler.

Womit habe ich dich stolz gemacht?

Mit deinem Werdegang. Fremde Leute sprechen mich auf dich an. Das macht mich sehr stolz.

Magst du meine Frisur?
Ja, sehr! Ich würde auch so rumlaufen, wenn ich so jung wäre.

Hast du manchmal Angst um mich?

Ja. Wenn du Auto fährst. Oder wenn du abends allein nachhause gehst.

Mochtest du meinen ersten Freund?

Er war wundervoll! Ich habe geweint, als ihr Schluss gemacht habt.

Welches meiner Kleidungsstücke hättest du am liebsten in die Kleidersammlung gegeben?

Die zerrissenen Strumpfhosen, die du manchmal angezogen hast. Geht gar nicht! Mit Riesenlöchern.

Welche meiner Phasen hättest du gern nicht miterlebt?

Als Kleinkind hast du immer geweint. Immer!

Was war die schwierigste Zeit in deinem Leben?

Die Trennung und die darauf folgende Scheidung. Und manchmal ist es auch jetzt schwierig, ohne Partner zu sein. Weil ich manche Situationen oder Dinge nicht mit jemandem teilen kann.

Machst du dir Sorgen um Geld?
Ja.

Was an dir ist unemanzipiert?

Bei einem Date erwarte ich einen Gentleman. Er muss zuvorkommend sein, mich behandeln wie eine Lady.

Geht mir genauso. Wann hast du zum ersten Mal mit jemandem geschlafen?

Mit 16 Jahren.

Wie ich! Was findest du erotisch?
Einen sportlichen Körper.

Womit heiterst du dich auf, wenn es dir schlecht geht?

Mit einem Glas Prosecco und einer Folge «Gute Zeiten, schlechte Zeiten».

Was ist das Schönste am Älterwerden?

Die Erfahrung.

Was das Grausamste?

Die Falten.

Fürchtest du dich vor dem Tod?
Ja.

Wie möchtest du sterben?
Schnell und schmerzlos. Aber nun drehen wir den Spieß um, und ich interviewe dich.

Andrea Arrigoni befragt ihre Tochter Nives Arrigoni

Andrea Arrigoni: Womit habe ich dich stolz gemacht?

Nives Arrigoni: Mit der Trennung und Scheidung. Du hast bewusst in Kauf genommen, dass du deinen Lebensabend eventuell ohne Partner verbringen wirst; so hast du mir das einst gesagt. Das ist unheimlich ehrlich und bewundernswert.

Nimmst du manchmal das Telefon nicht ab, wenn ich anrufe?

Ja.

Lass uns zusammen etwas Verrücktes unternehmen. Worauf hättest du Lust?

Du und ich an einem Rave. Das wäre lustig!

Was wäre ich für ein Tier?

Ein Panther mit einem Löwenherz.

Wann hast du dich zum letzten Mal wegen mir geschämt?

Nie. Du hältst dich bis jetzt ja auch an die Abmachung, dass wir zwar auf Facebook befreundet sind, du

aber nichts kommentieren und nichts an meine Pinnwand schreiben darfst.

Was hältst du von meiner Karriere?

Du hast neben dem Haushalt und der Erziehung gearbeitet und meinen Bruder und mich nie in eine Kindertagesstätte gebracht. Das ist richtig awesome.

Wann hast du das letzte Mal Tränen über mich gelacht?
Als du mal wieder USB mit UBS verwechselt hast.

Wann wegen mir geweint?
Weiss ich nicht. Wir weinen meistens zusammen.

Welches Geschenk von mir fandest du schrecklich?
Die Hose in Kuhfelloptik.

Das Mutigste, was du je getan hast?

Ich war lange Zeit ein Achterbahnschisser. Und dann sass ich in der schnellsten Achterbahn der Welt in Abu Dhabi.

Die grösste Überforderung?
Die Einrichtung meiner ersten eigenen Wohnung.

Machst du dir Sorgen um Geld?
Nein.

Nimmst du Drogen?
Nein.

Was findest du erotisch?
Hände und Lippen.

Wird Sex überschätzt?
Nein. Wenn der Sex nicht stimmt, wird die Beziehung längerfristig auch nicht harmonisch sein.

Betest du?

Nein.

Ist da was nach dem Tod?

Ich glaube an Wiedergeburt.

Womit heiterst du dich auf, wenn es dir schlecht geht?

Mit Tierbaby-Videos auf Youtube – oder einer Runde «Sex and the City».

Fürchtest du dich vor dem Tod?
Nein.

Nives Arrigoni (26) aus Zürich bloggt über Lifestyle und Mode, nives-arrigoni.ch

Andrea Arrigoni (56) ist Bankangestellte und lebt in Affoltern am Albis ZH



Sophie Ringier befragt ihre Mutter, Verlegerin Ellen Ringier

Sophie Ringier: Worin gleichen wir uns?

Ellen Ringier: Wir gehen auf andere Menschen zu, sind hilfsbereit und offen. Das macht uns beide auch verletzlich.

Was hast du von mir gelernt?
Ich bin dank dir und deiner Schwester Lilly modern geblieben. Das ist zwar ein blödes Wort, aber es soll ausdrücken, dass ich stärker mit dem heutigen Zeitgeist verbunden bin, als wenn ich ohne Töchter geblieben wäre. Ich lebe ja ganz eng mit euch, mit euren Wünschen,

Ansichten, die alle viel lässiger sind als die meinen. Ich bin gewissermassen jünger geblieben.

Welche Eigenschaften magst du an mir?

Deine Warmherzigkeit. Mühe habe ich jedoch damit, dass du nicht wie ich die Dinge sofort und gründlich erledigen willst. Bei dir kann alles noch etwas warten.

Dein wichtigster Erziehungsgrundsatz?

Meinem Charakter entspricht die Konsequenz. Das gilt übrigens auch für meinen Beruf als Juristin.

Dein grösster Erziehungsfehler?

Es gab immer wieder Momente, wo ich dir gegenüber inkonsequent war, und ich wusste gleich, dass ich nicht hätte nachgeben dürfen.

Gibt es etwas, das du dich nie getraut hast, von dem du dir aber wünschst, ich würde es tun?

Ich habe zeitweise richtig vergessen, dass es mich nicht nur als Ehefrau und Mutter gibt, sondern dass ich auch eigene Wünsche habe. Das hat mich auch mehrmals im Leben in eine Krise geführt. Ich weiss, dass meine Erziehung in den Fünfziger- und Sechzigerjahren noch viel zu sehr auf die Frauenrolle, auf das Zudienen fixiert war. Und dies trotz der Tatsache, dass ich ins Gymi, an die Uni durfte. Ich hoffe, dass du jederzeit deinem Partner, deinem Kind oder wem auch immer geradeheraus sagen kannst: Bis hierhin und nicht weiter!

Magst du meine Frisur?
Ich finde, dass dir die offenen Haare viel besser stehen als der Knoten, den du häufig wohl deswegen

machst, weil du keine Zeit hattest, dir die Haare zu waschen.

Was ist meine grösste Schwäche?

Bis vor kurzem hätte ich dir sofort mit «Disziplin» geantwortet. Doch finde ich, dass du in letzter Zeit viel diszipliniert geworden bist, und ich denke, dass dir dabei dein Kind, aber auch die Liebe zu deinem Partner enorm geholfen haben. Aber ich wäre ja nicht dein Mami, wenn ich an dieser Stelle nicht sagen würde, dass du durchaus noch ein wenig daran arbeiten kannst.

War ich ein schwieriges Kind?

Du warst das Gegenteil! Erinnerst du dich, als dein Primarlehrer gesagt hat: «Jeden Tag kommt ein Sonnenschein in die Schule.» Genau so warst du: fröhlich, unkompliziert, gesund. Die später erkannte Legasthenie hat dann alles schwieriger gemacht für dich.

Hast du manchmal Angst um mich?

Früher hatte ich Angst, dass du zu gutmütig wärst, dass du ausgenutzt werden könntest. Heute vertraue ich darauf, dass du dich zu wehren weisst.

Mochtest du meinen ersten Freund?

Na ja. Ich habe mir dir gegenüber nie wirklich negative Bemerkungen erlaubt, ich fand immer, dass das deine Sache ist, vertraute darauf, dass du schon merken wirst, was Sache ist – und so ist es auch gekommen, nicht wahr?

Welches Kleidungsstück hättest du am liebsten in die Kleidersammlung gegeben?

Alle Kleider mit Flügelärmeln, in denen du wie eine Fledermaus ausgesehen hast.

Welche meiner Phasen hättest du gern nicht miterlebt?

Deine Trotzphase in der Pubertät. Ich konnte sagen, was ich wollte, und es war, als hörtest du mich nicht.

Was wünschst du dir noch für mein Leben?

Du könntest den Alltag, den Haushalt, die Ämtli noch viel strukturierter und routinierter angehen. Als Mensch bist du absolut ernsthaft und zuverlässig, in der Erledigung der praktischen Dinge nicht so.

Was hältst du von meiner Karriere?

Bring mal dein Marketingstudium zu Ende – dann reden wir wieder über Karriere!

Was ist das Mutigste, was du je getan hast?

Mit 16 hatte ich nur einen Wunsch, nämlich rund um die Uhr Ski zu fahren. Eines Tages wartete ich bei heftigstem Schneegestöber und eisiger Kälte oben auf dem Berg, bis die letzte Pistenkontrolle wegfuhr, und machte mich beim Eindunkeln selber auf den Weg. Mir war dabei vollkommen klar, dass ich bei einem Sturz die Nacht im Schnee kaum überlebt hätte.

Wer war deine erste grosse Liebe?

Das war im selben Jahr, ebenfalls mit 16. Ich verliebte mich in einen gleichaltrigen Mann, der wie ich in der Jugendmannschaft des Ski-Clubs Luzern war und daher an den Wochenenden die gleichen Skirennen fuhr wie ich. Nun ja, die Gruppe – soweit ich mich erinnere ausser mir nur Jungs – übernachtete dann jeweils im gleichen Zimmer. Der Rennleiter hatte wohl übersehen, dass ich ein Mädchen war. Ich sah ja damals auch aus wie ein Junge!

Was war der erste Eindruck, den du von meinem Vater hattest?

Endlich ein Junge, der grösser war als ich! Zudem elegant, witzig und ausgesprochen sportlich, was mir damals, mit zwanzig Jahren, als das Wichtigste erschien. Und er schenkte mir statt mickrigen Blumen witzige Kurzgedichte!

Wurdest du aufgeklärt?

Klar, ich hatte eine ausgesprochen aufgeklärte Mutter, die mir anhand völlig unerotischer und unvergesslich sachlicher Bilder die weiblichen Geschlechtsorgane erklärte. Du kannst dir vorstellen, dass es nahe gelegen wäre, die älteste Tochter mit Warnungen aller Art zu überschütten. Erstaunlicherweise geschah nichts dergleichen, und so hatte ich im Gegensatz zu meinen Klassenkameradinnen keine Angst vor der ersten intimen Begegnung mit einem Mann.

Wann hattest du zum ersten Mal Sex?

Ich hatte grosses Glück, mit 19 an einen Mann zu geraten, der älter und erfahren war. Und er arbeitete erst noch beim Pharma-Unternehmen Schering, das die erste Pille herausgab. Sehr praktisch! Das Verhältnis dauerte ein Jahr, bis zu meiner Matura. Er hielt sogar um meine Hand an, aber meine Eltern wollten davon nun gar nichts wissen – und ich eigentlich auch nicht.

Bin ich eher zu forsch oder zu verklemmt beim Thema Sex?

Ich habe es immer vermieden, zu sehr in das Innenleben meiner Töchter sehen zu wollen. Ich denke, du hast mir das gesagt, was du sagen wolltest, wo dir vielleicht mein Rat wichtig erschien. Du kommst mir bei diesem Thema weder verklemmt noch forsch vor.

Wird Sex überschätzt?

Mir schien Sex während meiner Studienzeit unglaublich wichtig, danach – während meiner Ehe – wurden so viele andere Dinge wie gemeinsame Interessen, ein grosser Freundeskreis und später du und deine Schwester zunehmend wichtig, sodass ich heute sagen kann: Die einseitige Fixierung auf Sex kann mit Sicherheit nicht als Fundament einer glücklichen Ehe gelten. Umgekehrt kann ich es mir nicht vorstellen, eine Ehe einzugehen, in der das Paar sexuell nicht kompatibel ist. Sex schafft die Nähe und das Vertrauenspotenzial, das für die ganze Dauer einer Ehe essenziell ist.

**ICH MÖCHTE SO LANGE
LEBEN, DASS ICH
WEISS, DASS IHR AUF
EINEM GUTEN WEG
DURCHS LEBEN SEID**

ICH HÄTTE AUCH GERN EINE BEZIEHUNG ZU MEINEM PARTNER, WIE DU SIE MIT PAPA HAST

Betest du?

Ich bin nicht wirklich religiös in dem Sinn, dass ich mich einer bestimmten Religion zugehörig fühle, und so glaube ich weniger an einen alten Mann mit Bart, der über uns wacht und den man Gott nennt, sondern an eine sich dem menschlichen Verstand entziehende Macht, die letztlich unser Schicksal in der Hand hat. Und dennoch habe ich ab und zu das Bedürfnis, dieser unbestimmten, nicht zu benennenden Macht, die ich als Schutzmacht empfinde, zu danken oder ihre Hilfe zu erbitten. Das ist dann mein Gebet.

Ist da was nach dem Tod?

Ich fürchte nein.

Womit heiterst du dich auf?

Ich rufe dich an. Nein, Spass! Ich mache die Erfahrung, dass mir meine Arbeit und meine sonstigen Aufgaben so etwas wie ein Gerüst geben, das mich daran hindert, in ein Loch zu fallen. Und ein Glas Wein oder so ist auch hilfreich, wie ich finde.

Was ist das Schönste am Älterwerden?

Es ist wohlthuend, dass ich meine Emotionen zusehends besser in den Griff kriege, ja, ich denke, ich bin in den letzten Jahren um einiges gelassener geworden. Ich muss mich jetzt nicht mehr um alles und jedes sorgen, ich kann besser loslassen.

Das Grausamste?

Meine physischen Möglichkeiten waren dank dem vielen Sport in meiner Jugend immer gut. Das Nachlassen dieser Kräfte und – mehr noch – meines Gedächtnisses macht mir mehr zu schaffen, als ich es früher für möglich gehalten hätte. Ich fürchte mich nicht so sehr davor zu sterben, aber ich

fürchte mich vor dem Verlust meiner geistigen Fähigkeiten!

Wie möchtest du sterben?

Wer wünscht sich nicht, einfach einzuschlafen und nicht mehr zu erwachen? Und das bitte ohne vorher leiden zu müssen! Auf jeden Fall möchte ich so lange leben, dass ich weiss, dass du und Lilly und die beiden Enkel auf einem guten Weg durchs Leben sind.

Ellen Ringier befragt ihre Tochter Sophie Ringier

Ellen Ringier: Wie hat sich mein Gesicht im Verlauf der Jahre verändert?

Sophie Ringier: Ich weiss, dass es dir in der Vergangenheit nicht immer gut ging und du kaum gelacht hast, wenig fröhlich warst. Heute hat dein Gesicht zwar ein paar Falten mehr, aber es ist auch wieder das lächelnde Gesicht meiner Kindheit.

Was hast du von mir gelernt?

Wenn man mit dir zusammenlebt, dann kann man gar nicht anders, als das zu werden, was du sozialkompetent nennst. Schon im Kindergarten habe ich andere Kinder nachhause gebracht, denen du dann irgendwie helfen wolltest oder konntest. Immer willst du, dass es den anderen besser geht, und das will ich mittlerweile genauso. Ich habe natürlich nicht das Geld, um so grosszügig zu sein wie du.

Womit habe ich dich stolz gemacht?

Am meisten bin ich stolz darauf, dass ich eine Mutter habe, die nicht einfach so dahinlebt, sondern immer wieder nach dem Sinn des Lebens sucht und nach dem Sinn dessen, was sie tut.

Und womit zum Weinen gebracht?

Früher hast du mich ab und zu einfach ignoriert, wenn du die Nase voll von mir hattest. Und einmal bist du so lange vor meiner Zimmertür gesessen und hast mich nicht rausgelassen, bis ich mein Zimmer

aufgeräumt hatte. Das hat bei mir zu Schreikrämpfen geführt! Jetzt habe ich schon lange nicht mehr wegen dir geweint, aber ich kann immer noch recht traurig werden, wenn ich merke, dass du mit mir oder dem, was oder wie ich etwas mache, nicht zufrieden bist. Lern doch einfach, dass nicht alle so tüchtig sind wie du.

Nimmst du manchmal das Telefon nicht ab, wenn ich dich anrufe?
Ja. Ich weiss, dass du dein Telefon immer abnimmst oder immer gleich zurückrufst, aber ich schaffe das nicht. Manchmal bin ich mit meinem Kleinen beschäftigt, manchmal bin ich zu müde, und manchmal scheue ich mich davor, dir zu sagen, dass ich etwas immer noch nicht erledigt habe.

Magst du meine Frisur?

Nein, ich wünschte mir, dass du deine Haare wieder tönst. Ich finde nicht, dass dir weisse Haare stehen.

Welches meiner Kleidungsstücke sollte ich in die Kleidersammlung geben?

Keines, sondern alle mir!

Worum beneidest du mich?

Als Erstes fällt mir deine Körpergrösse ein.

Wofür bewunderst du mich?

Obschon du und Papa so verschiedenen und oft nicht gleicher Meinung seid, schaffst du es immer wieder, die Stimmung in Ordnung zu bringen. Ich hätte auch gern eine Beziehung zu meinem Partner, wie du sie mit Papa hast.

Machst du dir Sorgen um mich?

Ja, ich finde, du hast zu viele Aufgaben und eigentlich zu viele Sorgen, die du nicht haben müsstest, wenn du dir einfach ein schönes Leben gönnen würdest.

Was hältst du von meiner Karriere?

Ich fand es immer und finde es heute noch gut, dass du dein Studium zu Ende gebracht hast und

eine Frau Doktor bist. Die Leute haben Respekt vor dir, das möchte ich auch einmal. Mir gefällt auch, dass du immer gearbeitet hast.

Wann hast du das letzte Mal Tränen über mich gelacht?

Papa und Lilly geht es wie mir: Manchmal können wir uns fast nicht halten vor Lachen, wenn du einen von Papas Witzen nicht kapiert – oder nicht lustig finden willst.

Was ist das Schlimmste, was ich dir als Mutter angetan habe?

Wir sind mal zusammen mit Papa nach England geflogen, ausgerechnet an meinem 16. Geburtstag! Du wolltest unbedingt, dass ich wie Grossmutter in ein Internat gehe. Du glaubtest, ich würde es gut haben. Ich weiss aber, ich wäre der unglücklichste Mensch geworden. Allein schon die Schuluniform, weisst du noch?

Was ist meine grösste Schwäche?
Deine grösste Schwäche ist auch deine Stärke: deine Emotionen.

Was würdest du bei der Erziehung deiner Tochter anders machen?

Ich wäre definitiv strenger, als du es gewesen bist – von Papa gar nicht zu reden.

War ich manchmal eine schwierige Mutter?

Welche Mutter ist das nicht? Du kannst so grosszügig wie pingelig sein.

Welches Bild siehst du, wenn du an deine Kindheit denkst?

Das grosse alte Haus, in dem wir wohnten. Es war aus Sandstein gebaut, denkmalgeschützt und hatte zuoberst ganz viele kleine Räume, in denen Lilly und ich uns verstecken konnten. Wir waren sehr glücklich dort. Den Neubau, in den wir später gezogen sind, mochten wir zunächst ganz und gar nicht.

Das Mutigste, was du je getan hast?

Ich fand mich sehr mutig, als ich mit 13 Jahren allein nach Kansas

flog und bei einer wildfremden, aber sehr netten Familie wohnte.

Die grösste Überforderung?

Als ich in der 28. Schwangerschaftswoche meinen Sohn Jayden gebären und ihn danach fast drei Monate lang jeden Tag in der Neonatologie der Uniklinik besuchen musste.

Ich war ja erst 22-jährig, und es ging mir ganz und gar nicht gut.

Wann hast du zum letzten Mal etwas zum ersten Mal gemacht?

Zum ersten Mal habe ich das Gefühl, dass ich mein Leben endlich selber in die Hand genommen habe, ich arbeite an meiner Gesundheit und kann bald mein Studium beginnen.

Machst du dir Sorgen ums Geld?

Was habe ich für ein Glück, dass du und Papa meine kleine Familie unterstützt. Aber mein Ziel und auch dasjenige meines Partners ist schon, irgendwann unabhängig zu werden oder mindestens fast unabhängig.

Deine dunkle Seite?

Willst du ehrlich wissen? «Rache ist süss!» Wenn mir jemand gemein kommt, kann ich mich ganz schön darüber freuen, wenn derjenige, der mir eine Grube graben wollte, selber hineinfällt.

Was an dir ist unemanzipiert?

Dass ich immer noch keinen Fahr ausweis habe.

Glaubst du an die eine grosse Liebe?

Ja, unbedingt, ich habe sie gefunden! Vor sieben Jahren. Er ist der Vater meines Kindes.

Dein erster Kuss?

Viel zu früh, ich war erst 13.

Ab wann kann man der Liebe trauen?

Das wüsste ich selber gern.

Wird Sex überschätzt?

Ja.

Womit heiterst du dich auf?

Ich nehme, wenn es geht, ein warmes Bad. Du wirst jetzt gleich «ein viel zu heisses Bad» sagen.

Sophie Ringier (24) beginnt demnächst ein MBA-Studium. Sie wohnt in Wangen bei Dübendorf ZH

Ellen Ringier (65) lebt in Küsnacht ZH. Die Juristin gibt u. a. das Elternmagazin «Fritz und Fränzi» heraus

annabelle-Redaktorin Line Numme befragt ihre Tochter Liv

Line Numme: Worin gleichen wir uns?

Liv Numme: In vielen Dingen. Unser Aussehen, wie wir reden – die Art, wie wir sind.

Welche Eigenschaften an mir magst du, und welche nerven dich?
Was mich nervt, ist, dass du mich manchmal nicht ausreden lässt, weil dir gerade spontan etwas eingefallen ist. Und wenn du das Gefühl hast, du könntest einfach über Dinge entscheiden, und dann meinst, das hätten wir doch gemeinsam entschieden. Ich mag, dass du immer eine eigene Meinung hast und dich nicht so schnell von ihr abbringen lässt. Manchmal geht es einfach ein bisschen zu weit.

Was hast du von mir gelernt?
Die Welt in einem positiven Licht zu betrachten. Und du hast mir gezeigt, wie man Entscheidungen fällt.

Wie? Aus dem Bauch heraus?
Ja, einfach, dass ich mich nicht so nervös machen lasse dabei. Ich kann es zwar noch nicht so gut wie du, mir keine Sorgen machen und Dinge auf mich zukommen lassen, aber ein bisschen hast du es mir schon beigebracht.

Was beschäftigt dich?
Ob ich die Gymiprüfung bestanden habe. Meine Zukunft beschäftigt mich im Moment am meisten, da sie für mich noch nie so unklar war wie jetzt gerade.

**WAS HAST DU VON MIR
GELERNT? – DIE WELT
IN EINEM POSITIVEN LICHT
ZU BETRACHTEN**



Wann findest du mich peinlich?

Du warst mir noch nie peinlich. Okay, ausser vielleicht ein Mal, an meiner Geburtstags-Pyjamaparty in der 6. Klasse, als ich mitten in der Nacht mit zwei Jungs spazieren gehen wollte und du uns zurückgepfiffen hast. Ich konnte nicht verstehen, wieso du so ausgeflippt bist. Nachher habe ich mich aber eigentlich mehr über mich selbst als über dich geschämt.

Womit habe ich dich zuletzt zum Weinen gebracht?

Letzten Januar, an meinem Geburtstag, als ich deine Karte gelesen habe. Du hast geschrieben, dass du immer hinter mir stehen wirst, egal was ich in Zukunft machen möchte und welche Entscheidungen ich fällen werde. Das fand ich so schön, dass ich weinen musste.

Was wäre ich für ein Tier?

Dein Sternzeichen ist ja Löwe. Vom Charakter her bist du schon ein bisschen eine Löwin. Du bist stark und irgendwie einfach die Chefin.

Machst du dir auch mal Sorgen um mich?

Wenn ich dich weinen sehe, wegen eines Streits mit Papi, dann mache ich mir Sorgen. Ich sehe dich sehr selten weinen, und wenn ich es tue, finde ich es immer ganz schlimm.

Wann hast du das letzte Mal Tränen über mich gelacht?

Als wir kürzlich alle zusammen eine Folge «Modern Family» geschaut haben. Dein Lachen ist einfach so ansteckend!

Was ist das Schlimmste, was ich dir angetan habe?

Das Schlimmste ist, wenn du von mir enttäuscht bist. Wenn du einfach böse bist auf mich, dann kann ich damit umgehen. Aber wenn du sagst, dass ich dich enttäuscht habe, dann bin ich richtig traurig. Weisst du noch, als ich damals in

den Ferien nicht auf diesen Familienausflug mitwollte?

Ja, du meinst meinen kleinen Ausraster.

Genau. Als du mir in deiner Wut und Enttäuschung die Schultasche, ein paar Kissen und sonst noch einiges, was dir gerade in die Finger kam, angeschmissen hast. Da war ich total geschockt, dass ich dich so in Rage bringen konnte.

Welches Bild siehst du, wenn du an deine Kindheit denkst?

Schweden. Unsere Sommer auf Rossö. Dort konnte ich immer ich sein und alles machen, was ich wollte. Weit weg von der Schule, rannte ich barfuss auf den Felsen herum und fühlte mich frei.

Wolltest du mal von zuhause weglaufen?

Ja, damals, als ich sagte, ich wolle auswandern. Da war ich wohl etwa acht oder neun. Ich weiss nicht mehr, was der Grund war, aber ihr habt mir einfach nicht geglaubt, dass ich das durchziehen würde, also wollte ichs euch zeigen. Ich packte meine Sachen und ging los, in den Wald. Ich weiss noch, dass Papi mir mit dem Velo hinterherfahren musste, um mich zu suchen. Ich wollte euch einfach demonstrieren, dass ihr mich ernst nehmen müsst.

Was hilft dir, wenn du dich schlecht fühlst?

Mich zurückziehen. Und wenn ich bereit bin, rede ich mit jemandem, den ich gern habe und der mich aufheitern kann. Das bist meistens du, Papi oder Leia.

Glaubst du an die eine grosse Liebe?

Ich lese gern Bücher, in denen es auch um Liebe geht, und ja, ich glaube daran oder wünsche es mir einfach. Ich habe meine aber bis jetzt noch nicht getroffen. Ich denke sogar, dass man der grossen Liebe im Lauf verschiedener Leben immer wieder begegnen kann. So wie du auch.

Liv Numme (15) hat soeben die Aufnahmeprüfung fürs Gymnasium bestanden
Line Numme (43) lebt mit ihrem Partner und den zwei Töchtern in Zürich

Sexualtherapeutin Dania Schifan befragt ihre Mutter Maja Schifan – und umgekehrt.

Dania Schifan: Worin gleichen wir uns?

Maia Schifan: Wir sind beide sensibel und einfühlsam, weshalb wir wohl beide als Psychologinnen arbeiten.

Das Mutigste, was du je getan hast?

Mit 49 Jahren habe ich mich bei einer Datingplattform eingeschrieben und auf diesem Weg etliche nette Männer kennen gelernt. Es hat mich viel Mut gekostet, Treffen abzumachen und aus dem familiären Kokon hervorzutreten. Und was war bei dir das Mutigste?

Ich denke, ich versuche mich immer wieder meinen Ängsten zu stellen. Als Kind wurde ich wegen meiner Narben im Gesicht oft gehänselt. Das hat mich bis ins Erwachsenenalter verunsichert. Besonders öffentliche Auftritte im Fernsehen sind mir schwergefallen. Heute hingegen geniesse ich sie.

Wie wurdest du eigentlich aufgeklärt, Mama?

Ich musste mir die sexuelle Aufklärung selber mit «Bravo»-Heftli und Freundinnen erarbeiten. Vor allem dein Grossvater war sehr prüde, zeigte sich vor uns nie nackt und wollte mich, um meine Jungfräulichkeit zu bewahren, auf eine Reise mit meinem ersten Freund begleiten.

Eigentlich voll witzig, dass Opa mir später meine Lizenziatsarbeit über Sexualität Korrektur gelesen hat. Ich selber wurde ja megagenau



aufgeklärt. Papa hat mir die biologischen Vorgänge im Detail erklärt – ganz der Tierarzt. Und als ich die ersten sexuellen Erfahrungen sammelte, warst du dann die, die mir alle Fragen beantwortete. Ich fragte mich oft, wie das andere machen, die nicht so eine offene Mutter haben. Mit der Zeit wurde mir klar, dass mein Körper immer wieder neu auf Berührungen reagiert und ich stets dazulerne. Wie beim Üben auf einem Instrument, so ist es auch mit dem Körper – wenig Training bringt wenige Melodien, häufiges Spielen bringt vielfältigste Lieder zutage.

Was findest du erotisch?

Ich mag, wenn Menschen wissen, was sie wollen, wenn sie sich wohl in ihrem Körper fühlen und sich selbst geniessen.

Was ist das Schönste am Älterwerden?

Vieles muss nicht mehr unbedingt sein. Äusserliche Schönheit betrachte ich zum Beispiel an mir und meinem Schatz mit viel mehr Toleranz und Gelassenheit, sogar mit Humor. Während ich mich als junge Frau nicht besonders attraktiv fand, finde ich mich heute gar nicht mal so schlecht. Auch über altersbedingte Zipperlein kann ich mich amüsieren. Ich spiele sogar mit dem Oma-Sein, lasse mir helfen, mich einladen. Wie ist dein Verhältnis zum Älterwerden, Dania?

Ich war früher viel unsicherer und strenger mit mir. Heute sehe ich, dass gewisse Schwächen auch Stärken sein können, zum Beispiel meine ausgeprägten weiblichen Kurven. Selbst über die ersten grauen Haare freue ich mich. Ich finde sie edel und schön.

ICH FRAGTE MICH OFT, WIE DAS ANDERE MACHEN, DIE NICHT SO EINE OFFENE MUTTER HABEN

Womit heiterst du dich auf, wenn es dir schlecht geht?

Ich gehe liebend gern in Brockenstuben oder auf Flohmärkte stöbern oder selber verkaufen. Das ist meine Psychotherapie.

Meine auch!

Dania Schiftan aus Zürich beantwortet im Radio 1 Fragen zu Sexualität und Partnerschaft

Maja Schiftan lebt in Winterthur. Sie ist Therapeutin am Institut für Audio-Psycho-Phonologie



Schriftstellerin Silvia Overath und ihre Mutter, Schriftstellerin Angelika Overath, befragen sich gegenseitig

Silvia Overath: Wen siehst du, wenn du mich ansiehst?

Angelika Overath: Eine junge Frau, die mir gefällt und auf die ich gespannt bin. Als ich deinen Roman «Robbe schwimmt rückwärts» gelesen habe, bin ich erschrocken. Wenn nur ein Bruchteil von dem, was du da schreibst, autobiografisch ist, dachte ich, dann weiss ich sehr viel nicht. Dann habe ich einfach einiges, was wichtig war, nicht mitbekommen. Da dachte ich, ob wir dich vielleicht zu wenig geschützt oder begleitet haben. Wie siehst du das? Es ist ja schwierig zu entscheiden, wie viel Nähe noch gut ist. Manchmal denke ich, eine distanzlose Überbetreuung könnte für ein Kind ebenso gefährlich sein wie eine Verwahrlosung.

Es gibt ja diverse Grauwerte, die zwischen Überbetreuung und Verwahrlosung liegen. Zu der Zeit, als

ich die Matura machte, war viel los bei dir und Vater – eure Eltern sind innerhalb weniger Jahre gestorben, Krebs und andere Krankheiten, die Geburt des dritten Kindes, der bevorstehende Umzug in die Schweiz. Ich glaube, ihr hattet manchmal einfach nicht mehr so viel Energie für Kind Nummer eins.

Gibt es etwas, das du dich nie getraut hast, von dem du dir aber wünschst, ich würde es tun? Dass ich mich etwas nicht getraut hätte, war eher nicht mein Problem. Und ich glaube, deins ist es auch nicht.

Was ist meine grösste Schwäche? Dass es dir schwerfällt, schwach zu sein. Und auch da sind wir uns vielleicht ähnlich, in diesem Grössenwahn, alles zu schaffen. Dabei muss es oft nicht sein. In Gelassenheit liegt Freiheit. Ich glaube, ich war, was das oft übertriebene Arbeitsethos angeht, kein gutes Beispiel. Findest du nicht?

Ich habe die Genauigkeit, die du in deine Arbeit steckst, immer bewundert! Aber ja, Gelassenheit fällt uns beiden schwer. Da liegt bei uns beiden aber auch ein gewisser Egozentrismus darunter.

AUCH DA SIND WIR UNS VIELLEICHT ÄHNLICH, IN DIESEM GRÖSSENWAHN, ALLES ZU SCHAFFEN

Das Mutigste, was du je getan hast?

Um mutig sein zu können, muss man ja Angst vor etwas haben. Ich hatte nicht so viel Angst, ich meine, um mein Leben. Ich hatte sehr oft Angst wegen euch, wegen meiner drei Kinder. Aber da hilft kein Mut, da hilft nur aushalten. Mutig war vielleicht, dass ich mit 58 Jahren zum ersten Mal eine Psychotherapie begonnen habe, klassisch, auf der Couch. Ich hatte nicht Angst um mich, sondern wegen mir. Konkret war es die Angst, dass ich mit der Pubertät deines jüngsten Bruders nicht zurechtkommen würde.

Und du? Was war das Mutigste, was du je getan hast?

Ich habe vor kurzem zwei Freundschaften beendet, weil die Leute mir nicht gutgetan haben. So etwas hatte ich noch nie gemacht.

Wer war deine erste grosse Liebe? Vermutlich mein Deutschlehrer. Ich war so voller Sehnsucht nach guten Texten. Dein Vater und ich sind jetzt fast vierzig Jahre zusammen. Dazu braucht es mehr als Liebesleidenschaft. Und darauf zielt doch der Begriff von der grossen Liebe ab, oder?

Womit heiterst du dich auf, wenn es dir schlecht geht?

Ich gehe in die Sauna. Und du machst Yoga, oder?

Ja, und Sauna auch. Oder ich gehe laufen, und seit kurzem mache ich Chi Kung – das ist eine Art bewegte Meditation. Manchmal hilft es aber auch einfach, gesünder zu essen, mehr zu schlafen oder in den Arm genommen zu werden.

Silvia Overath (31) lebt als Film-dramaturgin und Autorin in Hamburg, 2015 erschien ihr Roman «Robbe schwimmt rückwärts» Angelika Overath (59) lebt in Sent, Unterengadin. Im Herbst erscheint «Der Blinde und der Elefant. Schöne Geschichten»



Musikerin Heidi Happy befragt ihre Mutter Cécile Zemp-Sigris

Worin gleichen wir uns?

Auch ich war sehr spontan, hab vieles ausprobiert, ohne lange zu fragen, wusste, was ich wollte. Wir setzen uns Ziele, bleiben dran – sind uns selber und anderen treu.

Das Mutigste, was du je getan hast?

Heiraten und Kinder haben.

Welche Träume konntest du meinetwegen nicht verwirklichen?
Keine. Es ist eher so, dass du mich auf neue Ideen gebracht und mich aufgemuntert hast, selber kreativ weiterzuforschen.

War ich dir irgendwann im Weg?

Überhaupt nicht! Dass du mir immer vertraut hast, wenn ich wieder irgendwelche Ideen umsetzen wollte, bedeutet mir so viel. Das hatte einen grossen Einfluss auf mein Selbstvertrauen und hat mich animiert, gross zu träumen und es immer wieder zu wagen, meine Träume zu verwirklichen.

Was ist meine grösste Schwäche?

Ich rede viel lieber über Stärken; die anderen akzeptieren unsere Schwächen ja oft besser als wir selbst.

Wann hast du zum letzten Mal etwas zum ersten Mal gemacht?
Die vierwöchige Ayurvedakur vor vier Jahren in Indien mit deinem Papi. Das hat sich so stark auf unser Leben ausgewirkt, dass wir seither jedes Jahr erneut in eine Ayurvedakur gegangen sind.

Womit heiterst du dich auf, wenn es dir schlecht geht?

Ich muss irgendwie aktiv sein, mache einen Spaziergang an der frischen Luft, spiele Klavier und singe. Oder aber ich versuche, in der Meditation zu Ruhe und Frieden zu kommen. Und du?

Am liebsten mach ich mit der Familie einen Ausflug in die Berge. Wenn ich allein bin und alles ganz schlimm ist, bade ich auch gern mal im Elend und höre dazu traurige Musik.

Heidi Happy (36) aus Luzern ist Musikerin, Komponistin und Produzentin. Cécile Zemp-Sigris (71) lebt in Dagmersellen LU. Sie ist Sopranistin, Gesangslehrerin und Chorleiterin.



Nationalrätin Sibel Arslan interviewt ihre Mutter Kerime Arslan

Sibel Arslan: Dein
Erziehungsgrundsatz?

Kerime Arslan: Mach eine gute Ausbildung, damit du später auf eigenen Beinen stehen kannst. Ich selber konnte ja nur fünf Jahre in die Schule gehen und musste deshalb in der Schweiz als Reinigungskraft arbeiten. Eine andere Wahl hatte ich nicht. Und: Werd nicht zu früh schwanger.

Wir hatten lange eine Art WG daheim. Du wolltest nicht, dass jemand von uns auszieht, obwohl wir längst volljährig waren.

Ich mochte die Stimmung, die ihr verbreitet habt. Dadurch habe ich mich auch selber jung gefühlt.

Ich fands auch wunderbar, aber Anfang zwanzig will man halt das Nest verlassen. Ich weiss noch, wie ich ausziehen wollte, ich hatte

NIMMST DU AUCH MAL NICHT AB, WENN ICH ANRUFE? – IM GEGENTEIL, ICH RENNE

bereits den Vertrag für die Wohnung unterschrieben und dann deinetwegen doch wieder alles abgesagt.

Womit habe ich dich stolz gemacht?

Alles, was du tust, erfüllt mich mit Stolz.

Und womit zum Weinen gebracht?

Bei deiner Geburt musste ich viel weinen. Sie hat drei Tage gedauert, wir waren zuhause in einem Dorf, und es war nur eine Hebamme da.

War ich ein schwieriges Kind?
Nein, du warst sehr schnell von Begriff. Ich musste nur A sagen, und schon hast du B gesagt.

Nimmst du manchmal das Telefon nicht ab, wenn ich anrufe?
Im Gegenteil, ich renne.

Magst du meine Frisur?
Ich finde es schade, dass du deine langen Haare abgeschnitten hast.

Was war die schwierigste Zeit in deinem Leben?

Als ich sechs Jahre lang mit dir und deinen Brüdern in der Türkei lebte und dein Vater bereits in der Schweiz war. Ich habe ihn sehr vermisst, hatte richtigen Liebeskummer. Wir haben uns pro Woche zwei Briefe geschrieben und jeden Samstag telefoniert. Ich wollte nicht, dass ihr in der Türkei aufwachst, weil die politische Situation für uns Kurden schwierig war.

Ab wann kann man der Liebe trauen?

Nach neun Jahren.

Dein erster Kuss?

Mit 21.

Wer war deine erste grosse Liebe?

Dein Vater.

Der erste Eindruck, den du von ihm hattest?

Wir sind ja im gleichen Dorf aufgewachsen, und ich habe von klein auf bemerkt, dass er mich beobachtet. Wenn ich auf dem Feld arbeitete oder wenn ich spazieren ging, spürte ich stets seinen Blick.

Was an ihm hat dir besonders gefallen?

Seine Ehrlichkeit.

Gabs mal einen Mann, für den du Vater fast verlassen hättest?

Verlassen nicht, aber mir hat auch einmal ein anderer gefallen. Du weisst wer, wir machen ja heute noch manchmal Witze darüber.

Wo musst du unbedingt noch hin?

Afrika. Dort, wo die Menschen arm sind, möchte ich helfen.

Betest du?

Ja, ich bete mehrmals am Tag. Und ich fahre auch gern nach Maria Stein und zünde dort in der Klosterkirche eine Kerze an. Du weisst ja, wir Aleviten können überall beten.

Womit heiterst du dich auf, wenn es dir schlecht geht?

Ich gehe in den Schrebergarten, wühle in der Erde.

Lass uns zusammen etwas Verrücktes unternehmen. Worauf hättest du Lust?

Mit dir in die Berge fahren, in die Natur, und aus tiefstem Herzen schreien.

Wie möchtest du sterben?

Herzinfarkt.

Dein letzter Wunsch?

Mehr Respekt für Frauen.

Sibel Arslan (36) ist Nationalrätin der Grünen. Die Juristin lebt in Basel
Kerime Arslan (57) wohnt in Basel. Sie hat bis zu ihrer Knieverletzung vor einem Jahr als Reinigungskraft gearbeitet

Schriftstellerin Zora del Buono befragt ihre Mutter Marlies del Buono

Zora del Buono: Worin gleichen wir uns?

Marlies del Buono: In den Launen. Gute Laune, schlechte Laune.

Aber ich bin doch nie schlecht gelaunt!

Ja, wahrscheinlich hast du recht. Ich variere mehr.

Und sonst?

Nehmen wir mal das Positive. Wir sind beide hilfsbereit. Mir fallen aber mehr Unterschiede ein, merke ich gerade. Ich bin kritisch zurückhaltend.

Ich nicht, oder?

Du? Nein! Ich bin ja auch verschwiegen. Du, nun ja ... eher nicht. Das ist die Italianità deines Vaters!

Dabei ging mir Italien früher so auf die Nerven. Dieses emotionale Brimborium. Immer Drama. Aber letzten Endes bin ich wahrscheinlich auch so. Machen wir weiter mit der Frage «Worin gleichen wir uns?».
Wir haben beide eine Liebe zur Ästhetik.

Du hast Kunstgeschichte studiert. Ich Architektur.

Da habe ich dich hingbracht, sonst hättest du gar nichts studiert.





AUSSER UNS STEHT DA NIEMAND. DAS IST EIN TYPISCHES BILD. ES GAB IMMER NUR UNS BEIDE

Nur weil ich eine schlechte Schülerin war und manchmal das Gymi abbrechen wollte ...? Ich habe sehr gern Architektur studiert! Ich hätte auch gern Architektur studiert, Kunstgeschichte war eine Notlösung. Aber ich zog ja gleichzeitig ein Kind auf und arbeitete im Spital. Da bot mir das Kunstgeschichtsstudium mehr Freiraum als die Architektur an der ETH.

Ich war als Kind wahnsinnig stolz, wenn wir morgens gemeinsam aus dem Haus gingen: du an die Uni und ich in die Schule. Aber du warst ein Schlüsselkind! Ich hatte deswegen oft ein schlechtes Gewissen.

Ach was, das Birchermüesli, das du mir zum Zmittag gemacht hast, war immer super. Und du hast mich manchmal mitgenommen. Das fand

ich toll. Ich habe in der Aula gewartet und gebastelt. Dadurch habe ich gelernt, allein zu sein. Wir können beide gut allein sein.

Das ist ein grosses Privileg. Ja, das sehe ich bei denen, die es nicht können. Das ist sehr anstrengend.

Noch toller fand ich aber, wenn ich mit ins Kinderspital durfte, wo du neben deinem Studium als Röntgenassistentin gearbeitet hast. Wochenenddienst.

Weihnachtsdienst! Ich mochte dieses Rund-um-die-Uhr-Arbeiten im Spital. Nur schon der Geruch der Röntgenbilder! Ich habe einen weissen Kittel angezogen und fand mich sehr erwachsen. Noch heute mag ich Spitäler. Die Arbeit im Spital ist so tatkräftig. Weihnachten hin oder her, wenn man Dienst hat, hat man Dienst. Dafür braucht man sowohl physische als auch psychische Stärke. Vor allem im Kinderspital. Da muss man mit vielem fertig werden.

Das ist es, was ich an dir so mag: dass du immer stark warst. Du hast als junge Witwe dein Leben in die Hand genommen. Das habe ich von dir gelernt. Es wird nicht über Schicksalsschläge gejamert, sondern das Beste aus der Situation gemacht. Andere Frage: Welches Bild siehst du, wenn du an deine

Kindheit denkst? Kinder sind ja so egozentrisch und vergessen gern, dass die Eltern vor ihnen auch ein Leben hatten.

Wie ich mit dem Velo von Wildeggen nach Lenzburg in die Schule radle. In Niederlenz gesellen sich Buben dazu und rufen: «Da chunt de Barometer, da chunt de Barometer!» Den Spitznamen hatte ich bekommen, weil ich einmal bei Regen ohne Regenmantel gefahren bin und tropfnass wurde. Und du?

Ich sehe uns zwei an einer Reling stehen. Ich weiss nicht, auf welchem Schiff das war. Es ist kühl. Ich trage eine karierte Wolljacke. Du ein braunes Leder-Deuxpièces. Ausser uns steht da niemand. Das ist ein typisches Bild. Es gab immer nur uns beide.

Zora del Buono (54) lebt in Berlin und Zürich. Sie ist Architektin, Mitgründerin der Zeitschrift «Mare» und Autorin. Zuletzt erschien der Roman «Hinter Büschen, an eine Hauswand gelehnt» Marlies del Buono (82) leitete die städtische Galerie Zimmermannhaus in Brugg AG. Sie lebt in Zürich und Berlin

ONLINE

Probieren Sie es aus: Den ganzen Fragebogen finden Sie auf annabelle.ch/fragen



#YOURMOVE

swatch[®] 
S W I S S M A D E

WOMAN AT WORK

Nicole Zehnder

Bäuerin,
Hausfrau, Mutter,
Cham ZG

Wollten Sie schon immer Bäuerin werden?

Nein. Ich habe mir stets gesagt: Heirate ja keinen Bauern. Heute ist Bäuerin mein Traumberuf. Was mögen Sie daran? Ich arbeite gern mit Tieren. Zurzeit haben wir 18 Kühe, bald sind

es hoffentlich doppelt so viele. Und: Es ist schön zu sehen, wie gern meine Töchter auf dem Bauernhof aufwachsen. Was machen Sie morgens als Erstes? Ich stehe um Viertel vor sechs auf, tränke die Kälber und bringe den Stall in Ordnung. Danach mache ich Frühstück.

Wann haben Sie Feierabend? Um 21 Uhr, wenn die Kinder im Bett und die Kühe gemolken sind. Was würden Sie heute lieber tun, als zu arbeiten? Ans Meer fahren. Wir waren seit acht Jahren nicht mehr in den Ferien.

Nicole Zehnder (39) ist Mutter von drei Töchtern (1, 8 und 10) und bewirtschaftet mit ihrem Mann einen Milchwirtschaftsbetrieb von 9 Hektaren.

Für 1 Liter Milch erhält Bäuerin Nicole Zehnder 55 Rappen



Gabor

UNWIDERSTEHLICH



Mehr auf www.gabor.de oder  FACEBOOK



Illustratorin Bijou Karman zeigt in ihren Bildern vier wichtige Aspekte der Mutter-Tochter-Beziehung.
Thema 1: Mama, die beste Freundin

WOLLEN FRAUEN LIEBER TÖCHTER ALS SÖHNE?

Egal, Hauptsache gesund, sagen Schweizerinnen.
So entspannt ist man aber nicht überall.

«Der spezifische Wunsch nach einem Jungen oder einem Mädchen taucht bei uns sehr selten auf. Viel wichtiger ist es den Paaren, ein gesundes Kind zu bekommen», sagt Simone Kobler, Gynäkologin am Kinderwunschzentrum Baden. Aus ihrem privaten Umfeld wisse sie aber, dass sich einige Frauen eher ein Mädchen wünschten. Zu diesem Ergebnis kommt auch der «Tages-Anzeiger». In einer nicht repräsentativen Umfrage gaben 46 Prozent der 2035 befragten Frauen an, sich beim ersten Kind ein

Mädchen zu wünschen. Nur jede Fünfte wünscht sich explizit einen Buben. Hauptgrund: Die Frauen hoffen, mit einem Kind, das das gleiche Geschlecht hat wie sie selbst, mehr gemein zu haben.

Statistiken zu Adoptionen bestätigen die Präferenz für Töchter jedoch nur bedingt. 2015 wurden in der Schweiz 159 Buben und 170 Mädchen adoptiert.

Dass sich der Wunsch nach Töchtern und derjenige nach Söhnen in westlichen Nationen die Waage halten, zeigen Zahlen zu In-vitro-Fertilisationen aus

Mexiko, wo Eltern das Geschlecht ihres Kindes auch aus nicht medizinischen Gründen wählen dürfen: Laut dem Microsort-Labor in Mexiko-Stadt, das Spermien entsprechend den Kundenwünschen sortiert, wurden zwischen 2010 und 2016 49 Prozent Samples mit Spermien bestellt, aus denen weibliche Embryonen, 48 Prozent aus denen ein Bub entstehen soll. 3 Prozent der Samples waren gemischt. In der Schweiz liegen dazu keine Zahlen vor, da jede Art von In-vitro-Geschlechtsbestimmung nur zulässig ist, wenn dadurch Erbkrankheiten abgewendet werden können.

In weiten Teilen der Welt aber gelten weibliche Nachkommen noch immer als Last. Weibliche Föten werden deshalb oft abgetrieben. Laut Bevölkerungsfonds der Uno kamen in China zwischen 1990 und 2010 rund 23 Millionen weniger Mädchen als Buben zur Welt, in Indien waren es gut 13 Millionen.

**Ratschläge
von Mama, die man erst
schätzt, wenn man
selbst erwachsen ist**

«Du hast doch warme Unter-
wäsche dabei, oder?»

Nervt mich längst nicht
mehr, denn untenrum mag
ichs gern warm.

Helene Aecherli, Reporterin

«Nimm doch ein Tellerchen.»
Stimmt, ich will ja nicht alles
voller Brösmeli haben.

Barbara Loop, Lifestyle-Redaktorin

«Hast du dich angeschnallt?»
Aus Trotz schnalle ich mich
im Auto bis heute nicht an,
wenn meine Mutter dabei ist.
Sonst natürlich schon.

Stephanie Hess, Redaktorin

«Seid achtsam mit den
Dingen.»

Ja, an guten Tagen falte ich
sogar Papiersäcke vor
dem Versorgen zusammen.

Geraldine Capaul, Produzentin

«Bettwäsche nach dem
Waschen schön symmetrisch
aufhängen und an der Leine
glatt ziehen, damit ist
sie praktisch schon gebügelt.»
Da hatte meine Mutter recht.

Claudia Senn, Redaktorin

«Vor der Abreise wird geputzt.
Und zwar richtig.»

Verstand ich früher nicht.
Heute wische ich spätnachts
noch den Küchenboden, weil
ich will, dass alles picobello
ist, wenn ich zurückkehre.

Kerstin Hasse, Junior Editor

«Pass auf!»

Nein, heute mal nicht, dachte
ich früher. Und was sage ich
nun zu meinen Kindern, wenn
sie das Haus verlassen? Genau!

Sven Broder, Leiter Reportagen

**Sätze der Mutter, die man
nicht mehr hören
kann – damals wie heute**

“Hast du alles?”

Barbara Loop, Lifestyle-Redaktorin

«Wie kannst du
da nur hinfahren?»

Claudia Senn,
Redaktorin

**«Bist du
sicher?»**
Sven Broder,
Leiter Reportagen

“Zieh dir eine Jacke an!”

Leandra Nef, Reportagen-Praktikantin

Plüss' Punkt

*In der Urfassung
von “Schnee-
wittchen”
war nicht die
Stiefmutter,
sondern die
leibliche Mutter
der Bösewicht.*

Mathias Plüss, Wissenschafts-
journalist und «Sammler von
unnützem Wissen», erklärt, wie
die Welt eben auch noch tickt.
Er freut sich über jede Anregung.
mathias.pluess@bluewin.ch



DIE TANTEN DER ELEFANTEN

Behandeln Tiermütter ihre Töchter anders als ihre Söhne? Robert Zingg, Senior-Kurator Zoo Zürich, über Platzhirsche, Elefantentanten und Chefsauen.



KURZ GEFRAGT —

Ist eine Tochter
ihrer Mutter
genetisch ähnlicher als
ihrem Vater?

Sven Cichon, Professor
für Medizinische
Genetik an der Universität Basel:

Elefanten: Sie haben eine matrilineare Familienstruktur, das heisst, die Töchter bleiben bei den Müttern, die Bullen verlassen die Herde, wenn sie zwischen sechs und zehn Jahre alt sind. Die älteste Tochter wie auch die Grossmutter und die Tanten unterstützen die Mutter bei der Betreuung des weiblichen und männlichen Nachwuchses. Sie folgen dabei dem Prinzip der indirekten genetischen Fitness: Indem sie ihre Verwandte bei der Aufzucht des Jungen unterstützen, das ja auch Träger der eigenen Gene ist, ermöglichen sie dem Kleinen gute Startbedingungen, was wiederum die Chancen zur Weitergabe ihrer Gene erhöht.

Schweine: Auch sie leben im Matriarchat, die Säue verjagen die Männchen, sobald die etwa 18 Monate alt sind. Weibliche und männliche Ferkel werden aber, soviel man weiss, bezüglich Zugang zu den Zitzen gleich behandelt.

Hirsche: Hirschkühe investieren mehr in die Aufzucht der männlichen Kälber als in diejenige der weiblichen. Männliche Kälber werden häufiger und pro Mal

länger gesäugt, dafür bleiben weibliche Jungtiere länger bei der Mutter. Grund für diese Ungleichbehandlung: Männliche Junghirsche müssen zur Verbreitung der Gene sehr schnell selbstständig werden. Und da Hirsche ein Haremsystem pflegen, sind die Selektion und die Konkurrenz unter Hirschen gross. Mama investiert also in die Startposition ihres Jungen.

Riesenkängurus: Riesenkänguru-Müttern wird bei der Aufzucht von männlichem Nachwuchs mehr abverlangt als bei derjenigen von weiblichem. Da das männliche Jungtier viel mehr und öfter trinkt und auch schneller wächst, muss Mama häufiger auf Futtersuche. Viele Muttertiere sind nach der Aufzucht eines Jungen so erschöpft, dass sie für eine Weile nicht mehr trächtig werden können. Die Natur hat sozusagen einen Schongang eingerichtet.

Übrigens: Im Tierreich ist die Zahl der weiblichen und männlichen Nachkommen generell ausgeglichen.

Plüss' Punkt

Engagierte Grossmütter können den Fortpflanzungserfolg ihrer Töchter erhöhen. War die Oma mütterlicherseits noch am Leben, so sank etwa im 18. und 19. Jahrhundert das Sterberisiko von ostfriesischen Kindern im ersten Lebensjahr von 13 auf 9 Prozent.

«Es gibt keine Hinweise darauf, dass es zwischen Müttern und Töchtern eine bevorzugte Vererbung bestimmter Gene gibt, die Ähnlichkeiten bezüglich Merkmalen oder Krankheiten erklären würde. Ob das Kind gewisse Veranlagungen von der Mutter oder vom Vater erbt, ist Zufall.

Doch scheinen nicht nur die Gene per se für die Vererbung von Merkmalen verantwortlich zu sein, sondern auch Umweltfaktoren: prägende Verhaltensweisen etwa oder soziale Beziehungen – wie eben die Mutter-Tochter-Beziehung. So ist es vorstellbar, dass sich die Persönlichkeit der Mutter auf jene der Tochter abfärbt.

Wie dies die Zellen beeinflusst, ist noch weitgehend unerforscht. Studien legen jedoch nahe, dass unsere Erbinformation in Abhängigkeit von der Umwelt chemisch verändert werden kann, man spricht von Methylierung. Diese chemische Veränderung könnte eine unterschiedliche Nutzung der genetischen Information bewirken. Und dieser Prozess wiederum verläuft bei Müttern und Töchtern wahrscheinlich ähnlicher als bei Vätern und Töchtern. Folglich sieht es also so aus, als würden mütterliche Eigenschaften auf die Tochter vererbt.»

FACTS & FAMILY

Der erste *Muttertag* wurde 1908 in West Virginia auf Initiative von Anna Marie Jarvis durchgeführt.

Im Andenken an ihre Mutter, die während des Amerikanischen Bürgerkriegs sogenannte Mother's Friendship Days organisierte, verteilte sie am Sonntag nach der Predigt weisse und rote Nelken.

Fünf Jahre später wurde der Muttertag national anerkannt. Die Kommerzialisierung des Feiertags verärgerte Jarvis jedoch so sehr, dass sie im

Kampf gegen den von ihr ins Leben gerufenen Feiertag ihre gesamte Familienerbschaft aufbrauchte.

Ein gutes Elternhaus verhilft jungen Mandrill-Weibchen, Primaten aus der Familie der Meerkatzenverwandten, später zu einem hohen Rang in der Gruppe. Die soziale Stellung wird von der Mutter auf die Tochter vererbt.

Plüss' Punkt

Mädchen pflegen auf sehr ähnliche Weise zu erzählen wie ihre Mütter – etwa was die Detailliertheit betrifft. Die Erzählstile von Müttern und Söhnen oder von Vätern und ihren Kindern gleichen sich hingegen nicht.



Thema 3: Hilfe, ich werde wie meine Mutter!

In Südkorea vermeidet man es – sogar in der Familie –, Personen mit dem persönlichen Namen anzusprechen. Eine Mutter redet ihre Tochter nur mit «Tochter» oder «Kind» an. Auf diese Weise wird die familiäre Rangordnung hervorgehoben.

Bei weiblichen *Fledermäusen* der Art Grosse Hufeisennase ist es durchaus üblich, dass Tochter, Mutter und Grossmutter sich mit demselben Männchen paaren. Dies, so zeigen Untersuchungen, wirkt sich positiv auf den sozialen Zusammenhalt innerhalb der Fledermauskolonie aus.



“ICH ORIENTIERE MICH AM URTEIL VON FRAUEN”

Der Konflikt zwischen Müttern und Töchtern hält die Männer an der Macht, sagt die Geschlechterforscherin und feministische Aktivistin Franziska Schutzbach.

annabelle: Franziska Schutzbach, die Mutter-Tochter-Beziehung wird meist als Problemzone betrachtet. Warum?

Franziska Schutzbach: Dafür gibt es verschiedenste Erklärungen. Eine lautet, dass Töchter den traditionell niederen Status der Mutter ablehnen. Mutterschaft genießt in unserer an Männern ausgerichteten Gesellschaft nach wie vor wenig Prestige. Sie wird ins Private verdrängt, ist unsichtbar, wird aber gleichzeitig als aufopferungsvoll und selbstlos idealisiert. Das ist ein schwieriges Rollenmodell. Töchter orientieren sich deshalb eher am Vater. Der verspricht Welt, Abenteuer und Einfluss.

Mütter sind innerhalb der Familie aber oft sehr dominant, im positiven wie im negativen Sinn. Kompensieren sie dadurch das fehlende Prestige?

Plüss' Punkt
*Uneheliche
Töchter haben
eine erhöhte Wahr-
scheinlichkeit,
selber nie zu
heiraten – offenbar
imitieren sie das
Paarungsverhalten
ihrer Mütter.*

Ja, das kann man so sehen. Manche Mütter herrschen geradezu. Nicht umsonst ist die tyrannische Mutter eine verbreitete literarische und mythologische Figur. Meist bleibt sie jedoch eine Handlangerin des Patriarchats, auch insofern, als dass sie ihre Töchter oft passförmig macht für ein patriarchales System. Dies ermöglicht ihr einen gewissen Status – als Mutter, die ihre Pflicht erfüllt.

Ist der Bezug auf das Patriarchat nicht zu simpel, um die komplexen Mutter-Tochter-Beziehungen zu erklären?

Ich spreche hier weniger von real gelebten Mutter-Tochter-Beziehungen als von Darstellungen der Mutter-Tochter-Beziehungen in der westlichen Kulturgeschichte, die unser Verhalten prägen. Nehmen wir das Märchen vom Rotkäppchen: Die Rolle der Mutter besteht darin, Rotkäppchen zu sagen, dass es nicht vom Weg abkommen soll. Rotkäppchen hält sich nicht an ihre Weisung und wird vom bösen Wolf, dem Patriarchat, gefressen. Die Botschaft ist: Mädchen sollen ihren Müttern gehorchen.

Womit der Konflikt programmiert ist.

Genau. Eine anthropologische These besagt, dass der Konflikt, also letztlich die Spaltung zwischen Müttern und Töchtern – wie zwischen Frauen überhaupt – historisch notwendig war, um Männermacht zu ermöglichen.

Jahrtausendlang wurde in unterschiedlichen Kulturen der Frauentausch praktiziert, das heisst, Frauen wurden an Männer weggegeben, um Macht- und Besitzverhältnisse zu regeln. Die Söhne blieben auf dem Hof oder beim Clan, während die Töchter ihre Beziehungsgefüge aufgeben mussten. Diese Weitergabe von Macht und Besitz unter Männern durfte nicht durch starke Frauenverbindungen gestört werden.

Das ist in vielen Regionen noch immer so.

Natürlich. Auch in der westlichen Welt leben patrilineare Traditionen fort, in Ritualen, zum Beispiel: Heiratet die Tochter, wird sie oft vom Vater zum Altar begleitet – dies ist die Inszenierung der Übergabe der Tochter an einen anderen Mann. Die Mutter spielt hier keine Rolle mehr.

Heute sind jedoch viele Frauen berufstätig und machen Karriere. Inwiefern wird dies die Mutter-Tochter-Beziehung verändern?

Ich weiss es nicht. Gegenüber dem neuen Frauenbild bin ich skeptisch. Eine Berufskarriere als Alternative zu Hausfrau – ist das emanzipatorisch? Frauen müssen alles können, sich zu Tode schuften und dabei erst noch perfekte Mütter und sexy sein. Zukünftige Untersuchungen sollten fragen: Wie geht es den Töchtern der heutigen Supermums?

Viele Frauen sagen: «Ich will nicht so werden wie meine Mutter.» Man hört hingegen kaum: «Ich will nicht so werden wie mein Vater.»

Ja. Weil Männer bis heute die gesellschaftlich bedeutenden Positionen besetzen. Sie sind Autoritäten, von denen Frauen anerkannt werden wollen. Auch Männer orientieren sich vor allem an Männern. In der Soziologie nennt man dies Homosozialität. Die ist für Frauen schwer zu durchbrechen.

Plüss' Punkt

Um keine Mode-Fauxpas zu begehen, lassen sich 48 Prozent der britischen Mütter beim Kleiderkauf von ihren Töchtern beraten.

Was ist der Ausweg?

Zum Beispiel, an den Beziehungen unter Frauen zu arbeiten. Wir können versuchen, gegenseitig unseren Einfluss und Status zu stärken.

Ist es aber nicht so, dass sich Frauen in Bezug auf den Mann in einem ständigen Konkurrenzkampf befinden? Das ist ein Problem aller minorisierten Gruppen. Anstatt sich aneinander zu orientieren, sind sie auf diejenigen fixiert, die mehr Macht haben als sie selbst. Dadurch werden die vorherrschenden Massstäbe ständig reproduziert. Ich versuche, diesen Mechanismus zu durchbrechen, indem ich mich am Urteil von Frauen orientiere. Wenn ich etwa einen Text schreibe, überlege ich nicht, wie der Text sein muss, damit er in einer Zeitung erscheint, sondern frage mich: «Was würde meine Freundin dazu sagen?» Ich versuche dadurch, andere Kriterien für mein Denken und Handeln relevant zu machen.

Das hört sich an wie ein rein intellektuelles Konstrukt.

Es ist eine politische Entscheidung. Ich bin überzeugt: Wenn Frauen den derzeitigen Massstäben die Autorität entziehen und sich mehr aufeinander beziehen, ändert sich etwas. Es geht dabei nicht um Sisterhood, sondern darum, dass Frauen sich als Subjekte ernst nehmen.

Im Fokus steht also nicht Frauen-solidarität?

Nein. Solidarität ist zur Erreichung konkreter Ziele zwar sinnvoll, aber hier meine ich etwas anderes: dass Frauen sich einen Subjektstatus ermöglichen. Das heisst durchaus auch, dass sie an-

derer Meinung sein können oder aus verschiedenen Lebensbereichen kommen.

Sie haben eine 10-jährige Tochter. Wie leben Sie Ihre Mutterrolle?

Sicher nicht allzu harmonisch. Ich finde die Vorstellung sonderbar, dass Mütter und Töchter in Harmonie leben müssen. Vielmehr geht es um die Möglichkeit von Differenz. Aber meine Tochter ist kein Versuchskaninchen. Ich bilde

mir ein, dass ich die Balance zwischen Nähe und Distanz ganz gut hinbekomme. Meine Tochter ist nicht meine verlängerte Identität, sie weiss, dass ich mein Leben und meine Leidenschaften habe. Wenn sie eines Tages auszieht, muss sie sich keine Sorgen machen. Ihre Mutter wird beschäftigt sein.

Franziska Schutzbach lehrt und forscht am Zentrum Gender Studies an der Universität Basel



Thema 4: Helikopter-Mamas, die über ihre bereits erwachsenen Töchter wachen

«Tanz ist meine Berufung.
Ich wünsche mir für
mein Kind, dass es die
seine finden kann»:
Viktorina Kapitonova (31)
mit Sohn Henry

“ES IST EIN MUTIGER BALANCEAKT”

Tanzkarriere und Muttersein:
Primaballerina Viktorina
Kapitonova wagt den Spagat.
Eine Herausforderung, wie
sie beim Treffen im Opernhaus
Zürich erzählt. Sechs
Wochen nach der Geburt.

Interview: Sulamith Ehrensperger
Foto: Johanna Hullár

annabelle: Viktorina Kapitonova, Prinz Siegfried aus «Schwanensee» haben Sie gegen den kleinen Prinzen Henry getauscht. Aber Hand aufs Herz – hätten Sie sich als Primaballerina nicht lieber eine Tochter, eine kleine Ballerina, gewünscht?

Viktorina Kapitonova: Ich wäre wohl nicht sehr gut im Töchterlein-Frisieren (*lacht*). Aber Spass beiseite, die ehrliche Antwort ist: nein. Und ich hege keineswegs den Wunsch, dass mein Kind meine Leidenschaft für den Tanz erbt. Ballett ist ein Weg mit vielen

Tränen und grossem Druck. Tanz ist meine Berufung. Ich wünsche mir für mein Kind, dass es die seine finden kann.

Sie sitzen im Ballettsaal, an den Füßen die Spitzenschuhe, an Ihrer Brust das Baby. Wie schaffen Sie diesen Spagat?

Der Weg zurück nach der Babypause ist für jede Frau hart. Die Anforderungen an eine Ballerina sind zumindest körperlich vielleicht noch ein bisschen höher. Aber ich mag Herausforderungen, sie machen mich



stärker. Und ich habe das Glück, ein gutes Verhältnis zu Ballettdirektor Christian Spuck zu haben, und einen wundervollen Ehemann. Mit ihrer Unterstützung werde ich es zurück an die Spitze schaffen.

Die Konkurrenz in der Tanzwelt ist riesig. Wie viel Mut braucht eine Ballerina, um auf dem Höhepunkt ihrer Karriere für ein Baby zu pausieren?
Für eine Ballerina ist es ein mutiger Balanceakt, während der Karriere schwanger zu werden. Ein Baby zu haben, ist für mich wie ein Traum. Es schenkt dir ein neues Lebensgefühl, das sich auf der Bühne widerspiegelt. Ich weiss nun, wie sich Liebe anfühlt, aber auch die Angst, das Wertvollste verlieren zu können. Ich hoffe, ich kann mich dank diesen Erfahrungen auch auf dem Höhepunkt meiner Karriere weiterentwickeln.

Ursprünglich war Ihr Plan, zwei Monate nach der Geburt für «Schwanensee» auf die Bühne zurückzukehren. Weil Henry per Kaiserschnitt zur Welt kam, mussten Sie Ihr Tempo drosseln. Fühlen Sie sich unter Druck?

Ich wusste, dass es nicht einfach werden würde. Aber die Doppelrolle der Odette und Odile in «Schwanensee» ist die Traumrolle jeder Ballerina. Der Druck kommt also vor allem von mir selber. Nächste Saison werden wir im Bolschoi-Theater in Moskau Christian Spucks «Nussknacker» zeigen. Das ist der Ort, an dem die weltbesten Ballerinas tanzen. Der Druck wird nicht weniger werden.

Ihr Körper ist Ihr Instrument, das Sie sich bis zur Perfektion erarbeitet haben. Eine Schwangerschaft verändert diesen Tänzerinnenkörper doch extrem?
Ein Kind zu gebären, erinnert einen daran, wie wundervoll der eigene Körper ist. Mein Körper fühlt sich noch nicht so an wie vor der Geburt. Doch erinnert er sich an seine frühere Form. Das hilft mir, wieder fit zu werden. Es kostet Zeit, viel Arbeit und Geduld, aber mit Henry als täglicher Motivation schaffe ich es.

Wie trainieren Sie sich wieder Primaballerina-fit?
Körperliche Stärke allein reicht nicht. Genauso wichtig sind Ausdruck und Grazie in allen Bewegungen. Deshalb ziehe ich jeden Tag meine Spitzenschuhe an und gebe Henry eine Privatvorstellung zu klassischer Musik. Ich verarbeite all die Gefühle, die ich dank ihm durchlebe. Nach dem Kaiserschnitt konnte ich meine Bauchmuskeln nicht mehr spüren. Mit Physiotherapie habe ich das Gefühl wiedergewonnen und bringe mich in Form mit Spaziergängen und Stillen.

Ist es immer noch ein Tabu, als Ballerina schwanger zu sein?

Diese Doppelrolle ist hart. Eine Tanzkarriere ist häufig kurz. Eine lange Pause kann Vertrauen und Ansehen innerhalb der Kompanie stören. Wenn das Vertrauensverhältnis nicht stimmt, wirst du sehr schnell von einer Tänzerin verdrängt. Ich schätze deshalb die Unterstützung meiner Kompanie umso

mehr und arbeite eifrig, um möglichst schnell zurück zu sein.

Welche Reaktionen haben Sie erlebt?

Es war mir wichtig, dass Christian Spuck es als Erster ausserhalb meiner Familie erfährt. Ich war nervös und war sicher, dass er nicht damit gerechnet hatte. Ich glaube, er hat zuerst nicht ganz realisiert, was ich ihm sagte. Seine erste Frage war, ob ich immer noch Anna Karenina tanze. Dann lachte er und umarmte mich. Alle in der Kompanie haben wundervoll reagiert, auch wenn ich nur noch bis zum vierten Schwangerschaftsmonat auf der Bühne stand. Ich hätte zwar noch länger auftreten können, fühlte mich grossartig, aber meine Tanzpartner hatten Bedenken, sie könnten mich oder mein Baby verletzen. Ich war jedoch in den Ballettklassen dabei bis zu den letzten Tagen vor der Geburt.

Die Russin Viktorina Kapitonova ist Erste Solistin des Balletts Zürich. Sie tanzte die Hauptrollen in «Schwanensee», «Giselle» oder in Christian Spucks «Anna Karenina». Die 31-Jährige war unter anderem auch in Choreografien von Balanchine, Ek, Forsythe, Kylián und McGregor zu sehen

Eine Traumrolle:
Viktorina
Kapitonova in
«Schwanensee»



DAS LETZTE JAHR

Unsere Autorin zog mit 34 Jahren in ihr Heimatdorf, in das sie nie mehr hatte zurückkehren wollen. Um ihre todkranke Mutter zu pflegen.

Text: Rea Köppel Illustration: Paul Blow



Wenn ich heute an meine Mutter denke, sehe ich sie in ihrer Sofaecke sitzen und lesen. Diese Kombination von lesen und lümmeln war typisch für sie und geradezu legendär – sie konnte ein kompliziertes Zopfmuster stricken und nebenher den neusten Henning Mankell verschlingen. Die Fäden, die durch ihre Hände liefen, wurden nicht nur zu Socken, Pullovern und Flickendecken, sondern auch zum Gewebe unserer Familie. Wollte ich wissen, was im Leben meiner vier Geschwister anstand, musste ich nur meine Mutter anrufen, sie war unser Knotenpunkt. Diese Art von Arbeit, die Verknüpfung von Fäden, die Pflege des

Gewebes, wird chronisch unterschätzt: Wir haben das erst gemerkt, als unsere Mutter nicht mehr da war.

Als uns gesagt wurde, dass sie nur noch etwa ein Jahr zu leben hat, hätte ich vorbereitet sein können. Schliesslich war der Darmkrebs schon ein Jahr zuvor diagnostiziert worden, gefolgt von zwei Operationen und einer Chemotherapie. Wir wussten, dass er zurückkommen konnte. Aber dennoch war es zunächst kaum vorstellbar, dass sie, die immer für mich da gewesen war, einfach so verschwinden sollte. Ich hatte mich noch nicht von meinem Schock erholt, da rief mein Vater an und fragte, ob ich mir vorstellen könnte, ihre Pflege mit ihm zu teilen: Unter der Woche, wenn er wegen des langen Pendelns zum Arbeitsplatz nur selten zuhause sein konnte, war ich zuständig, am Wochenende übernahm



er. Ich sagte zu, reiste in mein Elternhaus zurück und verbrachte das letzte Jahr meiner Mutter grösstenteils dort – in einem Dorf in der Ostschweiz, in das ich nie mehr hatte zurückkommen wollen.

Aber dies ist nicht die Geschichte einer selbstlosen, aufopferungsvollen Tochter. Ich hatte im Gegenteil stets das Gefühl, dass ich diese Entscheidung eher für mich selbst als für meine Mutter getroffen hatte. Ihre Diagnose kam zu einem Zeitpunkt, wo ich mit meinem Leben und meiner Dissertation buchstäblich feststeckte und weder vorwärts- noch rückwärtskam – ich war froh, mich wieder auf ganz bodenständige Art nützlich machen zu können. Ich hatte einige Jahre in Berlin gelebt, auch während ihrer Operationen und der Chemo – und mich verfolgte die Vorstellung, eines Tages einen Anruf zu bekommen, dass meine Mutter plötzlich gestorben sei. Ohne dass ich sie in ihren letzten Wochen gesehen oder mit ihr gesprochen hätte. Ohne dass ich noch alles gefragt und getan hätte, was mir wichtig war.

Es sagt einiges über unsere unflexible Arbeitswelt aus, dass ich die Einzige in der Familie war, die es überhaupt einrichten konnte, tagsüber zuhause zu sein und sie zu versorgen. Und es sagt einiges über die Belastung aus, die die Pflege von Angehörigen bedeutet, dass ich die kleine Wohnung in Basel, die ich für die Wochenenden behielt, so bitter nötig hatte. Erst wenn ich dort war und unter einem Anflug von schlechtem Gewissen tief durchatmen konnte, wurde mir bewusst, wie traurig die Woche gewesen war, weil sich der drohende Abschied in jedes Gespräch und jeden Gedanken hineinschlich. In ihrem letzten Jahr haben meine Mutter und ich mehr Zeit zu zweit verbracht als im Jahrzehnt zuvor, und wir haben einige wichtige und immer noch nachwirkende Gespräche geführt. Aber wir haben auch oft nur über banale Dinge gesprochen, die durch die simple Tatsache, dass sie nicht mehr lange zu leben hatte, Gewicht erhielten – zum Beispiel hat sie mir noch die Rezepte für sämtliche Lieblingsgerichte der Familie verraten.

So kochte ich also nach ihren Anweisungen und notierte Tipps, während sie selbst schon längst nichts mehr essen konnte. Sie sass in ihrer Sofaecke, ihren «Christbaum» (den Infusionsständer) mit der milchigen Flüssigkeit, die sie ernährte, neben sich, und schaute ins Leben wie durch ein Schaufenster. Immer noch interessiert, immer noch aufmerksam, aber von Tag zu Tag distanzierter und erschöpfter. Es war ihr wichtig, sich jeden Morgen selbst zu waschen, auch als das immer länger dauerte: Mit all ihrem verbleibenden Stolz hielt sie daran fest bis zum Schluss. Danach ging sie langsam, ganz langsam – gegen Ende mit etwas Hilfe – vom Schlafzimmer zu ihrer Sofaecke und blieb den Rest des Tages dort, empfing Besucher, las oder schaute ins Zimmer, das nun ihre Welt war. Am Abend schleppte sie sich dann wieder langsam, ganz langsam ins Bett zurück und wartete auf einen neuen Tag. Ihre kör-



**SIE HAT MIR
NOCH DIE
REZEPTE FÜR
SÄMTLICHE
LIEBLINGS-
GERICHTE
DER FAMILIE
VERRATEN**

perlichen Bedürfnisse wurden gegen Ende nur noch von Beuteln reguliert: Die künstliche Ernährung floss in sie hinein und dann zum künstlichen Darmausgang wieder hinaus. Es fühle sich nicht mehr an wie ihr Körper, sagte sie mir, überall Anschlüsse und dann die Schwerkraft, die an ihr zog wie nie zuvor. Aber man gewöhnt sich auch an Zustände, die zuerst unhaltbar scheinen, rutscht langsam hinein. Und dann werden sie Alltag.

Unsere Beziehung war immer gut gewesen, obschon nicht ohne Spannungen: Wie in jedem gesunden Mutter-Tochter-Verhältnis gab es in der Ablösungsphase, als ich erwachsen wurde, eine Reihe von Konflikten zwischen uns. Ich erinnere mich, dass ich sie einmal zum Weinen brachte und dieselbe schuldbewusste Befriedigung dabei empfand wie ein Kind, das sich trotz eines Verbots nimmt, was es will.

Mit meiner Mutter liess sich schlecht streiten, weil sie stets eine harmonische Stimmung anstrebte und sich dabei bis zur Selbstvernachlässigung zurücknahm. Gerade deshalb war sie jedoch leicht verletzbar. Ich warf ihr vor, dass sie zwar in der Theorie eine Feministin sei, in der Praxis jedoch als Hausfrau fünf Kinder grossgezogen hätte und nicht für ihre Gleichberechtigung eintrete. Und dass sie ihr Harmoniebedürfnis und ihre Konfliktunfähigkeit an mich weitergegeben hätte. Was mir half – sowohl beim Verständnis wie auch bei der Abnabelung –, waren schliesslich unsere Gespräche über ihren Hintergrund. Ihre eigene Mutter, meine Grossmutter, hatte anscheinend – trotz ihrer drei kleinen Mädchen – so obsessiv auf einen Buben und Stammhalter gehofft, dass sie eine notwendige Operation an

der Gebärmutter verweigert hatte und gestorben war. Die Empörung, die diese Geschichte auch in mir noch auslöste, brachte uns wieder näher zusammen.

Dass meine Mutter trotz all der Beutel und Medikamenten bis zu ihrem Tod daheim sein konnte, war einer ganzen Reihe von Beteiligten zu verdanken. Nebst meinem Vater und meinen Geschwistern auch hilfsbereiten Freunden, unserem Hausarzt sowie einer privaten Spitex für die intravenöse künstliche Ernährung. Und dieses letzte Jahr ihres Lebens war zugleich schrecklich als auch gut für die ganze Familie. Schrecklich, weil wir aus nächster Nähe zusehen konnten, wie sie immer schwächer wurde, bis von der lebensfrohen, freundlichen und intelligenten Frau, die sie gewesen war, nur noch ein knochiges Bündel aus lähmender Müdigkeit übrig blieb. Weil sie ein ganzes Spektrum von Emotionen durchlief und wir mit ihr: vom Zorn über ihr unfaires Schicksal (sie war erst 58, als sie starb, und hatte gesund gelebt) bis zur Trauer, ihre Enkel nicht mehr aufwachsen zu sehen, besonders den einen, der im Bauch meiner Schwester schon Purzelbäume schlug. Und gut, weil wir diese Zeit mit ihr brauchten. Ich kann mir gar nicht vorstellen, wie es nach dem völlig überraschenden tödlichen Unfall eines Familienmitglieds sein muss.

Als sich die Abhängigkeiten umkehrten und nicht mehr meine Mutter für mich sorgte, sondern umgekehrt, entstand zuerst ein unbewusstes, aber spürbares Widerstreben auf beiden Seiten. In der Pflege werden immer Grenzen überschritten, intime Bedürfnisse müssen gestillt und das Schamgefühl dabei übergangen oder überdeckt werden. Einer der besten Wege, die

ANZEIGE



**DANKESCHÖN
MOMENTE**

LINDOR
**wünscht Ihnen einen
schönen Muttertag.**

Gewinnen Sie ein Shopping Wochenende für Sie und
ihr Mami mit LINDOR & mydays®. Jetzt Foto hochladen:
www.lindor-moments.lindt.ch

Scham zu mildern, ist Lachen. Ein künstlicher Darmausgang, der nicht mehr richtig schliesst, ist keine schöne Sache: Aber ausgerechnet dieses Ding schaffte es, aus meiner sensiblen Mutter einen knochentrockenen Galgenhumor hervorzulocken, den ich nie bei ihr vermutet hätte. «Ich habe ein Leck, hol den Sanitär!», rief sie etwa, während ich zu den bereitstehenden Papierrollen rannte, oder «Das sollten wir aber noch reparieren, bevor ich tanzen gehe».

Andere, kleine Alltagskonflikte gab es natürlich auch. Dass sie um alles bitten musste, was sie haben wollte, statt es sich selbst holen zu können, war ihr unangenehm. Und dass sie mir für jeden Gang dankte, war mir unangenehm. Mir war lästig, dass ich immer auf Abruf war und dadurch keine längere Zeitspanne für mich selbst hatte. Und ihr war lästig, dass ich immer wieder nachschauen kam, ob sie etwas brauchte, und sie dadurch keine längere Zeitspanne für sich selbst hatte. Sie fand mich mühsam. Ich fand sie mühsam. Da schlich sich schon einmal Stress in unsere Stimmen, und die Schultern verkrampften. Aber das schiere Wissen über das Auslaufen der Zeit, die noch blieb, stoppte solche täglichen Reibereien erstaunlich effektiv: Sie waren schlicht nicht mehr wichtig.

Ausserdem gab es auch viele schöne Momente. Gute Gespräche, gute Tage. Eine Nachbarin, die Coiffeuse war und meiner Mutter noch kurz vor ihrem Tod das von der Krankheit ausgedünnte Haar schnitt und pflegte – und wie dieser Anflug von Normalität ihre Stimmung hob. Andere Besucher, die ein Fenster in die Welt öffneten, die sie so vermisste, und aus ihrem Alltag erzählten. Die es ihr ermöglichten, sich wie früher als Teil einer Freundesrunde zu fühlen. Die den Tod nicht ausklammerten, die sie aber auch nicht umgekehrt trösten musste, was leider auch vorkam und was man im Umgang mit Sterbenden wirklich vermeiden sollte. Es ist nicht fair, die eigene Trauer demjenigen aufzubürden, der genug beschäftigt ist mit Abschiednehmen und Loslassen. Wer stirbt, will zwar wissen, dass er oder sie Spuren hinterlassen hat und in der Erinnerung anderer weiterleben wird. Aber die Trauer nach dem Tod hingegen ist allein die Aufgabe derer, die hierbleiben.

Als der Lebensfaden meiner Mutter riss, war mein Vater bei ihr und hielt sie in seinen Armen, bis sie

gegangen war. Er weckte mich kurze Zeit danach, und trotz aller Vorbereitung brach zunächst einmal der Boden unter mir ein. Ich schrie auf, stürzte aus dem Bett und konnte nicht verstehen, weshalb es ausgerechnet diese Nacht gewesen sein sollte und jenes knappe «Guetnacht» unser letzter Austausch. Zur Lawine der Trauer kam ein plötzliches, instinktives Erschrecken über dieses Loch im Leben hinzu, dort, wo immer die Mutter gewesen war. Unsere Eltern sind die Säulen, auf denen wir aufbauen, während wir selbst zu Säulen für die nächste Generation werden, und ihr Verschwinden erschüttert unsere eigene Substanz.

Ich habe die Entscheidung, meine Mutter zu pflegen, nie bereut. Aber nach ihrem Tod wurde mir erst richtig klar, wie weit die gesellschaftlichen Lippenbekenntnisse zur häuslichen Pflege von der Realität abweichen. Diese langen Monate der Pflege, auf die ich eigentlich stolz sein wollte, liessen sich einfach nicht als nützliche Ausbildung oder Fähigkeit in der Arbeitswelt anpreisen. Das ärgert mich und muss in einer Gesellschaft, die direkt in die Überalterung und die Pflege-Unterversorgung hineinschlittert, dringend angegangen werden. Weshalb sollte man eine Stelle nicht verlassen können für ein Pflegesabbatical – um danach wieder einzusteigen, bereichert und mit einem ganz neuen Blick aufs Leben?

Noch etwas habe ich gelernt an diesem Julitag, als meine Mutter tot im Schlafzimmer lag und wir uns um sie versammelten, um ein letztes Mal zu ihr zu sprechen, zu trauern und all die Dinge zu erledigen, die mit dem Tod einhergehen. Eine einfache, aber für mich eindrückliche Erkenntnis: Man merkt es sofort, wenn ein Mensch tot ist. Der Körper verliert etwas, von dessen Vorhandensein man zuvor keine Ahnung hatte, dessen Abwesenheit aber auf den ersten Blick auffällt und alle Filmtoten zu lächerlichen Dilettanten macht: seine Spannung. Es ist diese Körperspannung, die man auch im Schlaf behält, die Leben ausdrückt. Wenn aber Leben Spannung ist, dann sind die Spannungen zwischen Menschen – zwischen Müttern und Töchtern beispielsweise – nicht etwas, das um jeden Preis vermieden werden muss. Sie sind Ausdruck von Leben und der Beweis, dass eine Beziehung existiert. Ein Faden kann nur zwischen zweien gespannt werden. Ist dieser Faden endgültig gekappt, vermisst man nicht nur die guten Zeiten, sondern auch die Konflikte. Deshalb, an alle Mütter, an alle Töchter: Spannt euren Faden, verwebt ihn mit den Fäden anderer und bleibt gespannt – auf die Verbindungen, auf die Spannungen, auf das Leben selbst. •

Rea Köppel (38) ist wissenschaftliche Mitarbeiterin des Dichtermuseums in Liestal

**SIE FAND MICH MÜHSAM. ICH
FAND SIE MÜHSAM. ABER DAS
WISSEN ÜBER DAS AUSLAUFEN
DER ZEIT STOPPTE REIBEREIEN
ERSTAUNLICH EFFEKTIV**



SILVIA PRINCIGALLI

Ich muss jetzt gehen, Mama

Der Frontsänger der deutschen Rockband Annen May Kanterreit wendet sich mit einem Lied an seine Mutter, um Danke zu sagen. Aber auch, um sich von ihr zu lösen: «Du hast mich angezogen, ausgezogen, grossgezogen. Und wir sind umgezogen, ich hab dich angelogen!» Er trifft mit diesem Abschiedslied den Nerv einer Generation. Und damit auch meinen.

Ich habe bereits mit 17 Jahren meine Siebensachen oder besser gesagt meine Hauptgarderobe gepackt und bin gegangen. Doch so richtig ausgezogen bin ich nicht. Bei Mama stehen noch immer Schulbücher, ein Kleiderschrank sowie andere Überbleibsel aus Teenagerjahren. Zwischen 17 und 27 habe ich in drei verschiedenen Städten studiert, war im Ausland und habe mich ins Arbeitsleben gestürzt. Zuhause Nummer eins war aber bei Mama. Mein Headquarter sozusagen, in das ich jederzeit zurückkehren durfte. Mama hat meine Post verwaltet und war Bürgin für Wohnungsverträge. Kurz gesagt: Ich bin wohl ein typisches Bumerangkind. Denn in Zeiten, in denen die Mieten zu hoch sind, der Arbeitsmarkt schnelllebig ist und die Welt unsicher erscheint, sind Helikopter-Eltern und Muttersöhnchen oder -töchterchen

keine Seltenheit. Das Kind fürchtet sich, seine Rolle im Erwachsenenleben anzutreten, und flüchtet in das heimelige Nest. Mutter und Vater hingegen klammern, aus Angst, sie könnten am Ende ihrer Karriere als fürsorgende Eltern in eine Lebenskrise stürzen. Weil die Grenzen zwischen Kind und Eltern heute fließend sind und zu Freundschaften verschmelzen, fällt die Abnabelung später, beim definitiven Auszug aus der Kinderstube, umso schwerer.

Bei mir ist es nun so weit. Die Besuche zurück im ländlichen Heimatkanton wurden in letzter Zeit weniger. An den Wochenenden Freundschaften zu pflegen, die eigene Wohnung umzugestalten oder einfach mal Zeit allein zu verbringen, wurde wichtiger als der Besuch bei Mama. Sie beklagte sich: «Wann kommst du wieder?» und «Kommst du nicht mehr gern nachhause? Vermisst du uns denn nicht?» Häufig kamen solche Anrufe oder SMS am Sonntagabend, wenn mein Platz beim Familienesen mal wieder leer blieb. Ich plagte mich mit schlechtem Gewissen. Immerhin hatte sie sich alleinerziehend um mich gesorgt. Und nun lasse ich sie allein?

Mama hat nicht aufgegeben. Mein Schlafzimmer wurde mit neuer Bettwäsche und Dekoartikeln aufgepimpt, damit es mich nicht mehr an mein altes Kinderzimmer erinnern sollte. Der Lockversuch scheiterte. Ich liess meine Post an meine richtige Wohnadresse umleiten.

Es ist nicht allein die ausstehende Rückkehr, die heute einen feinen Riss durch unsere Beziehung zieht. Irgendwann kommt der Punkt, an dem man ganz selbstständig sein möchte. Bei früheren Entscheidungen war im Hinterkopf immer Mama. Die Anrufe, um am Schluss doch noch ihre Meinung zu hören, sie sind nun vorbei. Ich informiere erst hinterher. Stehe ich an einer Karrieregabelung, entscheide ich mich ohne ihren Rat, und bei der Partnerwahl brauche ich keine Bestätigung mehr.

Der Abnabelungsprozess ist nicht leicht. Aber vielleicht kann nur ein definitiver Cut die überstrapazierte Nabelschnur zerschneiden und den Grundstein für ein neues, gleichberechtigtes Verhältnis legen. Deshalb lasst uns fliegen, liebe Eltern! Umso lieber kommen wir für einen Besuch zurückgeflattert.

Online-Redaktorin Silvia Princigalli (27) nimmt sich die Freiheit, zukünftig ohne mütterlichen Rat Fehler zu machen

ONLINE

Und Ihre Meinung? Diskutieren Sie mit auf annabelle.ch/meinung



Ein Auto für jede Jahreszeit: Kerstin Hasse haben Design und Elektronik des überarbeiteten Ford Kuga überzeugt

GUT VERPACKT

Ausflug in den Winter: Junior Editor Kerstin Hasse hat den neuen Ford Kuga in Finnland getestet. Schneegestöber und dunkle Gestalten konnten sie nicht aufhalten.



Is wir losfahren, ist es Viertel nach sechs Uhr morgens. In Rovaniemi, der Hauptstadt Lapplands, ist es noch stockdunkel – und das wird auch noch ein paar Stunden so bleiben. Dicke

Flocken fallen vom Himmel und legen sich auf die verschneiten Strassen. Drei Stunden Fahrt liegen vor mir und meinem dänischen Kollegen, der ebenfalls angereist ist, um den neuen Kuga von Ford zu testen. Wir starten das Auto. Der Motor summt leise auf. Das Abenteuer beginnt.

Mit finnischen Strassen ist nicht zu spassen. Vor allem nicht so früh am Morgen irgendwo im lappländischen Nirgendwo. Auf der Strasse kommen uns veritable Ungetüme von Lastwagen entgegen, die in der Kurve gern ein bisschen ausscheren und uns nicht nur mit einer dicken Portion Schnee zuschütten, sondern uns auch mit ihren riesigen Scheinwerfern blenden. Und: Wie wir später erfahren werden,

muss man sich in Finnland nicht nur auf motorisierte Verkehrsteilnehmer einstellen.

Wir fahren die ST-Linie des Ford-SUV, die zusammen mit der Luxusvariante Vignale neu beim Modell Kuga angeboten wird. Der Vignale bietet zwar gemäss Hersteller «elegante, handgefertigte Design-elemente», doch mich überzeugt die sportliche ST-Linie optisch und technisch mehr. Ledersitze mit gesteppten Polstern und Titan-Schnickschnack sind für mich nicht Rechtfertigung genug für den doch beträchtlichen Preisunterschied. Bei der ST-Linie hingegen stimmen sowohl Preis-Leistungs-Verhältnis als auch Optik. Das Design unterstreicht die Sportlichkeit des Autos: dunkler Kühlergrill, Alupedale, schwarzer Autohimmel – schlicht und schön.

Als eine der wichtigsten Veränderungen beim neuen Kuga gilt das Entertainmentsystem Ford Sync 3, das logisch aufgebaut und einfach zu bedienen ist. Das Navi ist übersichtlich, mit wenigen Klicks haben wir Apple Car Play aktiviert und uns von der guten Soundqualität im Kuga überzeugt. Als wir nach ein- einhalb Stunden einen Kaffee-stop einlegen möchten, um uns vom Schneegestöber zu erholen, findet das Navi auch in der lappländischen Pampa problemlos ein Café, das auf unserer Strecke liegt.

Mittlerweile ist es 9.30 Uhr, der Himmel wird hellgrau, nur ab und zu tanzt noch eine Schneeflocke. Wir düsen durch die verschneite Landschaft, der Kuga verhält sich auch bei 100 Kilometern pro Stunde ruhig auf dem verschneiten Untergrund. Ab und zu sehen wir mal eine Hütte oder einen Menschen an einer verlassenen Bushaltestelle, aber von einem Hilfsmittel wie dem Active-City-Stop-System müssen wir in dieser Umgebung wahrlich keinen Gebrauch machen – bis uns plötzlich dunkle Gestalten auf der Strasse begegnen. Wir bremsen langsam ab und sehen vor uns fünf Rentiere, die von einer Fahrbahnseite auf die andere spazieren. Fasziniert zücken wir unsere Handys, während die Tiere – recht unbeeindruckt von unserem Kuga – langsam von der Strasse trotten. Uns selber lässt die neue Version des Ford-Bestsellers nicht ganz so unberührt zurück.

Modell: Kuga ST-Linie Motor: 2.0 TDCi, AWD, 6-Gang-Manuell Fahrleistung: 150 PS Höchstgeschwindigkeit: 192 km/h Masse: Länge 4.54 m, Breite 1.86 m, Höhe 1.76 m Leergewicht: 1702 kg Kofferraumvolumen: 456-1653 l Verbrauch: 5.2 l/100 km/h Energieeffizienzklasse: D CO₂-Emission: 134 g/km Preis: ab 37 000 Franken

Wie schmeckt Steak?

Jetzt entdecken: in Ihrer Migros Metzgerei.

Geschmacks-Tipp vom Chefmetzger

Kauen Sie jeden Bissen
mindestens 20 Mal. So gibt das
Fleisch sein volles Aroma frei.
Probieren Sie es aus!

... eine Bettszene zu spielen?



Wenn eine Bettszene ansteht, verändert sich die Luft: Leise knisternde Aufregung legt sich über das Filmset und die Crew. So war es auch beim Kurzfilm «Taub» von Tali Hamzavi. Ich

spiele darin eine zweifache Mutter, die unglücklich ist in ihrer Ehe und ihrem Mann Schlafmittel in den Drink kippt. Wir küssen uns, er zieht mich aus. Aber bevor es wirklich zum Akt kommt, schläft er ein.

Vor der Kamera ist Nacktheit für mich wie ein Kostüm. Mein nackter Körper wird zum Instrument, zur Oberfläche, mit der ich etwas erzähle. Dennoch bleibt ein Stück Befangenheit. Wenn ich dann spiele, verfliegt sie im besten Fall – dafür müssen aber gewisse Dinge erfüllt sein.

Für eine Nacktszene verlangt man ein Setcleaning, dass alle vom Set gehen, die nicht wirklich da sein müssen. Auch wenn wir uns als Schauspieler viele Zuschauer gewöhnt sind und die Szene später von möglichst vielen Menschen gesehen werden soll: Ist die Stimmung intim, kann man in der Interpretation freier sein. Trotz Setcleaning bleiben einige Leute übrig, die dir zuschauen. Die Regie, Leute von Ton und Kamera, allenfalls noch jemand vom Make-up, von der Schärfe oder vom Licht.

Wichtig ist auch, dass ein Bademantel in der Nähe ist. Damit man die Nacktheit wieder verdecken kann, sobald die Kamera aus ist. Denn dann wird aus dem Kostüm wieder mein ganz eigener nackter Körper.

Am zentralsten ist aber das vorgängige Gespräch. Wenn Nacktheit im Drehbuch vorkommt, unterhält man sich in Ruhe darüber mit der Regie und allenfalls mit der Produktion. Man klärt, was und wie viel man zeigt und ob bei sehr expliziten Szenen allenfalls ein Bodydouble eingesetzt werden muss – was bei mir noch nie der Fall war. Und natürlich bespricht man sich auch mit dem Spielpartner. Man kommt

sich so nah, da ist es sehr wichtig, dass man sich austauscht und respektvoll miteinander umgeht.

Diese Nähe zu einem Mann oder einer Frau vor der Kamera kann auch eigenartig sein. Insbesondere, wenn man sich im Privatleben nicht füreinander interessieren würde. Aber sogar dann funkt im Spiel immer etwas auf, eine Art ultrakurzfristiges Begehren. Im Moment, wo ich es mache, bin ich ja diese Figur, und meine Intention ist echt. Natürlich, es gibt auch Tage, an denen ich denke: Oh Mann, ich mag meinen Spielpartner heute wirklich nicht küssen oder berühren. Aber grundsätzlich hatte ich meist Glück damit, wie die Regie meine Partner ausgewählt hat.

Klar, es kann vorkommen, dass ein Mann eine Erektion kriegt. Finde ich völlig normal. Darüber kann man ja auch reden und lachen. Bei uns Frauen ist das natürlich viel diskreter. Niemand kriegt es mit, wenn man ein feuchtes Höschen bekommt.

Ob ich diese Szenen gut von meinem Privatleben abgrenzen kann? Ja. Als ich die Bettszene im Kurzfilm «Taub» drehte, war ich gerade frisch mit meinem damaligen Freund zusammen. Diese zwei Männer lebten in zwei gänzlich verschiedenen Welten in meinem Kopf, das spielte nicht ineinander.

In den letzten Jahrzehnten gab es im Film grundsätzlich eine Bewegung hin zu mehr Wirklichkeit. Früher evozierte man Tränen meist mit dem Tränenstift, einem reizenden Gel, das man unter die Augen streicht. Heute sind Tränen wann immer möglich echt. Auch beim Filmkuss gilt grundsätzlich: Wenn man sich küsst, dann küsst man sich wirklich – also mit Zunge, Zähnen, was auch immer.

Beim Sexakt hört die Realität aber auf. Wenn zwei Menschen im nicht pornografischen Film aufeinanderliegen, klemmt immer eine Schamhaaratrappe oder ein Kissen dazwischen.

VIOLA VON SCARPATETTI (30)

Die Schweizer Schauspielerin und Sängerin spielte in den Kinofilmen «20 Regeln für Sylvie», «Heimatland» und im oscarominierten Kurzfilm «La femme et le TVG». Sie lebt in Paris.

Aufgezeichnet von Stephanie Hess

Grow up. Zieh aufs Land.

Der neue GLA bietet dir als kompakter SUV genügend Platz für das Leben und alles, was es bereithält. Mit einer Leistung, mit der du dich in jedem Gelände wohlfühlst. Werde auf deine Weise erwachsen.

Drive



www.mercedes-benz.ch



Offizieller Premium Partner.



Versucht gerade,
mit dem Hype
um ihr Buch und
ihre Person zu-
rechtzukommen:
Gail Honeyman
in Glasgow

Buch —

OH, ELEANOR!

Gail Honeyman hat mit 40 ihren ersten Roman geschrieben. Und landete damit einen Coup: «Ich, Eleanor Oliphant» erscheint in 27 Ländern. Wer ist die Autorin, der diese Sensation gelungen ist?

Text: Kerstin Hasse

Ein bisschen klingt die Geschichte von Gail Honeyman wie ein Märchen, ein Märchen der Literaturwelt. Honeyman – was für ein treffender Name für eine Märchenheldin – beschliesst mit vierzig Jahren, ihren Traum zu verwirklichen und mit dem Schreiben zu beginnen. Jetzt oder nie, sagt sie sich. Sie schreibt und schreibt und schreibt. Morgens um sechs Uhr, bevor sie sich aufmacht zu ihrer Arbeit in der Verwaltung der Universität von Glasgow, abends in ihrer Schreibgruppe, der sie beigetreten ist, um ihre Leidenschaft voranzutreiben. Irgendwann werden ihr die Kurzgeschichten zu langweilig. Sie will einen Roman verfassen – ja, am liebsten gleich ein ganzes Werk.

Drei Jahre später ist ihr Buch fertig. Eben ist «Ich, Eleanor Oliphant» auf Deutsch erschienen, in den kommenden Monaten wird es in 26 weiteren Ländern publiziert. Im Internet wird gemunkelt, dass allein der Vertrag mit dem US-Verlag Pamela Dorman Books der Schottin eine siebenstelligen Summe eingebracht hat. In fünf Jahren von der Träumerin zur Millionärin – das soll ihr erst mal jemand nachmachen.

Gail Honeyman, 45 Jahre alt, sitzt an einem kleinen Tisch im Millennium Hotel in Glasgow. Der Regen hat die wenigen Sonnenstrahlen, die sich durch den grauen Märzhimmel gekämpft haben, bereits wieder verdrängt und klatscht gegen die Fensterfront des Hotels. Honeyman trägt ein geblühtes Kleid, darüber eine kurze schwarze Lederjacke. Der Fotograf habe sie gebeten, etwas Sommerliches anzuziehen, sagt sie, die Wangen noch rot von der Kälte draussen. Honeyman hat etwas sehr Damenhaftes an sich, mit diesen

üppigen Blumen auf dem Kleid, den Riemchenpumps, den geföhnten blonden Haaren und dem zartrosa Lippenstift. Sie lächelt schüchtern.

Noch ist sie sich nicht gewohnt, mit Journalisten zu sprechen. Die Unsicherheit merkt man ihr an, wenn sie ihre Antworten regelmässig mit der Frage «Macht das für Sie Sinn?» beendet oder wenn sie den Angestellten des Fahrdiensts erklärt, sie führe die Gruppe von Journalisten als Reiseführerin durch Glasgow. Dabei sind all diese Leute extra für sie, die erfolgreiche Autorin, angereist. Ihre Unsicherheit fällt auch auf, wenn sie versucht, politischen Diskussionen elegant auszuweichen. Brexit? Schwieriges Thema. Das erneute Unabhängigkeitsbestreben der Schotten? Komplizierte Sache. Honeyman will sich keinen Fehltritt leisten, sie gibt sich vorsichtig. Das gilt auch für ihr Privatleben. Ob die Autorin verheiratet ist oder Kinder hat, will sie nicht verraten. Sie sei halt eine sehr private Person, erklärt sie und entschuldigt sich zweimal dafür.

Bereits vor zwei Jahren machte «Eleanor Oliphant» in der Branche die Runde. Bettina Steinhagen, Lektorin des deutschen Lübbe-Verlags, war gerade auf dem Weg zu einem Familienfest, als ihr eine Gutachterin aus Grossbritannien ein Skript zuschickte mit dem Vermerk «Sounds fun», klingt lustig. Im Zug las sie die ersten Kapitel, noch während der Fahrt beauftragte sie ihre Mitarbeiterin, ein Angebot bei der Agentur zu platzieren. «Ich spürte dieses ganz besondere Kribbeln», sagt Steinhagen. Was folgte, war ein nervenaufreibender Bieterkrieg, den der Lübbe-Verlag schliesslich für sich entscheiden konnte. Ähnlich ging es in anderen Ländern zu, wo ebenfalls in dramatischen Auktionen um die Rechte für «Eleanor Oliphant» gekämpft wurde. Diesen Erfolg kann Honeyman noch immer nicht fassen. «Ich wollte es doch bloss schaffen, ein ganzes Buch zu schreiben. Dass die Leute sich um Eleanor reissen, hätte ich nie gedacht.»

Um den Hype zu verstehen, muss man Eleanor kennen lernen. Eine Figur, die so eigenartig ist, wie ihr Name es vermuten lässt. Eine Protagonistin, die man manchmal am liebsten umarmen – und im nächsten Moment wieder schütteln und zur Vernunft bringen möchte. Sie ist seltsam. Introvertiert. Schrullig. Und liebenswert. Vor allem aber lässt Eleanor einen nicht los, man wird Teil ihrer Gedankenwelt.

Rund um die Welt kämpften
Verlage in dramatischen
Auktionen um die Rechte für
“Eleanor Oliphant”

**“Ich bin eine recht brutale Autorin.
Eleanor hat eine seltsame Art,
eine Narbe und eine böse Mutter –
ich habe ihr wirklich nichts erspart”**

Eleanor führt ein Leben voller fester Abläufe. Sie ist dreissig Jahre alt, Single und lebt in Glasgow. Von Montag bis Freitag geht sie zur Arbeit in eine Agentur. Die Tatsache, dass ihre Bürokollegen gern über sie spotten, ignoriert sie. Jeden Abend gibt es Pasta mit Pesto und Salat. Freitags steht der Wochenendeinkauf an: Tiefkühlpizza für den Abend, ein Chianti und zwei Flaschen Wodka. Den Alkohol verteilt sie auf das Wochenende, sodass sie «nie ganz nüchtern, aber auch nicht betrunken» ist, denn «bis am Montag ist es lange hin». Besuch hat Eleanor nie, es sei denn, der Mann, der jährlich den Stromzähler abliest, kommt vorbei. Einmal pro Woche telefoniert Eleanor mit ihrer Mutter, die sie gern daran erinnert, was für eine Versagerin sie doch ist.

Eleanor mag ihre Gewohnheiten, und sie sieht auch nicht ein, weshalb sie sich den Vorstellungen der anderen anpassen sollte. Bis sie an einem schicksalhaften Abend ein Konzert besucht und augenblicklich beschliesst, im Musiker Johnnie Lomond ihren Traummann gefunden zu haben. Von diesem Moment an ist Eleanor auf einer Mission: Sie will Johnnie für sich gewinnen – auch wenn sie dafür neue Wege gehen muss. Diese Wege sind mitunter steinig, weil sie sich nicht nur mit ihrer bitterbösen Mutter, sondern auch mit den dunklen Kapiteln ihrer Vergangenheit auseinandersetzen muss.

Als Leserin gibt man sich zusammen mit der Protagonistin auf eine fast kindlich anmutende Entdeckungsreise durch die Welt – denn wenn Eleanor Oliphant eines gut kann, dann ist es, sich zu wundern. Im Pub etwa fragt sie sich, weshalb sie sich denn als zahlende Kundin den Cider aus der Flasche auch noch selbst einschenken muss («Unglaublich, dieser Mangel an guten Manieren im sogenannten Dienstleistungssektor!»). Als sie sich zum ersten Mal von einer Visagistin schminken lässt, versucht sie auf geradezu rührende Weise, ihre Begeisterung zum Ausdruck zu bringen («Ich finde, dass ich aussehe wie eine Primatenart aus Madagaskar, die zu den Feuchtnasenaffen gehört. Oder wie ein Nordamerikanischer Waschbär!»). Auch über Menschen, die Turnschuhe tragen, wundert sie sich, als gehörten sie zu einer seltsamen Spezies («Mir ist schon öfter aufgefallen, dass gerade jene Menschen, die

besonders unsportlich sind, am häufigsten in Sportbekleidung anzutreffen sind»).

Während man anfänglich noch vermutet, es könnte sich beim Buch um einen seichten und recht vorhersehbaren Liebesroman handeln, merkt man mit jeder Seite mehr, dass Eleanors Geschichte wohl nicht so verlaufen wird, wie es in Romanzen vorgesehen ist. Es tun sich Abgründe auf, Cliffhanger, die dazu führen, dass man das Buch nicht mehr aus der Hand legen will. Die sorgsam gezeichneten Charaktere – allen voran Eleanor Oliphant – wachsen einem ans Herz. Und obwohl Eleanors Gedankengänge manchmal gewisse Längen haben, sind sie es doch, die die Figur und ihre Geschichte erst ausmachen.

«Ich glaube, ich bin eine recht brutale Autorin», sagt Honeyman. Immer, wenn sie sich überlegt habe, wie Eleanor reagieren, entscheiden oder antworten könnte, habe sie sich für den seltsamsten Weg entschieden. «Zu ihrer schrulligen Art kommen eine Narbe, die ihr Gesicht verunstaltet, und Ekzeme an den Händen, die sie plagen. Ich habe ihr wirklich nichts erspart.»

Steckt ein wenig Gail Honeyman in Eleanor Oliphant? «Nein, ich denke nicht», antwortet die Autorin bestimmt. «Ich hoffe sehr, dass ich ganz und gar nicht so bin wie Eleanor.» Auch wenn das Schreiben durchaus eine einsame Sache sein könne, sei ihr Eleanors Einsamkeit fremd. Und auch die böse Mutter entspringe bloss ihrer Fantasie: «Meine Mutter ist ein liebevoller und sehr offener Mensch – komplett anders als Eleanors Mutter, zum Glück.»

Zurzeit sitzt Honeyman bereits an ihrem zweiten Buch. Ihren Job an der Uni hat sie vor einem Jahr gekündigt, um sich ganz dem Schreiben zu widmen. Druck verspüre sie eigentlich keinen. «Ich freue mich vielmehr darauf zu hören, was andere Leute über mein Buch denken.» Vermutlich wird «Eleanor Oliphant» in Brasilien oder Japan genauso gut ankommen wie in Europa. Denn Eleanor ist einsam, und Einsamkeit ist ein universelles Leiden. Gut möglich, dass Honeyman genau davon profitieren wird. •



Gail Honeyman:
Ich, Eleanor
Oliphant. Roman,
aus dem Englischen
von Alexandra
Kranefeld,
Lübbe-Verlag,
Köln 2017,
528 Seiten,
ca. 28 Franken



Rawiya und
Celine aus Beirut



BUCH — Höhenrausch

Die Berge: erhaben. Die Bräuche: aus einer anderen Zeit. Das Dorf: verschworen. Und der Fremde? Holt Vergangenes ans Licht.

Jeremiah, ein gefeierter New Yorker Dokumentarfilmer, geht mit seiner Südtiroler Frau in ihr Bergdorf in den Dolomiten.

Er will einen Film über die Bergrettung drehen. Als Jeremiah selbst gerettet werden muss, verunglückt der Rettungshelikopter, fünf Menschen sterben, nur Jeremiah überlebt.

Um seiner Panikattacken Herr zu werden, unternimmt er lange Wanderungen – und findet dabei etwas über eine sonderbare Geschichte heraus, die sich vor dreissig

Jahren ereignete: Vom Bergsteigen kamen drei junge Leute nicht zurück. Als man sie fand, waren sie tot. Bestialisch ermordet.

Jeremiah beginnt Fragen zu stellen, das Dorf schweigt. Er insistiert, das Dorf warnt. Er stellt Nachforschungen an, das Dorf droht. Und tatsächlich scheint ein Fluch auf allen Menschen zu liegen, die die Tat aufklären wollen.

Ein grandioser, den Puls hinauftreibender und unwahrscheinlich gut geschriebener Bergthriller.

Luca D'Andrea: Der Tod so kalt.
DVA, München 2017,
567 Seiten, ca. 23 Franken

MUTTER/TOCHTER AUSSTELLUNG – *Seit drei Jahren erforscht die libanesische Fotografin Rania Matar mit ihrer Kamera die Beziehungen zwischen Müttern und Töchtern. Die betörenden Doppelpor­träts ihrer Serie «Unspoken Conversations» feiern die Frauen im stillen Wechselspiel von Intimität und Pose, Individualität und Rollenmuster.*

Rania Matar, Galerie Eulenspiegel, Basel, 15. 6. bis 15. 7.; raniamatar.com

MUSIK — Versuchsreihe

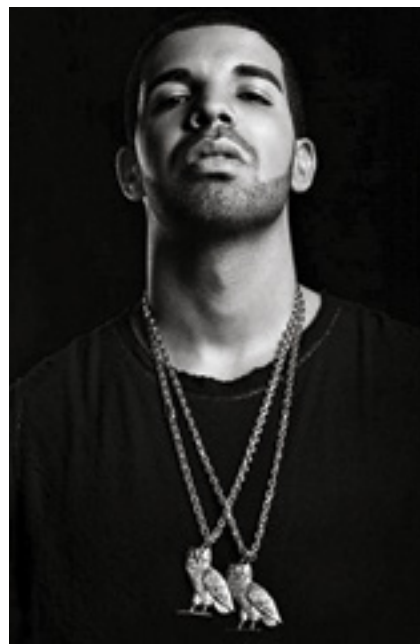
2016 hatte Drake mit «Views» den kommerziellen Zenit erreicht. Seine

Heimatstadt Toronto benannte eine Strasse nach ihm, und sein Hit

«Hotline Bling» ging keinem mehr aus dem Ohr. Wie macht er nach diesem Höhepunkt nur weiter? «More Life», der extrem lebhafteste Longplayer, ist ein Umspuren auf den Ausprobiermodus.

Klassische Drake-Momente gibts noch immer, doch verpackt in melodische Schleifen und düstere Balladen.

Drake: More Life





DER FAVORIT

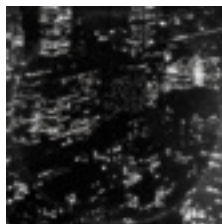
Mutter/Tochter

von Reportagen-Praktikantin
Leandra Nef — Der
Bildband «Mädchenland»

Für Frauen ist Indien laut Uno eines der gefährlichsten Länder der Welt. Vor diesem Hintergrund haben mich die Bilder der deutschen Fotografin Karolin Klüppel gleich doppelt fasziniert. Klüppel ist in den Nordosten Indiens gereist, um für zehn Monate beim indigenen Volk der Khasi zu leben. Die Khasi leben in einer matrilinearen Gesellschaft, in der Frauen gesellschaftlich und politisch einen grösseren Einfluss haben als Männer:

Die Kinder erhalten den Namen der Mutter, in der Erbfolge steht die jüngste Tochter an erster Stelle, und nur durch die Geburt eines Mädchens kann ein Familienclan weiterbestehen. Ihre aussergewöhnlichen Einblicke hat die Fotografin in der Bildserie «Mädchenland» festgehalten. Stark und zauberhaft zugleich.

Karolin Klüppel: Mädchenland.
Hatje-Cantz-Verlag, Berlin 2016,
92 Seiten, ca. 46 Franken



MUSIK — *Timber Timbre* waren einst für ihre dunkel-mysteriösen Hymnen bekannt, die allesamt als Soundtrack für *David-Lynch-Filme* passen würden. Ganz verloren haben die Kanadier diesen Stil nicht, doch mischen sich ihm nun auch funky Elektro-Orgeln, billig tönende Drumcomputer und poppige Synthesizer bei. Die Flucht aus der Indie-Nebel-Nische tut ihnen gut und macht diese Platte zu einem extrem vielseitigen und nie langweilig werdenden Trip.

Timber Timbre: Sincerely, Future Pollution



Penélope Cruz
als wehrhafte
Mutter in «Volver»

MUTTER/TOCHTER FILM — Bist du, Mama?

Der grosse Frauenverehrer Pedro Almodóvar spielt das Mutter-Tochter-Thema in seinem prachtvollen Klassiker «Volver» gleich auf mehreren Ebenen durch: Die schöne Raimunda (Penélope Cruz) muss die Leiche ihres Mannes verschwinden lassen, der die gemeinsame Tochter vergewaltigen wollte. Sie hat also gar keinen Kopf dafür, dass plötzlich ihre eigene Mama (Carmen Maura) zurückkehrt – aus dem Reich der Toten? Und das ist noch lange nicht alles in dieser melodramatischen Ghost Story über vaterlose Familien, Verbrechen, Verfehlungen und Vergebung.

DVD: «Volver» (2006) von Pedro Almodóvar



Forever Blondie:
Debbie Harry

MUSIK —

Blondie sind mit einer neuen Platte zurück. Leaderin Debbie Harry über Bandromantik, H. R. Giger und die eigene Legende.

annabelle: Debbie Harry, auf Ihrem neuen Album stammen die meisten Songs aus der Feder befreundeter Musiker. Trotzdem klingt «Pollinator» wie eine Blondie-Platte. Sie könnten auch das Telefonbuch vertonen, und es klänge nach Blondie.

Debbie Harry: Sicher! Als Band braucht man einen eigenen, erkennbaren Sound. Das ist wichtig für den Erfolg. Man schaltet das Radio ein, hört einen Song und weiss nach ein paar Takten: Das sind Muse, Green Day, Pearl Jam, Blondie.

Sie wuchsen in New Jersey auf und zogen mit 19 nach New York, wo Sie 1974 Blondie gründeten. Ein Befreiungsschlag?

Ich hatte schon früh unkonventionelle Ansichten. Als kleines Mädchen kapierte ich zum Beispiel nicht, wozu heiraten gut sein soll. Ein Treueschwur bis zum Lebensende? Wie barbarisch! In New York war ich mit meinen Ideen natürlich nicht allein.

Wie ist das, nach 43 Jahren Blondie:

Ist da noch etwas von jener Bandromantik übrig, die einen einst antrieb?

Am Anfang schufteten wir lange und hart, um gehört zu werden. Als sich der Erfolg einstellte, merkten wir, dass eine Band ein Geschäft ist, die eine Hälfte ist Business, die andere Musik. Diese Einsicht erforderte eine gewisse Reife. Und heute kommt hinzu, dass wir nicht mehr mit anderen Bands im Wettstreit stehen, sondern mit unserer eigenen Legende.

Sie verkörperten diese unerhörte Mischung aus Selbstbestimmung, Pop-Ikone und Sexsymbol.

Trug das zur Legendenbildung bei?

Keine Ahnung, ich hörte einfach auf meine Instinkte. Natürlich hatte ich eine klare Vorstellung davon, wie ich als Frau wahrgenommen werden wollte, ich liess mich nicht in eine Opferrolle drängen. Im Grunde tat ich einfach, was mir behagte.

Mit «Rapture» schafften Blondie 1979 einen Nummer-1-Hit, in dem Sie rappen. Das gab es vorher noch nie: Rap auf dem ersten Platz der Charts!

Der Song entstand, nachdem wir «Rapper's Delight» von der Sugar Hill Gang gehört hatten. Wir merkten, dass da etwas passierte, was wir nicht verpassen wollten. Der Unterschied zu einem richtigen Rapsong war allerdings, dass wir keine Samples benutzten, sondern nur unsere eigene Musik.

KRS-One borgte sich später Ihre Stimme aus «Rapture» für seinen Song «Step Into a World». Ein Kompliment? Klar. Auch dass Missy Elliott die ersten Takte aus «Heart of Glass» für ihren Song «Work It» benutzte, war grossartig. 1981 erschien Ihr Soloalbum «Kookoo». Der Schweizer Künstler H. R. Giger hatte das Cover gestaltet. Kannten Sie ihn?

Ja, er war ein guter Freund und wunderbarer Mensch. Wenn wir ihn besuchten, liess er für uns die Geisterbahn laufen, die er in seinem Garten gebaut hatte. Sie war gross genug, dass man sich hineinsetzen konnte. Und es gab den Zodiac Fountain, einen astrologischen Brunnen, der einen Höllenlärm veranstaltete. H. R. liebte es, ihn anzustellen, weil seine Nachbarn dann die Augen verdrehten.

Ab 5. Mai: Blondie: Pollinator. Mit Sia, Charli XCX, Blood Orange, TV on the Radio, Laurie Anderson u. a.

FILM — Wachsen oder weichen?

Österreichische Bauern und ihre Höfe; gigantisch grosse, mittlere, kleine. Den Frauen und Männern dort hören und sehen die Macher dieser klugen Dok aufmerksam zu – und entschlüsseln dabei das Bild einer Landwirtschaft, die zur gängigen Agroindustrie noch ein, zwei Alternativen weiss.

Ab 11. 5.: «Bauer unser» von Robert Schabus, der zudem Agrarpolitiker und Wissenschaftler zu Wort kommen lässt





JfJ, porträtiert vom Schweizer Modefotografen Walter Pfeiffer

Musik — Ennet em Bärgli
Jeans for Jesus schauen mit ihrem neuen Album gehörig über die Alpen hinaus in die weite Welt, ohne ihre Herkunftsstadt zu verleugnen. Bernddeutsch singen und klingen wie die Post-Hippie-Popper MGMT aus New York? Eine waghalsige Sache – und deswegen so gut!

Jeans for Jesus: Pro

AUSSTELLUNG — Beziehung auf Augenhöhe

Bislang tauchte der Name der US-Künstlerin Flora Mayo allenfalls in Klammern einiger Werktitel des Bildhauers Alberto Giacometti auf, mit dem sie in den Zwanzigerjahren liiert war. Das wollen Teresa Hubbard und Alexander Birchler nun ändern. Ihre Filminstallation «Flora», die an der diesjährigen Venedig-Biennale neben neuen Skulpturen von Carol Bove im Schweizer Pavillon zu sehen ist, erzählt die halbdokumentarische Geschichte einer überaus produktiven Liebes- und Arbeitsbeziehung auf Augenhöhe.

57. Biennale di Venezia,
 13. 5. bis 26. 11.,
labiennale.org

Das Künstlerpaar Alberto Giacometti und Flora Mayo



Skulptur von Carol Bove



MUTTER/TOCHTER BUCH — Weiss auf schwarz

Eine Mutter gebärt eine Tochter, die Mutter ist schwarz, das Kind schwärzer, von tiefstem, schwärzestem Schwarz, sodass die Mutter geschockt ist und sich der Vater von der Mutter trennt, denn so ein Schwarz könne er nicht vererbt haben. Sie wird sich von ihrem Kind

Lula Ann nicht Mutter nennen lassen, sondern bei ihrem Vornamen, Sweetness.

Nichts Mütterliches will in der Mutter wachsen. Und doch ist er da, der Instinkt, die Kleine mit allen Mitteln zu beschützen. Sie erzieht die Tochter zu Demut und Bescheidenheit, ist die Mutter doch mit den Stigmata aufgewachsen, die schwarze Haut in den USA mit sich bringt.

Doch Lula Ann rebelliert. Schlimmer noch: findet sich schön. Liebt ihren Körper, ihre Erscheinung, ihre Haut! Nennt sich nicht mehr Lula Ann, sondern Bride. Und kleidet sich ausschliesslich in bräutlichem Weiss, um die Schönheit ihrer Hautfarbe noch mehr zu akzentuieren. Wird eine hochelegante Frau in der Kosmetikbranche, die so viel hat – aber immer noch gefangen ist in den Fesseln der unerfüllten Mutter-Tochter-Beziehung.

Ein wunderbares Buch der Literatur-Grande-Dame Toni Morrison.

Toni Morrison: Gott, hilf dem Kind. Rowohlt-Verlag, Reinbek bei Hamburg 2017, 208 Seiten, ca. 29 Franken



MUTTER/TOCHTER KUNSTPROJEKT —

Mit Nadel und Faden näht die deutsche Collagekünstlerin Annegret Soltau Fotografien von sich selbst und ihr nahestehenden Menschen zusammen. Die monströsen Familienporträts, die dabei entstehen, erzählen von der Verletzlichkeit des Einzelnen und der Unzertrennlichkeit familiärer Beziehungen. So auch ihre Collage «Mutter und Tochter» von 2001.

Annegret Soltau, Mutter und Tochter, 2001, Fotovernähung

FILM — Savoir vivre

Mutter/Tochter? Gut, gut, aber Tante/Neffe ist auch nicht schlecht, wie diese anarchische Komödie aus Belgien beweist. In ihr zeigt eine neurotische Pariserin ihrem lebensmüden Weltverbesserer von Neffen auf makabre Weise, dass sich das Leben lohnt.

Ab 4. 5.: «Vincent» von Christophe van Rompaey («Moscow, Belgium»)



THUNERSEESPIELE



12. JULI BIS 24. AUGUST 2017

Musical-Tickets unter
www.thunerseespiele.ch



Presenting Sponsor



Hauptsponsor



Klimapartnerin



Künstlersponsor



Hauptpartner

EG BERNER ZEITUNG
THUNER TAGBLATT



dine&shine





FRANK HEER

Tramatisch

Uebertriebener Ehrgeiz ist sträflich, und das ist gut so. Ein Naturgesetz. Man vergisst es nur ständig, denn der Mensch will sich messen, vor allem der Mann: im Sport, im Beruf, in der Politik, im Verkehr. Ein Beispiel: Kürzlich verliess

ich die Redaktion, gut gelaunt, um 18.19 Uhr, also zeitig, um zuhause das Abendessen für Frau und Kinder zuzubereiten, ein Heilbutt-Saltimbocca mit Thymiankartoffeln und ostpreussischem Gurkensalat. Weil es regnete, liess ich mein Klapper-velo stehen. Ich weiss nicht, welcher Teufel mich ritt, dass ich mich entschied, das Tram zu erwischen, das gerade angerollt kam. Ich nahm die Beine unter den Arm und rannte. Und während ich rannte, ging mir alles Mögliche durch den Kopf. Dass das Leben in Ordnung ist, ich nicht wusste, wie Heilbutt-Saltimbocca geht, und «Have Fun with God», die Dub-Version von Bill Callahans Album «Dream River» (erwähnt in meiner Uzwil-Kolumne), beim Plattenhändler meines Vertrauens abholbereit ist; der Laden schliesst um sieben und liegt am Weg, ich könnte noch kurz ... Doch weil ich mich im Wettstreit mit einer Maschine befand, beschloss ich, Bill Callahan warten zu lassen, zumal mich das verflixte Tram gerade überholte. Zu meinem Vorteil schaltete das

Lichtsignal der ersten Kreuzung auf Rot, woran sich öffentliche Verkehrsmittel halten müssen. Ich ignorierte das Signal und wurde ums Haar von einem Velokurier überradelt. Fahrlässig, könnte man einwenden, doch Männer blühen auf, wenn ihnen die Gefahr im Nacken sitzt. Natürlich holte mich das Tram sofort wieder ein. Ich hätte gelenkschonende Laufschuhe anziehen sollen, dachte ich, während ich an einem Sportgeschäft vorbeischnaufte. Ich bemerkte ein Stechen in der Hüfte, dann in den Knien und im Rücken. In einem Interview mit einem Sportpsychologen hatte ich gelesen, es helfe, sich beim Rennen den Siegerpokal vorzustellen. Ich dachte an ein frisch gezapftes Amber im beschlagenen Glas und holte zu übermenschlichen Sätzen aus. Ich schlug Räder um streunende Pudel, hechtrollte über Kinderwagen und verschaffte mir mit spitzen Schreien freie Bahn bis zur Haltestelle. Die letzten Passagiere hatten sich bereits ins Tram gedrückt, die Blinker signalisierten Weiterfahrt, doch ein Herr mit sportlicher Jacke stellte seinen Schnürstiefel aufs Trittbrett, um das Schliessen der Türen zu verhindern. Es gibt noch hilfsbereite Menschen, dachte ich, als ich einstieg, mit letzter Kraft. Niemand applaudierte. Von der Anstrengung war mir schlecht geworden. Ich sah aus dem Fenster, mein Puls raste, die Lichter der Autos zerflossen am regennassen Fenster. Ich überlegte, die Notbremse zu ziehen, um mich draussen in einem Pärkchen zu übergeben, als sich der Mann mit dem entschlossenen Schnürschuh räusperte. Ich erwartete, er würde mir das frisch gezapfte Amber überreichen, stattdessen sagte er: «Fahrausweiskontrolle!» Ich hatte nach meinem Rennen ausser Acht gelassen, den Billettautomaten für den Shuttle zurück ins Olympiadorf zu konsultieren. Für den Bruchteil einer Sekunde erwog ich, eine Herzattacke zu simulieren oder etwas auf Arabisch zu schreien, entschloss mich aber zur Kooperation. «Bar oder Karte?», fragte mich der Undercoverbeamte, als wir an der nächsten Haltestelle ausstiegen. Ich lächelte und zahlte, hundert Franken in bar, man gönnt sich ja sonst nichts. Der Beamte reichte mir die Quittung: «Damit können Sie noch eine Stunde gratis fahren.» Das ist lieb, nickte ich, leider wohne ich hier um die Ecke. Er zuckte mit den Schultern und liess mich im Regen stehen. Es lohnt sich nicht, sich anzustrengen. Ein Naturgesetz. Dafür kriegt man nichts geschenkt. Ich kaufte eine Kiste Bier und balancierte sie auf dem Kopf nachhause. Jemand hatte FUCK an eine Wand gesprayt. Ich las das Wort und trat in eine Pfütze.

Frank Heer ist Reporter bei annabelle. Er schreibt abwechselnd mit Sven Broder und Thomas Wernli übers Mannsein bei einer Frauenzeitschrift und andere Extremsituationen

Illustration: Ping Zhu



Christa Markwalder
Nationalrätin FDP, BE



Barbara Gysi
Nationalrätin SP, SG



Silvia Casutt
Grossrätin CVP, GR



Maya Graf
Nationalrätin Grüne, BL



Kathrin Dittli
Vorstand WWF Uri



Sandra Kolly
Präsidentin CVP, SO



Barbara Egger-Jenzer
Regierungsrätin SP, BE



Prisca Birrer-Heimo
Nationalrätin SP, LU



Iris Kündig Stoessel
Gemeinderätin Zermatt, FDP



Martina Munz
Nationalrätin SP, SH



Daniela Salzgeber
Gemeinderätin SP, VS



Sonja Lüthi
Kantonsrätin GLP, SG



Viola Amherd
Nationalrätin CVP, VS



Rosmarie Quadranti
Nationalrätin BDP, ZH

Unsere **Zukunft**, und jene künftiger **Generationen**
liegt uns am **Herzen**.

Darum sind wir uns bei dieser wichtigen Abstimmung
einig - über alle Parteigrenzen hinweg.

Weg von Erdöl und Atom.

Wir stimmen am 21. Mai JA



Christine Egerszegi-Obrist
Alt-Ständerätin FDP, AG



Silva Semadeni
Nationalrätin SP, GR
Präs. Pro Natura Schweiz



Barbara Schmid-Federer
Nationalrätin CVP, ZH



Priska Müller
Co-Parteipräs. Grüne, GL



Christine Frey
Parteipräsidentin FDP, BL



Priska Wismer-Felder
Bäuerin, KR CVP, LU



Pascale Bruderer Wyss
Ständerätin SP, AG



Regula Streckeisen
Präsidentin EVP, TG



Andrea de Meuron
Grossrätin Grüne, BE



Christine Häslér
Nationalrätin Grüne, BE



Nadine Walker
Co-Präsidentin JUSO, UR



Nina Schläfli
KR, Präsidentin SP, TG



Jacqueline Badran
Nationalrätin SP, ZH



Regina Fuhrer
Präs. Kleinbauern, BE



Barbara Gysel
Präsidentin WWF Zug



Evi Allemann
Nationalrätin SP, BE



Ruth Humbel
Nationalrätin CVP, AG



Regula Rytz
Nationalrätin Grüne, BE



Isabelle Moret
Nationalrätin FDP, VD



Nadine Masshardt
Nationalrätin SP, BE



Brigitte Häberli
Ständerätin CVP, TG

bio & fair

Minikids
Girls Kleid
29.95
100 % Bio-Leinen

T-Shirt
39.95
100 % Bio-Leinen

Hemd
59.95
100 % Bio-Leinen

Minikids-Bekleidung nur in ausgewählten Coop City Warenhäusern erhältlich.

naturaline

coop city

Für mich und dich.



Zum Schreien: 1959 posiert Schauspielerin Shirley MacLaine im Partnerlook mit ihrer Tochter Sachi Parker

BABY GAGA

Wem ist beim Anblick eines Paares Baby-Converses noch nie ein «Jö!» rausgerutscht? Und ja, es kann durchaus charmant sein, als Mutter dasselbe Modell in Grösse 39 zu tragen. Nur Obacht: Es ist ein schmaler Grat zwischen Witz und Wahnsinn. Der Versuch, das Band zwischen Mutter und Tochter auch modisch herauszuarbeiten, hat viele um den Verstand gebracht.

Prominente Opfer reichen von Cindy Crawford bis Katie Holmes. Oder Coco Austin: Vom US-Realitystar und seiner Tochter, die passenderweise Chanel heisst, gibt es kaum ein Foto, auf dem Mami und Baby nicht perfekt aufeinander abgestimmte Outfits tragen. So ein Bikinipartnerlook einer Einjährigen und ihrer mit Atombussen ausgestatteten Mutter ist weniger süss als bizarr, eins aber ist dem Duo infernale garantiert: Aufmerksamkeit. Ariba Pervaiz hat aus dieser Masche gleich einen Beruf gemacht. Für ihre 127 000 Instagram-Follower postet die Kana-

dierin Fotos von sich und Tochter Aaliyana in Matchy-matchy-Looks. «Andere Frauen möchten dank meiner Fotos auch eine Tochter», sagt die 28-Jährige. Na endlich ein Grund, sich fortzupflanzen! Pervaiz hat für ihr absurdes Hobby sogar ein Wort erfunden – twinning. Und sie ist nicht allein, sogar Elie Saab hat eine Haute-Couture-Kollektion für wohlhabende Mamas und ihre Sprösslinge designt.

Nicht falsch verstehen: Ab und zu ein abgestimmter Look kann herzerwärmend sein. Wenn aber jeder Tag zur Mottoparty wird und die Tochter zum Instrument, um die eigene Aufmerksamkeit zu potenzieren, wird es kritisch. Kim Kardashian und Tochter North in Partnerlookpelz inklusive Mini-Highheels? Beyoncé und Blue Ivy in Gucci und Baby Gucci? So wie Schuhe zur Handtasche soll offenbar auch die Tochter zur Mutter passen. Wenn das Kind zum Accessoire wird, wird Mini-Me-Fashion, wie der Trend liebevoll genannt wird, jedoch schnell entlarvt: als Maxi-Ego-Trip.

Jacqueline Krause-Blouin

Top of the Pops

Redaktion: Monique Henrich
Fotos: Daniel Valance

Uhrknall

Crystalline Ovale
mit 1700 blauen
Kristallen 395 Franken
von SWAROVSKI





Pink Power
Skinamour II5 Franken
von SWATCH



Dunkelziffer

Calvin Klein Minimal
260 Franken

von CALVIN KLEIN
WATCHES + JEWELRY



Watch's Next?
Bradshaw Smartwatch
439 Franken
von MICHAEL KORS

M O D E

INSPIRATION

WIR SIND PRINZESSIN

Traumhafte Mode aus
den besten Häusern, gezeigt
von coolen Mums und
ihren kleinen Töchtern.
Dazu die mütterlichen
Herzenswünsche an die
nächste Frauengeneration.

Redaktion: Cati Soldani,
Michèle Boeckmann
Fotos: Nadine Ottawa
Producer & Casting: Monica Pozzi





Mia: Minikleid aus Crêpe de Chine 1950 Fr. von FENDI. Uhr und Schmuck privat
 Freia-Maxima: Gepunktete Bluse Confetti von RYLEE + CRU 70 Fr. und Jupe mit Volants
 von TAMBÈRE 98 Fr., beides bei Karamell. Haargummi Pom Pom 8 Fr. von EN SOIE

Links, Freia-Maxima: Hochgeschlossenes Baumwollkleid mit Spitzenkragen aus
 Biobaumwolle 69.95 Fr. von H&M STUDIO COLLECTION

Mia Bregar (36) mit
 Freia-Maxima (2)

“Meine Tochter soll eine
 Draufgängerin werden, eine, die
 sich alles traut und ihr Ding
 durchzieht – genau wie ich”

Ronel Baumgartner (34)
mit Nerisa (4)

“Ich habe mich nie getraut,
meinen Schwarm
anzusprechen. Das habe ich
im Nachhinein bereut.
Ich hoffe, dass Nerisa beim
Jungs-Ansprechen
mutiger sein wird als ich”





Ronel: Spaghettitop aus Merinowolle und Seide ca. 55 Fr. von HANRO

Links, Ronel: Bodenlanges gerüschtes Bustierkleid mit Cape von GUCCI, Preis auf Anfrage
Nerisa: Seidenkleid mit Vintage-Blumenmuster und Paillettenstickerei an den Ärmeln von GUCCI,
Preis auf Anfrage. Mary Janes 188 Fr. von IL GUFO

Jacqueline Uhlmann (44) mit
Nevâ (4, links) und Ela (2)

“Meine Mädchen gehen sehr offen und
gern auf andere Menschen zu. Ich bin stolz
darauf, dass sie nicht an mir kleben”



ONLINE

Video und Interviews:
annabelle.ch/mamafotoshooting

Jacqueline: Langes
schulterfreies Kleid
mit Rüschen von
FRENCH CONNEC-
TION 2060 Fr. bei
Maison Gassmann.
Schmuck privat

Nevâ: Knielanges
Kleid mit «Love»-
Schriftzug am Saum
69.95 Fr. von H&M
STUDIO COLLEC-
TION. Schmuck privat

Ela: Baumwollbluse
ca. 85 Fr. von
IL GUFO. Petticoat
von ANGEL'S FACE
99.90 Fr. bei Jelmoli



Nevâ: Rosa Kleid mit
Volants ca. 365 Fr.
von I PINCO PALLINO

Louise: Blauweisses
Kleid mit Volants
ca. 445 Fr. von QUIS
QUIS

Ela (sitzend): Weisse
Bluse ca. 85 Fr. von
IL GUFO, Olivgrüner
Jupe aus Seidentaft
99 Fr. von EN SOIE





Manon: Grünes gepunktetes Kleid ca. 285 Fr. von IL GUFO
Nerisa: Hellblaues Etuikleid von MAYORAL 89.90 Fr. bei Globus



Jennifer: Hoch-
geschlossenes
Kleid aus Spitze
und Chiffon
von VALENTINO,
Preis auf Anfrage
June: Kleid mit
Kunstblumen-
Applikationen
ca. 585 Fr. von
QUIS QUIS

Jennifer Kossow (32)
mit June (3)

“Ich wünsche June, dass
sie im Leben das macht,
was sie wirklich mit
Leidenschaft tun will. Und
zwar ohne sich von
vermeintlichen Normen
oder von uns Eltern
beeinflussen zu lassen”

Monika
Milakovic (38)
mit Lois
Lilla Eddie (1)

“Ich wünsche
mir, dass meine
Tochter eine
Weltenbummlerin
wird”

Monika: Mantel
mit Blumenmuster
2040 Fr. und
gepunktete Stola
850 Fr., beides
von MIU MIU
Lois Lilla Eddie:
Kleid von MAYO-
RAL 49.90 Fr. bei
Globus, Baby-
schuhe 24.95 Fr.
von H&M

Salome Gächter (35)
mit Louise (5, rechts)
und Manon (3)

“Meine Töchter
sollen unbekümmert
aus der Reihe
tanzen. Was sie
unbestritten von
mir haben: Den
Hang zur Dramatik
und die Freude
an Lippenstift”





Salome: Slipdress privat

Manon (r.): Petticoat Blooming Lovely Skirt von ANGEL'S FACE 109 Fr. bei Jelmoli

Louise: Petticoat von ANGEL'S FACE 99.90 Fr. bei Jelmoli

Links, Salome: Bustierkleid mit Beinschlitz und Spitzeneinsatz ca. 4500 Fr. von ERMANNO SCERVINO. Pumps mit Fesselriemen von DSQUARED, Preis auf Anfrage

Manon (l.): Kleid mit Tüllunterrock 119 Fr. von H&M CONSCIOUS EXCLUSIVE COLLECTION

Louise: Zweifarbiges Kleid mit Volants und Kragen mit Strassapplikationen ca. 750 Fr. von I PINCO PALLINO



Layering
Die Bluse über
dem Kleid
statt drunter:
Wir stellen die
Regeln auf den
Kopf. Punkt.
Dazu passen
Glitzer-Accessoires wie
Lackstiefeletten
oder ein
Strasshalsband.

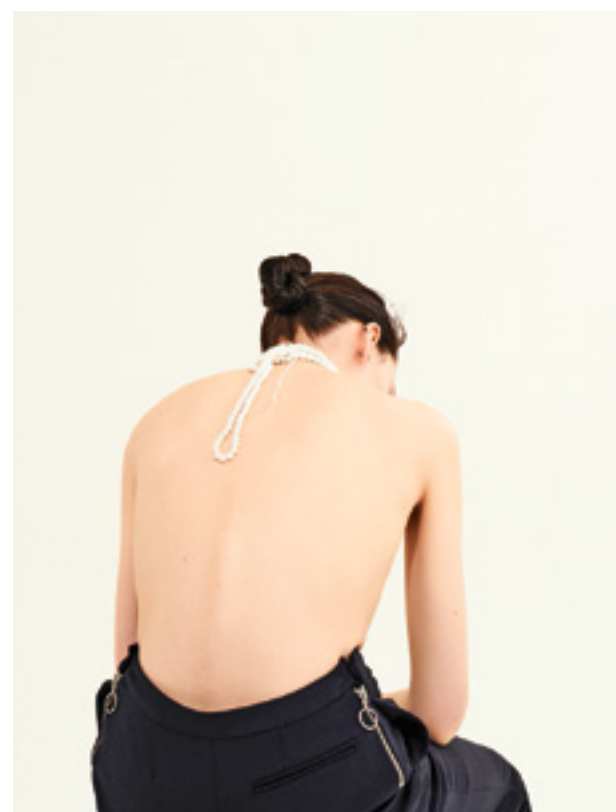
Seidenkleid mit
grossen Punkten
ca. 890 Fr. und
Seidenbluse ca.
600 Fr., beides von
ANTEPRIMA. Leggings
von KORAL 98 Fr.
bei Big. Strasshals-
bänder je 22.90 Fr.
von CLAIRE'S.
Stiefeletten von
TOPSHOP 100 Fr. bei
Zalando.ch

STIL-GUIDE

Barock'n'Roll

Romantische Volants, sexy Mieder, edle Perlen: Historische Elemente verzaubern die Modesaison. Wir zeigen, wie man die barocke Attitüde mit coolem Streetstyle kombiniert.

Redaktion: DANIELLA GURTNER Fotos: JOAN MINDER



Pearl Girl
 Perlen stehen
 seit je für
 Reinheit und
 Fruchtbarkeit
 und sind das
 perfekte Acces-
 soire zu den
 aktuellen Looks.

Kurze Schlaghose
 von TOPSHOP
 BOUTIQUE 130 Fr.
 bei Zalando.ch.
 Perlenketten
 je 12.90 Fr. von
 CLAIRE'S



Kontrast-
programm
Das opulente
Blusenoberteil
wird zu einer
sexy Lackhose
kombiniert.

Paillettenbluse
mit Tüllärmeln von
MARCO DE
VINCENZO, Preis
auf Anfrage.
Lackhose 490 Fr.
von OTTOLINGER.
Ohringe 9.90 Fr.
von H&M. Socken
von ITEM M6





Gross ist Mode

Von wegen kleinkariert: Opas Oversize-Blazer macht gute Figur zum verspielten Kleid.

Seidenkleid mit Volantstufen ca. 1020 Fr. von ERIKA CAVALLINI.

Karoblazer von ISABEL MARANT ÉTOILE 469 Fr. bei Big. Ohrhänger 14.95 Fr. von MANGO



Business Reloaded

Die klassische Hemdbluse mit den übergrossen Manschetten setzt Akzente.
Dazu werden die Perlenketten ganz nah am Hals getragen.

Hemdbluse von MARQUES ALMEIDA 329 Fr. bei Opia. Kurze Schlaghose von TOPSHOP BOUTIQUE 130 Fr.
bei Zalando.ch. Plisseehose ca. 310 Fr. von MALAIKA RAISS. Perlenketten je 12.90 Fr. von CLAIRE'S



Liebe zum Detail

Die Schnürungs-
elemente an der
Jeansjacke sind
ein verspielter
Hingucker. Am
besten Denim
zu Denim
kombinieren.

Jeansjacke mit
Schnürung 79.95 Fr.
von H&M. Bluse mit
Stehkragen von
FFIXXED STUDIOS
215 Fr. bei Opia.
Jeans Wedgie
139.90 Fr. von LEVI'S.
Mules von
TOPSHOP 85 Fr.
bei Zalando.ch.
Strümpfe von FOGAL



Ohrringe von
MILKO BOYAROV
270 Fr. bei Opia

Antike Vasen,
Untersteller
und Tische, alles
von Beceren
Antiquitäten



Blickfang
Taille

Die Corsage
einfach über
das T-Shirt
schnüren und
darüber einen
Oversize-
Trenchcoat
anziehen.

Oversize-Shirt
29.95 Fr. von H&M.
Miedergürtel
24.90 Fr. von ZARA.
Trenchcoat von
JOSEPH 1200 Fr.
bei Jelmoli.
Ohrringe ca. 160 Fr.
von ANTEPRIMA



Décolleté décoratif

Reizvolle Diagonale: Das asymmetrische Top mit der freien Schulterpartie zum figurbetonten, seitlich gerafften Samtjupe.

Top ca. 140 Fr. von MIAHATAMI. Samtjupe mit Raffung von TOPSHOP BOUTIQUE 140 Fr. bei Zalando.
Strasshalsbänder je 22.90 Fr. von CLAIRE'S. Strumpfhose von WOLFORD. Ohrringe privat

Model Familie

Mama war Spitzenmodel, und ihre Tochter sieht aus wie ihr jüngeres Ich. Auch in Sachen Mode fällt der Apfel nicht weit vom Stamm.

Redaktion: MICHÈLE BOECKMANN



Anna (28)
& Pat Cleveland (66)

Fantastisch
exzentrisch:
So kleiden sich
waschechte
Fashionistas



Extravagant

- 1 Sonnenbrille von Prada 289 Fr. bei Mytheresa.com
- 2 Asymmetrisches Top Angela aus Tüll von Molly Goddard ca. 600 Fr. bei Doverstreet-market.com
- 3 Clutch Mini Wristlet aus Satin mit Quaste von The Row 1038 Fr. bei Mytheresa.com
- 4 Boots Carvela ca. 200 Fr. von Kurt Geiger
- 5 Bodenlanges Kleid mit Volants 519 Fr. von Twinset Simona Barbieri
- 6 Sommermantel Moscou mit floralem Muster von Chloé Stora 429 Fr. bei Reyerlooks.com
- 7 Vinyljupe ca. 65 Fr. von Topshop
- 8 Sandalen aus Seide ca. 590 Fr. von Dries van Noten
- 9 Ohrringe aus Messing und Plexiglas ca. 510 Fr. von Céline
- 10 Trackpants aus Crêpe de Chine von Ellery 650 Fr. bei Matches-fashion.com

California

- 1 Beuteltasche
Roxy von Alexander
Wang 776 Fr.
bei Farfetch.com
- 2 Kleid aus Baum-
wolle und
englischer Spitze
von Ba & Sh
569 Fr. bei
La Redoute
- 3 Triangelbikini,
Oberteil ca. 70 Fr.
und Höschen
ca. 49 Fr., beides
von Love Stories
- 4 T-Shirt ca. 65 Fr.
von Barbour
- 5 Sonnenbrille
ca. 322 Fr.
von Givenchy
Eyewear
- 6 Cap 14.95 Fr. von
H&M
- 7 Highheel-
Sandalen
99.90 Fr. von
Pepe Jeans
- 8 Hoodie von
Vetements
489 Fr. bei
Stylebop.com
- 9 Bluse mit
Blumenprint
219 Fr. von
Sandro
- 10 Chelsea-Boots
aus poliertem
Smooth-Leder
180 Fr. von
Dr. Martens
- 11 Jeans 501
Skinny 129.90 Fr.
von Levi's



Kaia Gerber (15) &
Cindy Crawford (51)

Der Californian Way of
Style: Natürlich, entspannt
und gern in Jeans



1

2



3

4



5



Bourgeois

- 1 Perlohrringe von Simone Rocha ca. 240 Fr. bei Lagarconne.com
- 2 Gestreifte Bluse ca. 215 Fr. von Anni Carlsson
- 3 Jumpsuit 449.90 Fr. von Madeleine Mode-Versand
- 4 Hose mit breitem Bein 319 Fr. von Marc Cain
- 5 Strickpullover aus Baumwolle ca. 170 Fr. von Tommy Hilfiger
- 6 Cardigan 245 Fr. von Baum und Pferdgarten
- 7 Minikleid 39.90 Fr. von Zara
- 8 Pantoletten ca. 55 Fr. von Kiomi
- 9 Gewobene Clutch Bistrot von Balenciaga 1035 Fr. bei Mytheresa.ch
- 10 Ballerinas aus Lackleder von Repetto 209 Fr. bei Stylebop.com
- 11 Foulard La Ville dans la Nuit 145 Fr. von J. Calot für Longchamp

Nine d'Urso (21)
& Inès de la
Fressange (59)

So geht preppy
auf französisch:
Savoir-vivre trifft
Noblesse oblige

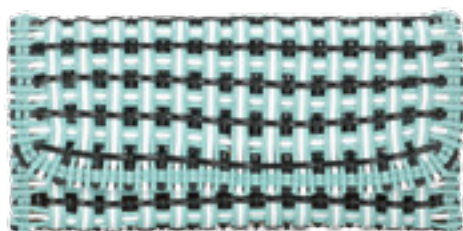
6



7



8



9



10



11

Fotos: Dukas/Sipa (1)



RADO CENTRIX AUTOMATIC OPEN HEART
HIGH-TECH CERAMIC ELEMENTS. SEAMLESS DESIGN.

RADO
S W I T Z E R L A N D

TIME IS THE ESSENCE WE ARE MADE OF



Lily-Rose Depp (17)
& Vanessa Paradis (44)
Feminin, sexy und nie
ohne It-Pieces: Les Parisiennes
haben das gewisse Etwas

Paris Chic



- 1 Blazer Neroli
369 Fr. von
Essentiel Antwerp
- 2 Minibag Mini
Mini Sun von
Mansur Gavriel
ca. 500 Fr. bei
Lagarconne.com
- 3 Top mit Puff-
ärmeln aus
Guipure-Spitze
von Hillier
Bartley 515 Fr.
bei Matches-
fashion.com
- 4 Mules 130 Fr. von
Uterqüe
- 5 Schulterfreier
Strickpullover
Bardot ca. 140 Fr.
von Whistles
- 6 Ohrringe Game
Pierced 119 Fr.
von Swarovski
- 7 Bikerjacke aus
Leder 669 Fr.
von Diesel
- 8 Kleid 299 Fr. von
Sandro
- 9 Lederhose von
J. Lindeberg
630 Fr. bei
Zalando.ch
- 10 Minijupe aus
Leder 450 Fr.
von Ba & Sh



DO CELEBRATE

Finde Dein perfektes Geschenk zum
Muttertag. Handveredelter Echtschmuck
aus Sterling-Silber.



PANDORA
pandora.net



Die Farbe erinnert an Hummer an der Küste von Maine oder Flamingos in Südfrankreich. Aber anders als das plissierte Abendkleid (Foto) vermuten lässt, liegt seinem Stoff recycelter Polyester zugrunde, der als Abfall an die Küste gespült wurde. Die aus nachhaltigen Materialien produzierte Conscious Exclusive Collection für Erwachsene und Kinder ergänzt H&M erstmals mit Unisexdüften aus Bio-Ölen.

Ab ca. 60 Fr.,
Duft ab ca. 45 Fr., hm.com

Surreality Bites

Als hätten sich David Lynch und Meret Oppenheim zum Mitternachtsnack verabredet: Wunderbar surreal, verspielt und ein wenig düster ist die aktuelle Schmuckkollektion Midnight Bite der Schweizer Designerin Isabelle Mayer.

Ab ca. 110 Fr., isabelle-mayer.com



Redaktion: Barbara Loop; Fotos: sutercaputo.ch (f); Illustration: Katrin Coetzer



GREEN SELECTION —

Coat? Check!

Der Trenchcoat ist wieder da: Ein besonders schöner und leichter, der ein wenig an einen Laborkittel erinnert, kommt von Freitag. Und wie immer bei der F-abric-Linie ist der Mantel aus Leinen und Hanf (mit Ausnahme des F-Buttons) 100 Prozent kompostierbar.

Ab 320 Fr., freitag.ch



Blickfang

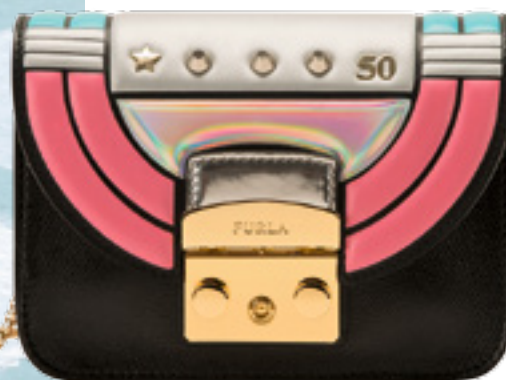
Die Brillenmanufaktur Götti aus Wädenswil hat die Perfektion des Katzenauges vollbracht! Die randlose Sonnenbrille in Eye-cat-Optik hat definitiv das Potenzial zum Lieblingsaccessoire des Sommers.

Ab 334 Fr., gotti.ch



Dank neusten Technologien sind die Laufschuhe aus der Sport-Kollektion von Gabor leicht wie Luft und tragen einen wie auf Wolken dem Frühling entgegen.

Ab ca. 150 Fr., gabor.de



Tonangebend

Das italienische Modelabel Furla macht zum 90. Geburtstag auf jung. Die Jubiläumskollektion ist der Musik jeder Dekade der Furla-Firmengeschichte gewidmet: von den Roaring Twenties über Elvis' Fünfziger bis zu Electro. Mit den neun Taschendeckeln, Flaps genannt, passt sich der Metropolis-Bag jedem Takt an.

Tasche (ohne Flap) 250 Fr.,
Flap 165 Fr., furla.com



MODE NEWS



Familiensachen

Der Jupe mit Volants, die Flared-Hose und die Outdoorjacke aus dunkelblau gefärbtem und chromfrei gegerbtem Leder sind die Signature Pieces der Sommerkollektion von House of Dagmar. Dagmar heisst übrigens die Grossmutter der drei Schwestern, die das junge Label in Stockholm gegründet haben.

Ab ca. 750 Fr., houseofdagmar.com

**“Man muss
Schönheit nicht
schmücken,
sondern sie so
einfangen,
wie sie ist”**

— Pierpaolo Piccioli,
Valentino-Designer



Fabulös!

Closed und Jupe by Jackie haben gemeinsam eine Minikollektion entworfen: Designerin Jackie Villevoys bestickte drei Closed-Klassiker – weisses Hemd, Boyfriendjeans und T-Shirt –, typisch für ihr Label Jupe by Jackie, mit kleinen lustigen Fabelwesen.

Ab ca. 219 Fr., closed.com



SHOP NOW
www.madeleine-mode.ch

Mit dieser neuen Accessoires-Kollektion schreibt Louis Vuitton die firmeneigene Kunstgeschichte weiter: Nach Künstlern wie Takashi Murakami, Olafur Eliasson und Cindy Sherman schuf nun der Amerikaner Jeff Koons mit den Kopien von Gemälden alter Meister aus seiner Serie «Gazing Ball» die Bildsprache für die ikonischen LV-Taschen.

Preis auf Anfrage, louisvuitton.com



INDIA LEAF pendants,
BOUTON and FAIRY rings
in 18K gold




TAMARA COMOLLI

SOUTHAMPTON · LAKE TEGERNSEE
SYLT · PALM BEACH · MUNICH · MARBELLA

“ÜBERRASCHT MICH!”

Ein Schrank voller Jeans und Shirts, das kanns ja wohl in Sachen Mode nicht gewesen sein, findet Christina Rae. Das sehen wir natürlich genauso.



Christina Rae (43)

hat philippinische und chinesische Wurzeln, ist in Kalifornien aufgewachsen und lebt seit mehr als zehn Jahren in Zürich. Für sie als Mama eines zweijährigen Sohns müssen ihre Kleider vor allem eins sein: praktisch und bequem – genau wie die «Unmengen an Jeans», die Christina Rae besitzt. Vom Stylingteam erhofft sie sich Tipps für einen abwechslungsreichen Look.



Hose 199 Fr. und Jacke 219 Fr., beides von Michael Kors bei Jelmoli. Sandalen 550 Fr. und Tasche 660 Fr., beides von Longchamp

NATÜRLICH SCHÖN

Tipps zum Typ von Nicola Fischer, Hair & Make-up Artist, Style-Council.ch

Teint: Um den richtigen Hautton zu treffen, vermische ich zwei Foundations, bevor ich damit Christina Raes Gesicht grundiere. Danach konturiere ich die Wangenknochen, damit sie noch mehr zur Geltung kommen.

Make-up: Christina Raes Wimpern sind recht gerade. Mit einer Wimpernzange bringe ich Schwung in den oberen Wimpernkranz, bevor ich die Wimperntusche auftrage.

Haare: Vor dem Frisieren arbeite ich Stylingschaum ins Haar ein. Der verleiht Volumen, auch wenn die Haare danach wieder geglättet werden. Widerspenstige Härchen bändige ich mit Haarwachs. Zum Schluss gebe ich ein pflegendes Öl auf die Längen, damit das Haar gesund glänzt.



Kleid von Diane von Furstenberg 579 Fr. bei Jelmoli. Halskette 49.90 Fr. von Schild



Das annabelle-Stylingteam

Moderedaktorin Cati Soldani (l.), Fotografin Johanna Hullár, Hair & Make-up Artist Nicola Fischer

NEUE KLASSIKER

Tipps zum Typ von
annabelle-Moderatorin
Cati Soldani

Christina Raes Kleiderschrank ist voller Jeans und Shirts. Höchste Zeit, einen neuen Look auszuprobieren! Eigentlich liebt sie klassische Kleider, möchte aber keinesfalls streng oder gar altlich darin wirken.

Da kommen die neuen Modetrends gerade recht, die den Klassikern der Garderobe einen verspielten Twist verpassen: Zum Beispiel ist die Perfecto-Jacke aus grauem weichem Kaschmir statt schwarzem Leder. Oder die Smokinghose in frischem Hellblau statt Schwarz und mit Baumwollband verziert anstelle des traditionellen Satinbands. Dazu wähle ich ein etwas zu grosses Baumwollhemd.

Ebenfalls zu den neu interpretierten Klassikern zählen der Streifenlook mit der Marlene-Dietrich-Hose und der überlangen Bluse sowie das Seidenkleid im Military-Stil mit Ethno-Halsschmuck.

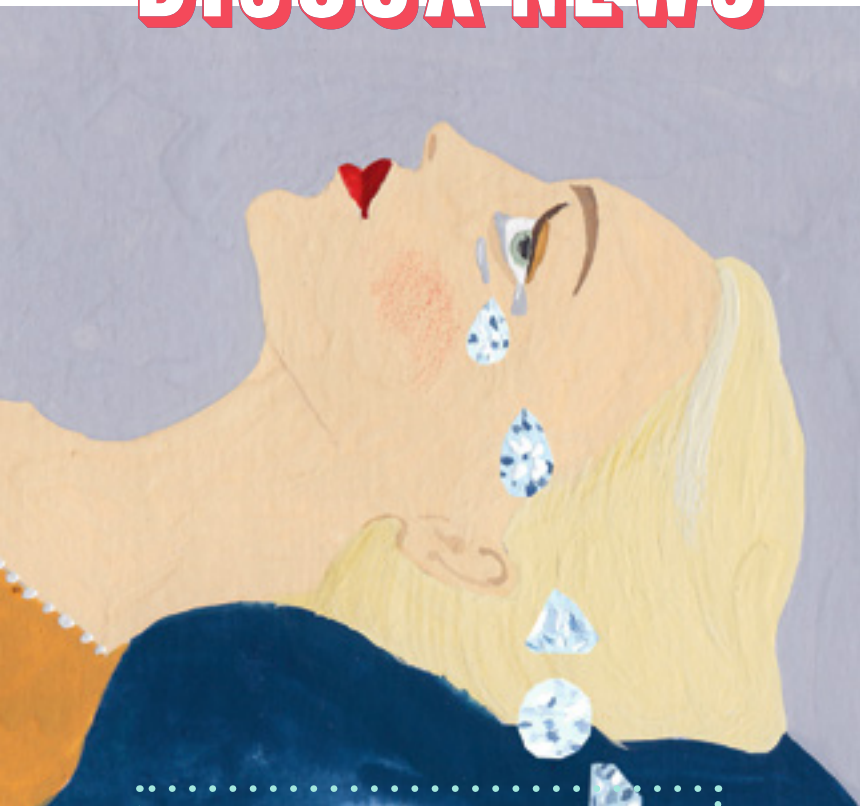
Zu Christina Rae passen hochwertige, weich fließende Materialien, die den Körper in raffinierten, weiten Schnitten umschmeicheln. Alle drei Looks zeigen sie von ihrer coolen, femininen Seite und betonen ihre fröhliche, dynamische Art.

“Ich war so
gespannt auf die
neuen Looks
und liebe sie alle”

Jacke von
Theory 749 Fr.
bei Jelmoli.
Hemd ca.
520 Fr. und
Hose 329 Fr.,
beides von
Maison
Margiela bei
Modissa.
Pumps 229 Fr.
von Navyboot

ONLINE

Neuer Stil? Bewerben Sie sich!
annabelle.ch/umstyling



Wussten Sie, dass ...

... Jean Cocteau, Pariser Künstler und Regisseur, 1946 in seiner Originalfassung des Filmmärchens «La belle et la bête» die Tränen der Belle ausschliesslich mit echten Cartier-Diamanten symbolisierte?



Die neue Solitärkollektion mit zertifizierten Diamanten von Kurz wurde in Handarbeit gefertigt. Aufgefallen: Die Schmuckstücke liegen preislich in einer interessanten Kategorie.

Weissgoldkette mit Diamantanhänger im Brillantschliff, 0.50 Karat, 3550 Franken; kurzschmuckuhren.ch



Uhr-Werk

Das 544 Seiten starke Buch «Patek Philippe. The Authorized Biography» von Autor Nicholas Foulkes beschreibt die eindrückliche Geschichte der 178-jährigen Genfer Uhrenmanufaktur, die auch mit vielen Fotos aus dem Privatalbum der Besitzerfamilie Stern dokumentiert ist.

Nicholas Foulkes: Patek Philippe. The Authorized Biography. Penguin Random House, englisch, 544 Seiten, 220 Franken
patek.com/library



Schmucke Schlangen

Oh! Was schlängelt sich denn da herunter? Die rosévergoldeten Ohrhänger aus der Kollektion Snake von Réjane Rosenberger, die sie in Nepal anfertigen lässt. 279 Franken; rejanerosenberger.com

**Zartes Band
Fashiondesignerin
Marina Guergova
steckt für ihre
Choker-Kreation den
vergoldeten Silberring
auf ein Band
aus Crêpe de Chine.**

Ca. 280 Franken; marinalondon.com



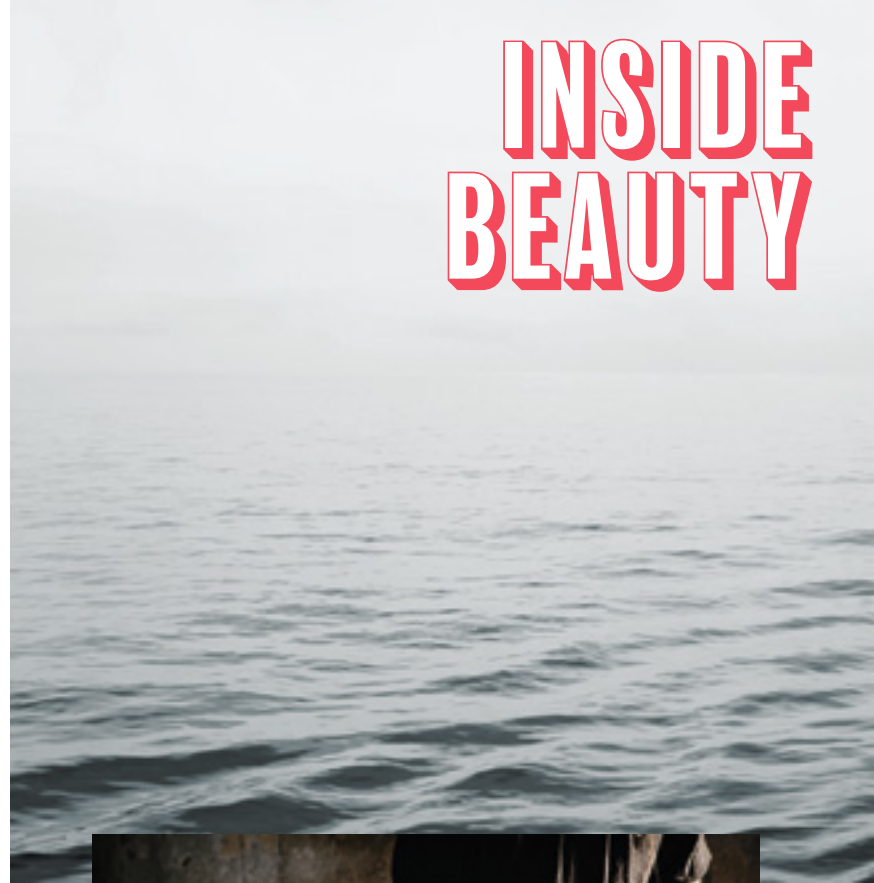


**BEAUTY-REDAKTORIN
OLIVIA GORICANEC**

OPTIMAL MINIMAL

Wer bei mir einen Blick in den Spiegelschrank wirft oder meine Schubladen öffnet, stellt gleich fest: Hier lebt ein Beauty-Junkie. Als Beauty-Redaktorin habe ich – wie sollte es auch anders sein – grosse Freude an all meinen Döschen, Tübchen und Fläschchen und bin stets auf der Suche nach Neuem. Nach dem Ausmisten meines Kleiderschranks vor einigen Monaten verspürte ich jedoch das Bedürfnis, auch im Bad für Ordnung zu sorgen. Genauso wie ich keine 10 schwarzen T-Shirts brauche, benötige ich keine 18 Tagescrèmes oder 14 Seren.

Im Zuge dieser Reduktion machte ich mir Gedanken zur stetig wachsenden Anzahl der Pflege-
linien und ihren endlosen Listen an Inhaltsstoffen. Ist die Voraussetzung für eine gesunde, schöne Haut tatsächlich ein Arsenal an Produkten? Ich suchte also nach Kosmetikbrands, die für einen minimalistischen Ansatz stehen; kleinen Linien mit Produkten aus wenigen, hochwertigen Inhaltsstoffen und einer einfachen Anwendung. Ich wurde schnell fündig, unter anderem fand ich die Brands Less, Muti, Namari Skin oder auch Peet Rivko, der zurzeit nur in den USA erhältlich ist.



Das Schweizer Label Namari Skin teste ich seit zwei Monaten. Die Linie von Nadine Ammari besteht aus einem handgenähten Gesichtereinigungstuch aus Bambussamt und drei Pflegeprodukten: einem hoch konzentrierten Ölserum, einem Reinigungs- und Feuchtigkeitsöl und einem Reinigungspulver, das als Peeling oder Maske verwendet werden kann. Anfangs war ich etwas skeptisch – weniger Produkte ja, aber gleich so radikal reduziert? Heute bin ich ein grosser Fan dieses hochwertigen Minimalismus. Meiner Haut geht es so gut wie noch nie, und in meinem Badezimmer findet auch Neues wieder Platz. Wenn ich denn möchte.

- 1 Die Rezepturen der Namari-Skin-Produkte setzen sich aus hochwertigen Wirkstoffölen, Blüten, Gewürzen und Algen zusammen. Namariskin.com
- 2 Die Linie Muti steht für klares Design, beinhaltet Serum, Augenpflege und je zwei Tages- und Nachtcrèmes. Muticare.com
- 3 Die Marke Less besteht aus drei Pflegeprodukten mit durchschnittlich nur drei Inhaltsstoffen. Welcometo-less.com

SCHÖN IN FORM

Der Sommer kommt! Wir haben die besten Tipps für einen gepflegten Badi-Body – für Frauen jeden Alters.

Redaktion: Niklaus Müller, Nicole Hirschi
Illustrationen: Nicole Schmauser

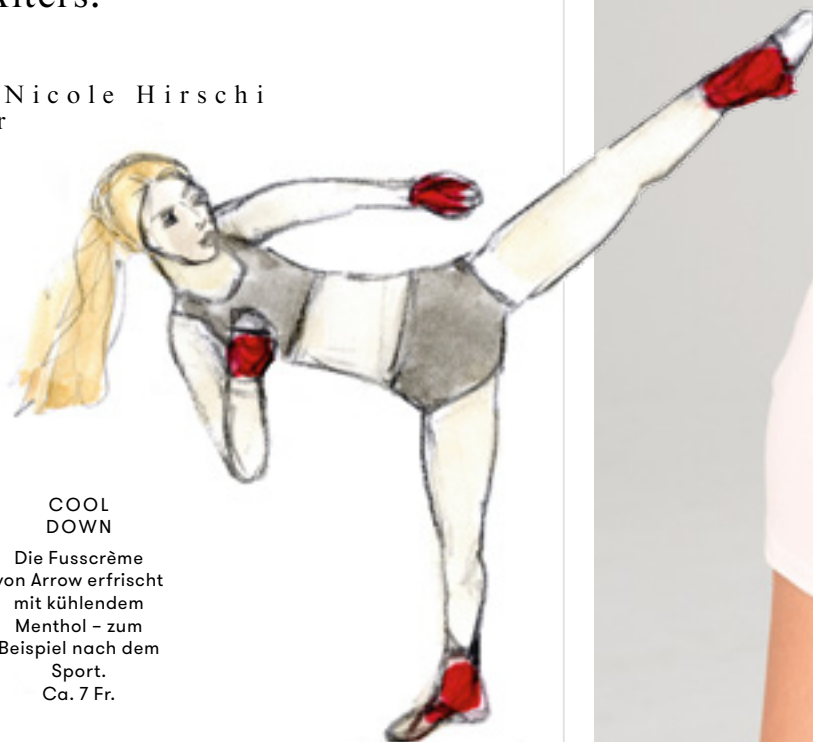
20+

Zwischen zwanzig und Mitte dreissig funktioniert unser Metabolismus auf Hochtouren. Mit regelmässigem Training kann man seinen Körper sichtbar formen und sieht, dank der hohen Muskelmasse in diesem Alter, schnell Veränderungen. Auch die Knochen sind noch sehr stark, die Knochenmasse wird kaum abgebaut. Zwar steigt der Körperfettanteil im Lauf der Jahre, aber die Gewichtszunahme ist nur minimal. Die Haut ist straff, gut durchblutet und braucht nur minimale Pflege. Am meisten profitiert sie von optimalem Sonnenschutz und regelmässiger Feuchtigkeitspflege.



COOL DOWN

Die Fusscreme von Arrow erfrischt mit kühlendem Menthol – zum Beispiel nach dem Sport. Ca. 7 Fr.



Schlagkraft

Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination trainieren und gleichzeitig den Kopf lüften und Dampf ablassen? Kein Wunder, liegen Workouts mit Elementen aus Boxen und Kickboxen voll im Trend. Das Training ohne Vollkontakt wird von vielen Fitnesscentern angeboten, unter dem Namen Boxing-Fit zum Beispiel vom Balboa in Zürich.



Sonnengruss

Die hoch geschnittenen Yoga-Leggins von Lululemon bieten festen Halt um die Hüfte.

Wunder Under Tight Hi-Rise in der Farbe Luon Hazy Days Black White ca. 128 Fr.

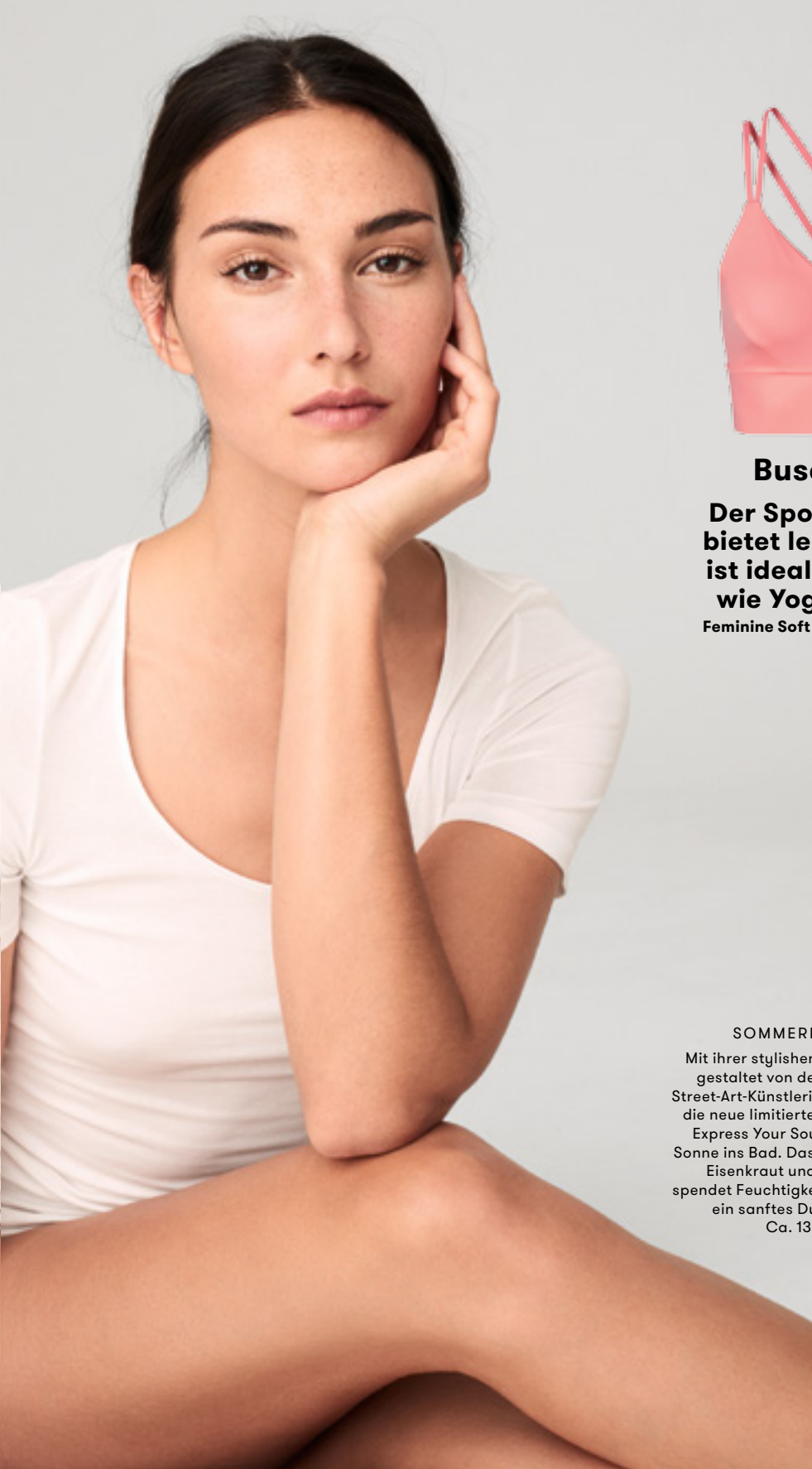
ERFRISCHEND GRÜN

Die Trinkflasche in der Farbe des Jahres. Mit der 24 Bottles aus Edelstahl erfrischt wir uns stylish und umweltfreundlich. Ca. 20 Fr. bei Globus



NEW SEAFOOD

Die Alge gehört zu den Foodtrends 2017, und das zu Recht: Das Grün aus dem Meer enthält zehnmal mehr Kalzium als Kuhmilch und ist ein fantastischer Vitamin-C-, Magnesium- und Eisenspender.



Busenwunder

Der Sport-BH von Odlo bietet leichten Halt und ist ideal für Sportarten wie Yoga und Pilates.

Feminine Soft Low Support BH ca. 50 Fr.



SPORTSGEIST

Die Körperpflegelinie Skin Fitness von Biotherm ist speziell für die Hydratation und Regeneration nach dem Workout entworfen. Dazu gehören ein Reinigungsschaum, eine Feuchtigkeitspflege mit Peelingeffekt sowie eine Emulsion. Ab ca. 20 Fr.



EN GUMMI DRUM

Die Haargummis von Blax sehen hübsch aus und sollen Haarbruch reduzieren. Ca. 13 Fr., prettyandpure.ch

SOMMERREGEN

Mit ihrer stylischen Verpackung, gestaltet von der deutschen Street-Art-Künstlerin Mad C, bringt die neue limitierte Produktlinie Express Your Soul von Rituals Sonne ins Bad. Das Shower Oil mit Eisenkraut und Petitgrain spendet Feuchtigkeit und sorgt für ein sanftes Duschritual. Ca. 13 Fr.



MISSION POSSIBLE

Joggen ist gesund, ja. Aber manchmal kann es auch ein wenig langweilig werden. Die App «Zombies, Run!» schafft da Abwechslung. Lassen Sie sich nicht von den Zombies kriegen! Gratis im App-Store



Playlist

“212”

Azealia Banks

“Sally”

Bibi Bourelly

“Fade”

Kanye West

“Go Fuck Yourself”

Two Feet

“Sucker for Pain”

Lil Wayne,
Wiz Khalifa,
Imagine
Dragons,
X Ambassadors, Logic,
Ty Dolla Sign

“Get a Move On!”

Mr. Scruff



Das tut gut

Erfrischt sofort: Das neue Cooling Balancing Oil von Aveda wird auf die Handgelenke aufgetragen oder auf der Schläfe einmassiert.

Ab 24 Fr.

40+

Der Stoffwechsel des Körpers verlangsamt sich und verbraucht weniger Energie.

Es bilden sich mehr Fettpölsterchen, wenn die Kalorienaufnahme nicht reduziert wird oder die Kalorien nicht durch zusätzliche Bewegung verbraucht werden.

Ausserdem schwindet die Muskelmasse, sofern nicht mit Sport dagegen vorgegangen wird. Eine halbe

Stunde Bewegung am Tag wäre jetzt ideal. Auch die Haut verliert an Elastizität, neigt zu Trockenheit und verlangt nach reichhaltigeren Pflegeprodukten.



Smooth Operator

Verfeinerte Silhouette, glatte und mit Feuchtigkeit versorgte Haut: Das verspricht das neue Body-Fit-Körpergel von Clarins. Ausserdem soll damit auch Cellulite bekämpft werden.

Body Fit Expert Minceur Anti-Capitons ca. 65 Fr.

Entspannungshilfe

Mit Meditation ist es so eine Sache. Gesund? Klar! Aber oft fehlen Zeit und Motivation, um dranzubleiben.

Headspace ist die App, die aus zufälligen Sessions eine Gewohnheit macht.

10 Gratissitzungen, im App-Store



ZWEITE HAUT

Der aus Bambusfasern hergestellte Body von Lola Fred fühlt sich angenehm weich auf der Haut an und ist zugleich atmungsaktiv. Kamari Camouflage ca. 99 Fr.



BOBBIS BEAUTY-BIBEL

Die Visagistin Bobbi Brown hat mit diesem Buch einen Rundumratgeber zum Thema Schönheit herausgebracht. Mit Profitipps zu Ernährung, Workout bis hin zu Make-up. Bobbi Brown: Beauty from the Inside Out. Chronicle Books, 224 Seiten, ca. 43 Fr.

DR. FEELGOOD



Das Workout Wonder von Mio ist ein Must Have für jeden Gymbag! Das kühlende Gel sorgt dafür, dass Sauerstoff schneller in die Zellen kommt, und soll so Schmerzen und Entzündungen nach dem Sport reduzieren.
Ca. 33 Fr., mioskincare.com



RÜCKENFREI

Beim Sport muss man sich in seiner Kleidung wohlfühlen. Der Sport-BH von Superdry mit der ausgesparten Rückenpartie aus Netzstoff ist bequem und sexy zugleich.
Gym Mesh Sport-BH ca. 37 Fr.



Zartmacher

Bimsstein- und Bambuspartikel sorgen in diesem Peeling von Aesop für eine saubere und zarte Haut. Aromen von Piniennadel, Salbeiblatt und Nelke geben einen schönen Frischekick.

Redemption Body Scrub ca. 37 Fr.

Superfood

Wenn es um Vitamin B₁₂ geht, ist die Süsswasseralge Chlorella der Superfood. Und wichtig für alle, die sich vegan ernähren.

Green Smoothie von Model Miranda Kerr

- 1 Glas Kokosnusswasser
- 1 Glas kalt gepresste Kokosnussmilch
- 1 Esslöffel Açaipulver
- 1 Esslöffel Gojibeeren
- 1 Esslöffel Chlorella
- 1 Esslöffel rohes Kakaopulver
- 1 Esslöffel Macapulver
- 1 Esslöffel Chiasamen

Alle Zutaten im Standmixer gut durchmischen.



Training mit Attitüde

Im Ballett-Workout trifft klassisches Ballett auf Fitness. Beim Training verbessert man Gleichgewicht, Haltung und straft zusätzlich seinen Körper. Der Kurs der Klubschule Migros wird in Bern, Luzern und Zürich angeboten.

14 Lektionen ca. 315 Fr., klubschule.ch



GLÜCK IM TÖPFCHEN

Mit seidig weicher Textur bringt die Körpercreme Happy Gelato von Clinique eine Prise Glückseligkeit in den Alltag. Ein Genuss für die Haut mit Duftkomponenten aus Mandarinenblüte und Mimose.
Ca. 43 Fr.

Think Big
Angereichert mit Rose und Sandelholz, soll das Waschgel Renewing nach dem Sport auch den Geist stimulieren.

Ca. 33 Fr. von Aromatherapy Associates, spitzenhaus.com



BEIN ZEIGEN

Macht die Beine bereit für luftige Sommerkleider: Das Huile Affinante au Gingembre Blanc pour les Jambes von Sisley soll die Beine nach und nach definieren und ihnen ein leichtes Gefühl verleihen.
Ca. 168 Fr.



MILCH UND HONIG

Empfindliche Haut braucht viel Feuchtigkeit. Die Körperbutter mit Mandelmilch und Honig von The Body Shop hilft gegen juckende, trockene Haut. Almond Milk & Honey Soothing & Restoring Body Butter ca. 25 Fr.

ERFRISCHEND SAUBER

Das Duschpeeling von Weleda mit seinen feinen Wachspserlen entfernt abgestorbene Hautzellen und hinterlässt ein frisches und sauberes Hautgefühl. Die im Produkt enthaltenen Birkenblätter mit ihrem hohen Gehalt an Vitamin C aktivieren zudem die natürliche Fettverbrennung. Ca. 11 Fr.



KLEINE HELFER

Burgerstein Skin unterstützt die Hauterneuerung mit dem Inhaltsstoff Zink und trägt mit Vitamin C zu einer gesunden Kollagenbildung in der Haut bei. Ca. 39 Fr., in Apotheken



Schöner Essen

Die Make-up-Ikone Wendy Rowe ist kein Fan von strengem Detox. So sind in ihrem Kochbuch nur Rezepte, die die Haut mit allen wichtigen Nährstoffen versorgen und doch echte Gaumenfreuden sind. Wendy Rowe: Eat Beautiful. Verlag Random House, 272 Seiten, ca. 38 Fr.



Bewegungsfreiheit

Ob vor, während oder nach dem Training getragen: Der Overall von Lola Fred mit seiner körpernahen Passform macht eine gute Figur. Aria Raisin ca. 139 Fr.



Feel the Rhythm

Wer gern tanzt und Freude am Wasser hat, dem wird Aqua Zumba gefallen. Das Training ist intensiv, gelenkschonend und stärkt den ganzen Körper.

Kurse à 10-16 Lektionen ab ca. 200 Fr. zum Beispiel bei AquaFit4you.ch

DIE GUTEN IM GLÄSCHEN

Die Zutaten im Beauty Tee von Dr. Förster helfen bei der Entspannung und Regenerierung. Im hübschen Gläschen befinden sich Kräuter und Gewürze wie Ingwer, Zitronengras und Kamillenblüten. Ca. 15 Fr., drfoerster.de



EIN STÜCK VOM MEER

Mit ihrem beruhigenden Blau will die Yogamatte von Lola Fred eine treue Workout-Begleitung werden. Yoga Mat Aegean Blue ca. 109 Fr.



NIGELNAGELNEU

Der Beauty Nail von Trisa ist mit seinen auswechselbaren Aufsätzen ein kleines Multitalent. Mit ihm lassen sich die Nägel elektrisch feilen, die Nagelhäutchen sanft zurückstossen und Rillen glätten. Ca. 30 Fr.



60+

Im reiferen Alter ist es wichtig, die Muskelmasse zu erhalten. Dazu ist Krafttraining ideal. Ausserdem beugt ein Flexibilitäts- und Koordinationstraining Stürzen vor. Unbedingt vorher mit seinem Arzt besprechen, welche Sportarten infrage kommen. Sind Gelenkprobleme vorhanden, eignen sich schonende Sportarten wie Schwimmen oder Velofahren besonders gut. Und: Je weniger Gewicht man hat, desto weniger werden Knie oder Hüften strapaziert. Ebenfalls eine Tatsache: Sport hält das Gedächtnis fit. Denn durch Bewegung tauschen sich die Botenstoffe im Gehirn besser aus und wirken so der Verkalkung entgegen. Die Haut braucht jetzt intensive und nährnde Pflege, um der Trockenheit vorzubeugen.



Hand-schmeichler

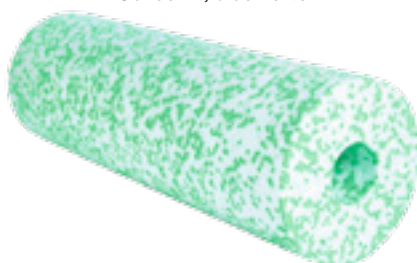
Die Hände werden beim Sonnenschutz oft etwas vernachlässigt. Die Formulierung der Handcrème von Grown Alchemist korrigiert Anzeichen von Sonnenschäden und glättet Fältchen.

Age-Repair Hand Cream
Phyto-Peptide, Sweet Almond & Sage ca. 35 Fr.



ROLL OVER

Vor dem Training hilft sie beim Aufwärmen, nach der Anstrengung löst sie die Bindegewebsstruktur, die sich beim Muskelaufbau verklebt. Die Fitness- und Massagerolle Blackroll ist leicht und überall anwendbar. Ca. 65 Fr., blackroll.ch



TROCKEN-ÜBUNG

Die sanfte Formel des Deodorants Fleur de Figuier von Roger & Gallet sorgt für lang anhaltende Frische und wirkt antibakteriell. Ca. 12 Fr.

TOMATEN GEGEN SONNENBRAND,

... Honig-Zucker-Peeling für schöne Haut, dichtere Wimpern dank Rizinusöl: Überraschende Beautytipps, die wir von unseren Müttern mit auf den Weg bekommen haben.

«Meine Mutter macht selber Ringelblumencreme. Die riecht nicht nur gut, sondern hilft bei allen Wehwehchen: egal ob spröde Lippen, entzündeter Pickel oder wunder Babypopo.»

Kerstin Hasse, Junior Editor Reportagen

«Je natürlicher ein Peeling, desto besser. Der Favorit meiner Mutter ist eine simple Mischung aus Honig und Zucker.»

Natalie Hemengül, Bloggerin
The Beauty Experience,
annabelle.ch/beautyblog

«Als Kind, das im Sommer stundenlang baden wollte, holte ich mir so immer wieder Sonnenbrände auf den Schultern und am Rücken. Abends war das regelmässig die Hölle. Meine Mutter legte mir dann jeweils in Scheiben geschnittene Tomaten auf die verbrannten Stellen. Das kühlte und liess die Entzündung schneller abklingen.»

Niklaus Müller,
Leitung Beauty

«Seit ich mich erinnern kann, trägt meine Mutter roten Lippenstift zum ansonsten dezenten Make-up. Rote Lippen strahlen Souveränität und Eleganz aus.»

Julia Heim, Leitung Online

«Meine Mutter schwört auf Olivenöl – für praktisch alles: etwa als Bodylotion und Gesichtspflege gegen trockene Haut und sogar für die Haarspitzen.»

Helene Aecherli,
Redaktorin Reportagen

«Rizinusöl sorgt für längere und dichtere Wimpern. Mit einem Wimpernbürstchen trägt man das Öl am besten abends vor dem Schlafengehen auf.»

Chiara Schmid, Praktikantin Mode

«Als kleines Mädchen habe ich Mama beobachtet, wie sie über eine Schüssel gebeugt unter einem Tuch verschwand.

Was wie Gespenst spielen aussah, war ein Gesichtsdampfbad mit Kamillenextrakt: Es öffnet die Poren für eine gründliche Reinigung im Anschluss und wirkt entzündungshemmend. So habe ich bereits im Teenie-Alter so manche Hautsorge bekämpft. Ausserdem schwört Mama auf Gesichtsmasken – mit schon fast militärischer Disziplin: einmal die Woche, ohne Ausnahme!»

Jacqueline Krause-Blouin,
stv. Chefredaktorin

«Meine Mutter arbeitete früher bei Air France, ihre Tipps an uns Kinder: Viel Wasser trinken und immer Feuchtigkeitscreme und Sonnenschutz benutzen. Meine Oma pflegte ausserdem zu sagen: «Ohne Lippenstift fühle ich mich nackt!»»

Geraldine Capaul, Produzentin

Intelligente Temperatur-Regulierung für Glanz.
Leistungstarker, digitaler Motor.



Limitierte Muttertags Edition

Diese von James Dyson gestaltete
Geschenkbox des Dyson Supersonic™
Haartrockners ist in zartem Rosa
gehalten, weich gepolstert und mit einem
Magnetverschluss versehen.

dyson supersonic

www.dyson.ch/muttertag



So nehmen Sie an der Verlosung teil:

Rufen Sie Telefon 0901 700 111 an (1 Fr./Anruf ab Festnetz), und hinterlassen Sie Ihren Namen und Ihre Adresse. Per SMS: Nachricht mit ANGL und Namen/Adresse an 966 (1 Fr./SMS). Per Post: Postkarte (bitte keine Briefe) mit Namen, Adresse und Telefonnummer an: Verlag annabelle, Beauty-Glückslos 7/17, Postfach, 8099 Zürich.

**Einsende- und Anrufschluss:
12. Mai 2017**

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Teilnahmeberechtigt sind alle Personen ab 18 Jahren. Mitarbeitende von Permamed und Tamedia sind von der Verlosung ausgeschlossen. Mit freundlicher Unterstützung von Permamed.

GEWINNEN SIE

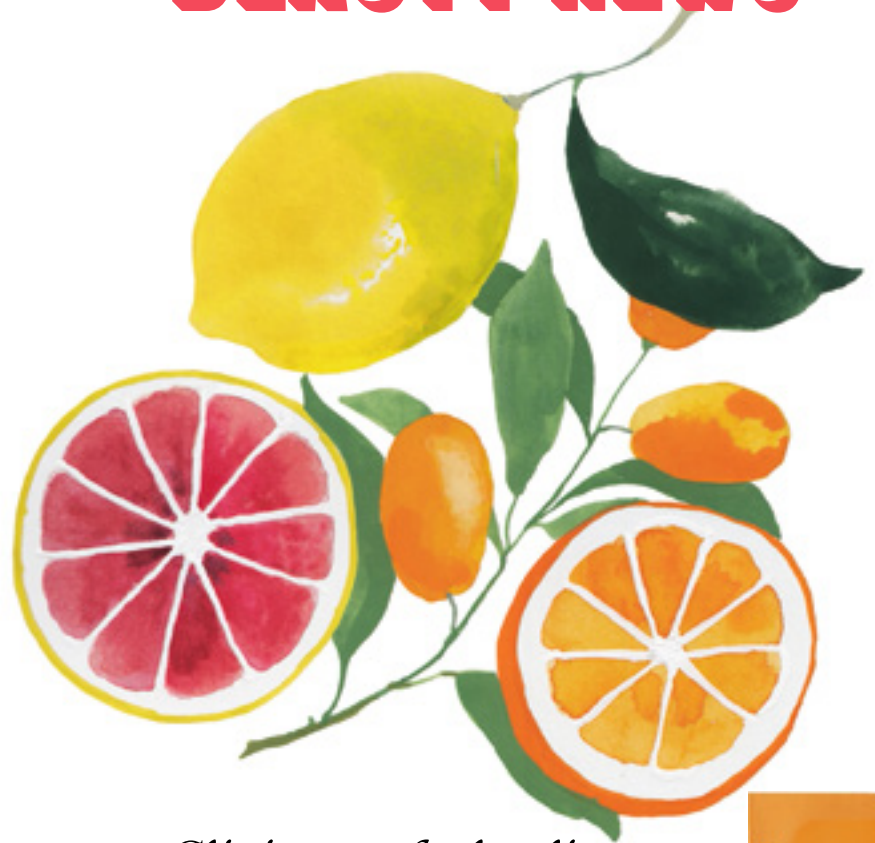
55-mal ein Pflegeset von Lubex Anti-Age
im Wert von je 137 Franken.

Das neu entwickelte Intelligence Refining Serum von Lubex Anti-Age mattiert die Haut, verfeinert das Hautbild, glättet Fältchen und verleiht einen frischen, strahlenden Teint. Die Biostimulatoren

behandeln die unterschiedlichen Bedürfnisse der Haut gezielt bis in die Tiefe. Die Tagespflege Day Classic aktiviert die Restrukturierungsvorgänge in der Haut und hält diese länger jung und straff.

Pflegeplus

Roger & Gallet ergänzt seine erfolgreiche Crème Le Soin Aura Mirabilis mit zwei Produkten: einen Balsam mit Mango- und Avocadoöl und ein Fluid mit Rosenextrakt.
Ab ca. 36 Fr.



Clinique erfindet die Gesichtereinigung neu: Den mit Vitamin C angereicherten Fresh-Pressed-Puder auf die nassen Hände geben und zu einem schaumigen Fluid verreiben. Resultat? Ein frisches und pralles Hautbild.

Ca. 37 Fr.



Glanzvoll

Björn Axén packt in seine neue Haarpflegelinie Organic nicht nur das Versprechen von schönem, glänzendem Haar, sondern auch ein Anliegen: Er will mit seinen klimaneutral verpackten veganen Produkten Verantwortung für den ökologischen Fussabdruck übernehmen. Die Linie enthält Shampoo, Conditioner, Hair Oil (Foto), Styling Cream und einen Salt Water Spray.

Ab 33 Fr.





New Generation

Dior will mit seiner neuen Gesichtspflege Life speziell die Millennials ansprechen. Die verschiedenfarbigen Produkte sollen das Denken dieser Generation widerspiegeln, die laut Dior nach Authentizität und Unabhängigkeit strebt.

Ab 47 Fr.

Men's World —

Dark Force

Aus der Dunkelheit des unendlichen Weltalls: Die neue Anti-Aging-Gesichtspflege von Lab Series enthält ein seltenes Meteoritenextrakt, das zu energiegeladener, strahlender Haut verhelfen soll.

Maxellence ab 250 Fr.



NIMM DIR NUR DAS BESTE DER SONNE



NEU



Erhältlich in Apotheken und Drogerien

Jetzt entdecken

SONNENSCHUTZ ENTWICKELT ALS TAGESPFLEGE

Unsere leichteste Formulierung, entwickelt für die tägliche Anwendung als Tagespflege. 24 Std. feuchtigkeitsspendend. UVA/UVB-Breitband-Sonnenschutz. Effektive Vorbeugung vor Hautalterung und Flecken.

Weil Sonnenschäden nicht nur in den Ferien, sondern jeden Tag entstehen.

Daylong™



#Enjoythesun
www.daylong.ch



Ganz zart

Das junge deutsche Biokosmetiklabel Belle & Fleurette richtet sich an Frauen, Mütter und Kinder. Die vegane Hautpflege ist natürlich-mild und somit perfekt für die empfindliche (Kinder-)Haut geeignet.

Ab 29 Fr. bei Prettyandpure.ch; belle-fleurette.com

Down Under Wonder

Das Credo von Becca: die natürliche Schönheit zu unterstreichen. Das australische Beautylabel bereichert mit seinen Pflegeprodukten für den Teint das Sephora-Sortiment bei Manor.

Ab ca. 27 Fr. in den Filialen Basel, Genf und Zürich; manor.ch



DAS ORIGINAL

Mein starker Tagesstart: Kaffee und Protein Chiefs Coffee County

Tanja La Croix, Star-DJ

**VIEL
PROTEIN**

**WENIG
KOHLENHYDRATE**

**OHNE
ZUCKERZUSATZ***

**LAKTOSE-
& GLUTEN-
FREI**

Kaffee und High Protein? Klar: **Functional Coffee!** Eine Erfindung aus dem Hause Chiefs. Arabica-Kaffee aus nachhaltigem Anbau, mit einem Hauch von Karamell in cremiger Milch. Viel Protein, wenig Kohlenhydrate, kein zugesetzter Zucker*. Für Sportler und ernährungsbewusste Geniesser. **Cool it. Shake it. Love it.**

Erfahre mehr auf chiefs.ch und facebook.com/chiefslife

Chiefs®
THE GOOD STUFF.

* enthält nur Anteile natürlicher Zuckerarten aus der Milch (Laktosefrei)



BEAUTYBLOG – *Unsere Beautyqueen Natalie Hemengül zeigt den perfekten dramatischen Augenaufschlag.*

ONLINE

[annabelle.ch/
augenaufschlag](http://annabelle.ch/augenaufschlag)



Putzig
Gewagt und mit einem
Spritzer Humor: Das
Parfum Fresh Couture,
das letztes Jahr für
Furore sorgte, wird von
Moschino neu in Pink
aufgelegt und riecht frisch
nach Maiglöckchen
und Granatapfeln.
Pink Fresh Couture ab 49 Fr.



Kuss der Heldin
Frech und sexy: Betty Boop war das erste Comic-Sexsymbol und lebt nun in einem knallroten, limitierten Lippenstift von Mac Cosmetics wieder auf.

Ca. 28 Fr.

ALLES FÜRS URBAN GARDENING

www.VEGandtheCity.ch

Stores in Zürich und Winterthur





WELLNESSTIPP

Genuss im Jugendstil

Bereits der traumhafte Blick vom Hotel Vitznauerhof auf den Vierwaldstättersee sorgte bei annabelle Product Manager Louisa Gisler für Tiefenentspannung.

Das Hotel in drei Worten: Herzlich, dynamisch, geschichtsträchtig.

Mein erster Eindruck: Ich komme direkt von einem Aufenthalt im windigen und grauen Berlin, da ist schon die Ankunft im «Vitznauerhof» eine Wonne. Und ich fühle mich ziemlich mondän – denn das Jugendstil-Seehotel beherbergte schon viele berühmte Persönlichkeiten wie Hermann Hesse, Richard Strauss oder Paul Klee.

Davon träume ich immer noch: Vom opulenten Frühstücksbuffet und dem traumhaften Blick auf den Vierwaldstättersee, auf dem von Zeit zu Zeit ein Raddampfer vorbeifährt. Entspannung pur!

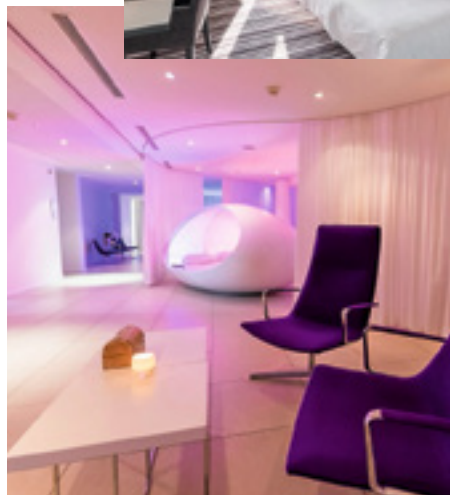
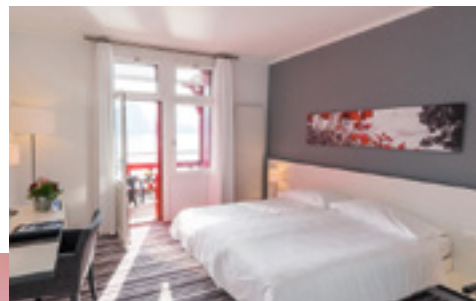
Das hat mich überrascht: Wie kann man in einer so kleinen

Küche so gut kochen? Der junge Spitzenkoch Karim Schumann kreiert trotz knapper Platzverhältnisse im Restaurant Sens sowohl regionale als auch exotische Highlights.

Wer sind die Gastgeber? Für das glamouröse Direktions-ehepaar Maria und Bardhyl Coli ist der «Vitznauerhof» mehr als ein Hotel – sind sie einmal geschäftlich ausser Haus, plagt sie bald das Heimweh. Ihr junges Team ist für sie wie eine Familie.

Ich würde sofort wieder hinfahren, weil ... sich die drei Tage wie zwei Wochen anfühlten und ich noch jetzt von der köstlichen Sushiplatte träume.

Hotel Vitznauerhof,
Seestrasse 80, Vitznau,
Tel. 041 399 77 77,
vitznauerhof.ch,
DZ ab 217 Franken



Klein und fein: Das moderne Spa des «Vitznauerhof»

Fotos: Joan Minder (1), Flavio Leone (1)



Burgerstein BIOTICS-FEM ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit einer innovativen Kombination aus vier milchsäurebildenden Bakterienkulturen, die in einer gesunden Scheidenflora vorkommen. Es optimiert das natürliche Gleichgewicht des Scheidenmilieus und ist dank der Kapselform einfach einzunehmen.



www.burgerstein-biotics.ch

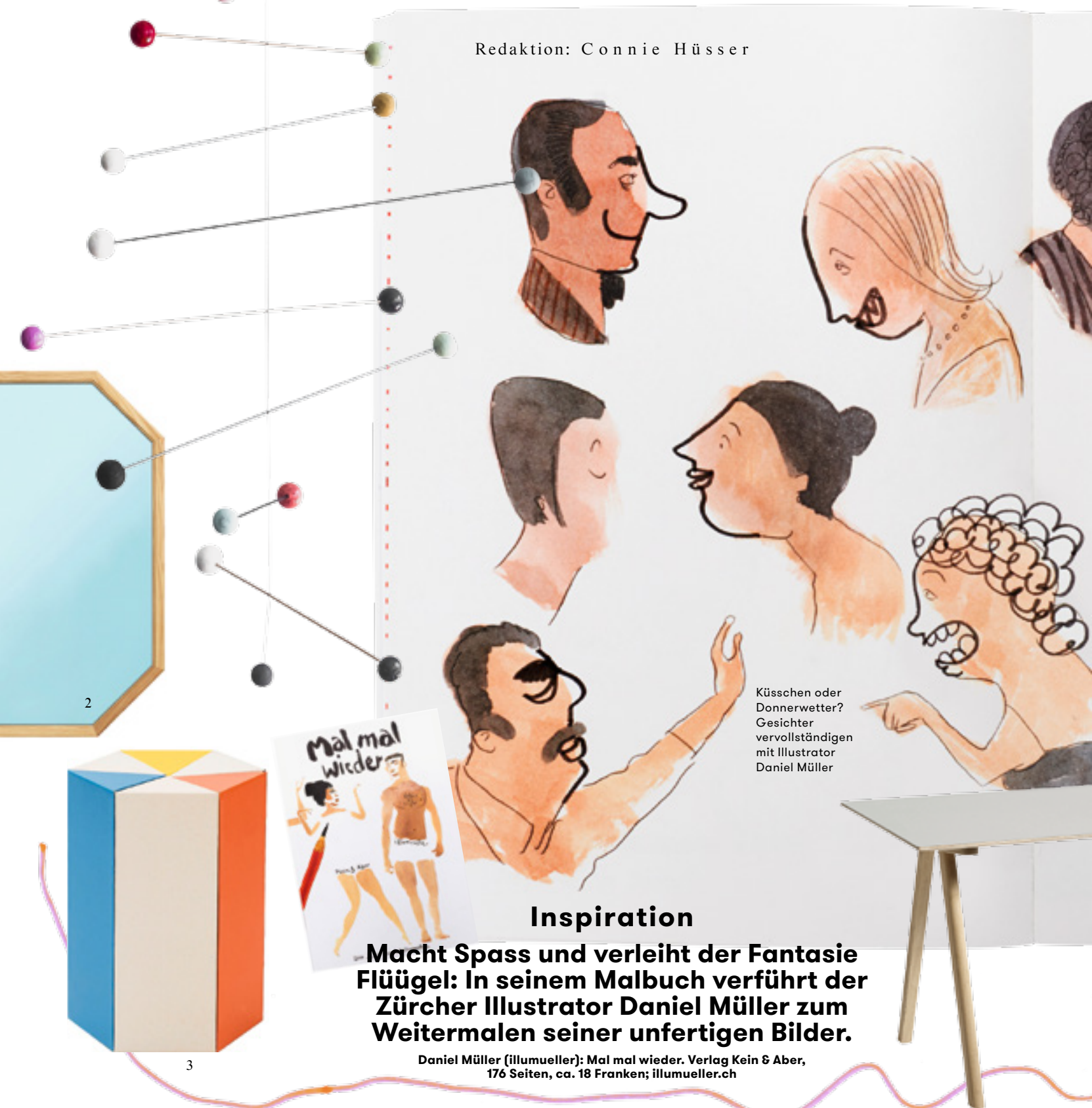
Tut gut. Erhältlich in Apotheken und Drogerien – Gesundheit braucht Beratung.

 **Burgerstein BIOTICS**

PLAY STATION

Fröhliche Farben und witzige Accessoires fürs Homeoffice:
Schliesslich ist die Arbeit schon ernst genug.

Redaktion: Connie Hüsler



Küsschen oder
Donnerwetter?
Gesichter
vervollständigen
mit Illustrator
Daniel Müller

Inspiration

**Macht Spass und verleiht der Fantasie
Flügel: In seinem Malbuch verführt der
Zürcher Illustrator Daniel Müller zum
Weitermalen seiner unfertigen Bilder.**

Daniel Müller (illumueller): Mal mal wieder. Verlag Kein & Aber,
176 Seiten, ca. 18 Franken; illumueller.ch



- 1 Mobile Renilde handbemalt von Renilde de Peuter ca. 168 Fr. bei Fine Little Day
- 2 Wandspiegel Lust ca. 155 Fr. von Simon Legald für Normann Copenhagen
- 3 Hocker Riki aus Karton von Riki Watanabe für Metrocs ca. 80 Fr. bei Markanto
- 4 Porzellanteller Face, Set à 6 Teller in verschiedenen Grössen, Formen und Farben, Handarbeit, ca. 300 Fr. von Jean Jullien für Case Studyo
- 5 Stuhl Clop aus Naturleder ca. 1750 Fr. von Toru Barcelona, diverse Farben
- 6 Stifthalter Strumenti da Disegno aus Porzellan ca. 205 Fr. von Piero Fornasetti für Fornasetti
- 7 Wandregal Pico Balla von Enzo Zak Lux, Prototyp, Preis auf Anfrage
- 8 Arbeitsleuchte Type 75 von Sir Kenneth Grange aus der Edition Margaret Howell für Anglepoise ca. 190 Fr. bei Goodform
- 9 Büroklammern Dachshund D-Clips von Midori Box, 12 Stück ca. 6.50 Fr., bei Shop Rikiki
- 10 Tasse 36.50 Fr. und Unterteller 36 Fr. aus der Kollektion Tokunaga Pottery von TAF für Arita 1616 bei Japanprox
- 11 Tisch CPH 10 aus Eiche, Schreibfläche mit Linoleum laminiert, von Ronan und Erwan Bouroullec für Hay ca. 920 Fr. bei Nordish Living
- 12 Zeichenstifte Standing Pen ca. 17 Fr./Stk. von Clara von Zweigbergk für Areaware

TOUCH WOOD

Aussen viele Kiefern, innen noch mehr Holz: Möbeldesignerin Annaleena Hämäläinen, ihr Mann Tuomas und Sohn Elmeri haben in ihrem Traumhaus in Espoo bei Helsinki ihr Glück gefunden.



Redaktion: Line Numme
Fotos: Krista Keltanen / Living Inside



Die Fenster machen das Wohnzimmer zum Lieblingsort von Annaleena Hämäläinen, Tuomas und Sohn Elmeri. Dazu passen Sofa, Salontisch und Stuhl von Hakola, dem Familienunternehmen

«Mein Zuhause ist mein Himmel»: Annaleena Hämäläinen im Esszimmer mit einem Tisch von Hakola, Stühlen von Ton und einem Sideboard von Asko



Typisch finnisch

Die Finnin Annaleena Hämäläinen (31) führt mit ihrem Vater die Möbelfirma Hakola. Das Familienunternehmen stellt Möbel und Accessoires her, die stark mit dem traditionellen finnischen Handwerk verbunden sind. Zeitlosigkeit und Funktionalität werden grossgeschrieben. Typisch finnisch lebt Hämäläinen auch privat. Ihr Haus, das sie mit ihrer Familie in Espoo, ein wenig ausserhalb von Helsinki, bewohnt, wurde 1963 von Architekt Osmo Lappo erbaut. Es ist ein Reihenheim mit sechs Zimmern auf 180 Quadratmetern und drei Etagen. Und natürlich fehlt die Sauna nicht.

hakola.fi

Stilfragen —

So lebe ich

Annaleena Hämäläinen über ihr Zuhause in Espoo, Finnland

Wieso fiel Ihre Wahl auf dieses Haus?

Unsere Suche nach einem Haus mit mehr Platz und Natur dauerte schon Jahre, aber den Schritt aus der Stadt heraus wagten wir erst, als unser Sohn Elmeri zur Welt kam. Kaum hatten wir das Haus betreten, wussten wir, dass wir hier leben wollen. Wir verliebten uns in den Stil



“Ich umgebe mich mit zeitlosem Design. Es schafft Harmonie und Stabilität in der hektischen Welt”

Typisch Sechziger:
Backsteinwände,
Holzdecke und
das Parkettmuster.
Typisch Annaleena
Hämäläinen: Die
Wände auch mal
dunkel streichen

der frühen Sechzigerjahre mit grosszügigen Räumen, viel Backstein und riesigen Fenstern. Eigentlich schien es mir zu gross für uns, aber mittlerweile habe ich mein Büro zuhause eingerichtet und nutze den Platz, um Elemente aus unserer Möbelkollektion zu testen.

Was tun Sie als Erstes, wenn Sie nachhause kommen?

Ich ziehe mir etwas Bequemes an und mache Musik an. Wenn es draussen schon dunkel ist, und den grössten Teil des Jahres ist es das bei uns in Finnland sehr früh, zünde ich Kerzen an oder mache Feuer im Cheminée.

Was bedeutet Ihnen Ihr Zuhause?

Es hat für mich und meine Familie eine grosse Bedeutung. Mein Zuhause ist mein Himmel und ein sehr inspirierender Ort. Hier sind viele meiner Entwürfe für Hakola entstanden. Am besten gefallen mir die wunderschönen und riesigen alten Kiefern vor dem Fenster.

Wie und wo erholen Sie sich nach einem harten Tag?

Ich laufe durch die Wälder und gehe danach in die Sauna.

Was ist das finnische Element schlechthin in Ihrem Haus?

Holz. Das viele Holz. Die Decken, die Böden und die zahlreichen Einbauschränke sind alle aus einheimischem Holz gefertigt. Und natürlich unsere Sauna.

Ihr Stil in drei Sätzen ...

Ich umgebe mich mit zeitlosem Design. Es schafft Harmonie und Stabilität in der hektischen Welt. Klassische finnische Gestaltung bildet auch die Wurzeln für meine eigenen Kreationen.

Wo ist Ihr Lieblingsort?

Auf dem Sofa im Wohnzimmer. Es ist unser zentraler Familienplatz. Und ich liebe die Grosszügigkeit des Raums und den Blick nach draussen durch die grossen, hohen Fenster in drei Richtungen. Es wirkt fast so, als wüchsen die alten Kiefern mitten im Raum.

Was inspiriert Sie?

Alles, was ich um mich herum sehe. Ich entdecke oft interessante Farbkombinationen in der Natur oder in der Architektur. Und natürlich inspirieren mich auch Designer wie Alvar Aalto. Ich bewundere seine Entwürfe und vor allem auch seine Bauten.

Welches Möbel bedeutet Ihnen besonders viel?

Unser Küchentisch von Artek. Meine Eltern kauften ihn zusammen mit den passenden Stühlen für ihre erste gemeinsame Wohnung. Ich bin also mit ihm gross geworden.



“Ich bevorzuge
einheimische Möbel.
Fast unsere ganze
Einrichtung ist finnisch
oder zumindest
skandinavisch”

Gute Nacht – auf
einem Bett von
Balmuir, umgeben
von dunklen
Farben und natür-
lichen Materialien



Ob Küchen- und Kindertisch mit Stühlen von Artek, die Tapete von Ferm Living, die Stehleuchte von Atelje Lyktan oder die Terrassenmöbel: Eingerichtet wird mit Stücken, die fürs Leben gemacht sind



Was würde Ihnen nie ins Haus kommen?

Alles, was in irgendeiner Weise die Wegwerfkultur repräsentiert. Das widerstrebt mir zutiefst.

Worauf legen Sie besonderen Wert beim Einrichten?

Qualität, Design und Komfort. Ich bevorzuge auch einheimische Möbel. Fast unsere ganze Einrichtung ist finnisch oder zumindest skandinavisch. Ich kaufe nie impulsiv. Meine Wahl fällt eigentlich immer auf Zeitloses, das fürs ganze Leben gemacht ist.

Gibt es einen Fehlkauf, den Sie bereut haben?

Ja, eine Leuchte, die auf Bildern super aussah, aber dann an der Decke montiert ein furchtbares Licht abgab und die Stimmung im Raum komplett verdarb.

Ein Glücksgriff?

Die farbige Bumling-Stehleuchte von Atelje Lyktan. Ich bekam sie von einem alten Pärchen, das sie durch eine neue Leuchte ersetzen wollte, die sich besser zum Lesen eignet. Ich bot ihnen an, für sie eine passende neue zu besorgen, dafür durfte ich die alte behalten.

Drei persönliche Einrichtungstipps:

1. Nicht alles in Weiss streichen und sich trauen, dunkle Farben zu verwenden.
2. Alte Holz- und Backsteinelemente erhalten, um eine gemütliche Atmosphäre zu bewahren.
3. Natürliche und authentische Materialien verwenden, wie massives Holz, Leder, Wolle oder Messing.

Wovon träumen Sie noch?

Ich lebe zwar gerade in meinem Traumhaus, aber manchmal träume ich trotzdem davon, noch weiter raus aufs Land zu ziehen. Ich war als Mädchen eine Pferdenärrin – es wäre schön, einmal ein eigenes Tier besitzen zu können. •





Viel Holz,
viel Licht
und zeit-
loses,
praktisches
Design:
Annaleena
Hämäläinen
zelebriert
den finni-
schen Stil



- 1 Kissen Tiilikivi 50 x 50 cm
ca. 35 Fr. von
Marimekko.com
- 2 Wandbehang Artesian
32 x 60 cm ca. 80 Fr.
von Housedoctor.dk
- 3 Teekanne Oiva Siirtolapu-
tarha 0.7 l ca. 75 Fr.
von Marimekko.com
- 4 Stehleuchte Ball ca. 200 Fr.
von Frandsenlighting.dk
- 5 Vorratsglas Sinnerlig 3.5 l
16.95 Fr. von Ikea.ch
- 6 Teppich Mohan 140 x 200 cm
499 Fr. von Interio.ch
- 7 Hängeregal Riippu ab ca.
270 Fr. von Hakola.fi
- 8 Wanddekoration
Fingerfilodrendon ab 39 Fr.
von Boconcept.ch
- 9 Bugholztstuhl 214 ca. 650 Fr.
von Thonet.de
- 10 Wandspiegel Stockholm Ø
80 cm 99.95 Fr. von Ikea.ch

TOUCH WOOD

Der typisch finnische Stil?
Wertig, natürlich, zeitlos,
funktional. Und mit ein wenig
mythischer Verspieltheit.

Redaktion: Line Numme





“Klare Linien”

Die in Zürich lebende Finnin Anna Saarinen über ihre Heimat, die ihre Arbeit als Textildesignerin und Teppichweberin stark beeinflusst.

Was macht Sie stolz darauf, Finnin zu sein? Finnlands reiche, saubere und wunderschöne Natur. Besonders stolz machen mich auch die Gleichberechtigung, das Gesundheitswesen sowie das innovative Schulsystem.

Wir Finninnen erhielten als erste Frauen in Europa das Stimmrecht. Warum haben die Finnen wohl so ein Gespür für gutes Design? Wir hatten

nicht viele Einflüsse aus fernen Ländern. Jahrzehntealtes Handwerk ist bis ins Industriedesign eingeflossen und hat es stark beeinflusst.

Wir haben eine karge und klare Natur, die wir lieben. Das ist eine gute Basis für ein einfaches Leben und klare Linien in der Gestaltung. Wie beeinflusst Ihre Herkunft Ihre Arbeit als Teppichweberin und Textildesignerin? In meiner Familie weben die Frauen schon seit Generationen. Der Winter ist lang, und die Häuser sind recht geräumig und bieten genug Platz für Webstühle. Mit den Händen etwas Sinnvolles zu tun, war und ist für uns natürlich und naheliegend. Meine Mutter war

Handarbeitslehrerin. Ich wurde später Textil-Ingenieurin, bevor ich mich entschied, das traditionelle Handwerk weiterzuführen. Mich beeinflusst vor allem das bläuliche Licht im Norden während klarer Sommertage, darum liebe ich Blau in allen Variationen sowie helle Töne und natürliches Braun und Grau.

Anna Saarinen (59) betreibt in Zürich eine Textilmanufaktur und webt Teppiche in Handarbeit. Zusammen mit Johanna Talka führt sie zudem einen Onlineshop mit Showroom für finnische Möbel und Accessoires. annasaarinen.ch, helsinki-design.ch



Hoch die Tassen!

Eine Tasse für jedes Jahrzehnt: Die prägendsten Designs der letzten hundert Jahre wurden von der Keramikfabrik Arabia als Jubiläumssammlung herausgebracht.

Finland 100 Mugs, 2 5er-Sets à ca. 80 Fr., nur in diesem Jahr, arabia.fi, finnishdesignshop.com

SUOMI, SUOMI!

Hundert Jahre Finnland:
Wir sagen happy
Birthday und feiern das coole
Design des Landes.

Alles Aalto

Alvar Aalto ist der finnische Architekt und Designer schlechthin. Seine Arbeiten sind weit über die Grenzen Finnlands hinaus berühmt. Artek, die von ihm gegründete Möbelfirma, feiert das finnische Jubeljahr mit der Einführung seiner L-Leg-Produkte in steinweissem Lack und neuen Farben für Linoleum-Oberflächen. Ebenso wurden die Pflanzentöpfe von Aino Aalto, Alvar Aaltos Partnerin, wieder aufgelegt.

Finland 100 Aalto Specials, Tisch L-Leg 80A ab ca. 1000 Fr., Pflanzentopf Riihitie, 3 Grössen, ab ca. 60 Fr., artek.fi



**Mustergültig
Das Label Marimekko möchte
in diesem
Jahr ein Zeichen
setzen und gibt
eine Textilkollektion heraus,
die auf mutige
Muster setzt.**

Kissenbezug Veljekset, 50 x 50 cm,
ca. 30 Fr., marimekko.fi

ONLINE

Mehr zu finnischem Design:
annabelle.ch/finland

Soul Food

Wenn Mama dieses Gericht kochte, konnte kommen, was wollte, dann war die Welt in Ordnung. Die annabelle-Redaktion verrät ihre Rezepte zum Glück – sie sind nahrhaft und einfach. Und einfach unglaublich gut.

Redaktion: THOMAS WERNLI
Illustrationen: LIVI GOSLING



CHRUTWÄIE

von Produktionsleiter Thomas Wernli

Im Gegensatz zu meinen Gspänli mochte ich bereits als Kind Spinat. Spinätsch nannte ihn meine Mutter. Mein Lieblingsrezept war die Spinatwähe oder eben Chrutwäie.

So nennt man sie im Aargauer Dörfchen Asp, wo ich aufgewachsen bin. Was mich auch schon als Kind faszinierte:

Wie der riesige Haufen Grünzeugs aus dem Garten in einer Pfanne verschwinden kann. Und dann natürlich die knusprigen Speckstäbli, die hineingesteckt waren. Für meinen Geschmack waren immer viel zu wenig auf meinem Stück, darum stibitzte ich von den anderen. Ich habe die Wähe so sehr geliebt, dass ich sie mir jeweils als Geburtstagsgericht gewünscht habe. Chrutwäie gab es, wenn man nicht genau wusste, wann der Vater mit der Arbeit fertig war: Sie schmeckt auch lauwarm oder kalt wunderbar.

Für ein Kuchenblech
à ca. 28 cm Ø

1 EL Bratbutter
1 grosse Zwiebel
2 Knoblauchzehen
150 g Speckwürfeli
1 kg frischer Blattspinat
1 Packung Kuchen-
oder Pizzateig

Guss

2 dl Rahm
2 Eier
Salz, Pfeffer aus der
Mühle, Muskatnuss

Bratbutter in einer
grossen Pfanne erhitzen.
Zwiebel und Knoblauch
fein hacken und mit 100 g
Speckwürfeli darin kurz

anbraten. Den gewaschenen Spinat portionenweise dazugeben und ca. 10 Minuten mitdünsten, gelegentlich rühren. Flüssigkeit abschütten, etwas abkühlen lassen. Für den Guss alle Zutaten verrühren und mit dem Spinat gut mischen. Den Kuchenteig aufs Blech legen, mit der Gabel einstechen. Masse darauf verteilen. Den Rest der Speckwürfeli darauf verteilen. 30 bis 35 Minuten im unteren Teil des auf 220 Grad vorgeheizten Backofens backen. Dazu passt ein Salat.



Für 2-3 Personen

300 g Bandnudeln
5 Scheiben gekochter Schinken
3 Tomaten
wenig Butter

Guss

1 Ei
2 dl Rahm
100 g Parmesan
Salz, Muskatnuss

Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Währenddessen den Schinken in Würfelchen und die Tomaten in Scheiben schneiden. Alle Zutaten für den Guss verquirlen. Eine Gratinform ausbuttern und den Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Nudeln abgießen und die Hälfte davon in die Gratinform geben. Die Schinkenwürfelchen darauf verteilen und mit den restlichen Nudeln bedecken. Den Gratin mit Tomatenscheiben belegen, mit dem Guss begiessen und einige Butterflöckchen darauf verteilen. Ab damit in den Ofen, bis die Oberfläche knusprig braun ist (ca. 40 Minuten) und köstliche Düfte die Kinder aus der Nachbarschaft herbeilocken. Sollte es wider Erwarten Resten geben, die ohnehin schon knusprigen Nudeln in einer Teflonpfanne noch knuspriger braten, und auch der nächste Tag wird ein guter Tag.

NUDELAUFLAUF

von Kulturredaktorin Claudia Senn

Meine Mutter war keine ambitionierte Köchin. Sie zog uns mit schlichten Gerichten nach dem Motto «Hauptsache satt» gross. Doch als ich mit zwanzig Jahren in ein besetztes Haus voller Punks und Ratten zog, galt mein erster Anruf zuhause dem Rezept für ihren Nudelaufwurf. Der Nudelaufwurf ist das Billy-Regal unter den Lieblingsgerichten. Er schmeckt properen Jungkarrieristen ebenso wie ungewaschenen Irokesenträgern. Setze ich ihn Kindern vor, legen sie eine an Völlerei grenzende Masslosigkeit an den Tag. Wie passt so viel Nudelaufwurf in so wenig Kind? Das soll mir die Wissenschaft bitte mal erklären! Warum es allen so schmeckt? Ich nehme an, das liegt am Knuspergefühl im Mund, an den Röststoffen und an der tröstlichen Mischung aus verbotenen Kohlehydraten und köstlichem Fett – so gesehen ein fast schon subversives Gericht.

ONLINE

Verraten Sie uns Ihre Lieblingsrezepte aus Mamas Küche!
+ Wie unsere Gerichte wirklich aussehen: annabelle.ch/soulfood

POLPETTINE AL LIMONE

Für 4 Personen

400 g Rindshackfleisch
1 Ei
50 g Parmesan, gerieben
1 Bund glatter Peterli
1–2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer
wenig Mehl
30 g Butter
2 EL Olivenöl
Saft einer Zitrone

In einer Schüssel Gehacktes, Ei, Parmesan, gehackten Peterli, gehackten Knoblauch, Salz und Pfeffer zu einer Masse kneten. Ca. 1 Stunde ruhen lassen. Danach die Polpettine (Bällchen) formen und im Mehl wenden.

In einer Pfanne Butter und Olivenöl leicht erhitzen. Die Polpettine hineinlegen und sehr langsam und auf tiefer Stufe (maximal 2!) brutzeln lassen. Sie dürfen nicht anbraten und sollen fast keine Farbe bekommen! Mehrmals wenden.

Nach 30 Minuten den Zitronensaft darübergiessen und die Hitze kurz auf Maximum stellen, bis der Zitronensaft eingekocht ist. Sofort vom Herd nehmen und gleich servieren.

In der Toscana isst man dazu das typische salzlose Brot, mit dem man die Sauce aufzutunken kann. Ein knuspriges Schweizer Weissbrot passt natürlich auch.

Zu den Polpettine machen wir oft Piselli alla fiorentina con zucchero (Erbsen auf florentinische Art mit Zucker). Der Zucker macht das gewisse Etwas, gemischt mit der Sauce der Polpettine ist es unschlagbar im Geschmack!



PISELLI ALLA FIORENTINA

Für 4 Personen

500 g Erbsen, frisch oder tiefgekühlt
6 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 Bund glatter Peterli
Salz
1 EL Zucker
50 g Pancetta, in Würfel geschnitten

Die Erbsen mit dem Olivenöl, dem gehackten Knoblauch, dem ganzen Bund Peterli (ungeschnitten) und Salz in einer Pfanne mischen und diese mit Wasser füllen, sodass die Erbsen knapp bedeckt sind. 30 Minuten ohne Deckel köcheln lassen. Danach Zucker und Pancetta beifügen und noch etwas weiterköcheln lassen, bis es nur noch wenig Flüssigkeit hat.

POLPETTINE AL LIMONE MIT PISELLI ALLA FIORENTINA

von Moderedaktorin Cati Soldani

Meine Eltern sind in der Toscana aufgewachsen, meine Mutter in Florenz, mein Vater im Chianti-Gebiet. Das Essen spielt in unserer Familie eine sehr grosse Rolle. Wir pflegen die Kultur, zusammen zu kochen und stundenlang am Tisch zu sitzen. Jeden Tag, mindestens 10 bis 15 Personen. Und dabei wird diskutiert und gestritten (sehr laut etwa über Politik), gelacht und geweint; alle Gefühle und Probleme werden bei Tisch ausgedrückt und diskutiert. Es ist schon fast extrem, laut und chaotisch, manchmal filmreif. *Aber* letztlich ist es auch immer lustig, und es werden immer sehr feine Sachen gegessen. Meine Schweizer Freunde, die in den Genuss unserer legendären Essen in unserem Haus in der Toscana gekommen sind, waren manchmal sprachlos und konnten nur mit offenem Mund dem Geschehen folgen ... Wir sind alle nett – aber halt auch sehr laut! Meine Mamma und meine Tanten sind offene, herzliche Frauen und kochen auch genauso leidenschaftlich. Seit ich klein bin, haben mich die Gerüche aus der Küche begleitet, und als Erwachsene habe ich begonnen, die Rezepte instinktiv nachzukochen. Hier zwei Rezepte, die ich heute noch oft für meine drei Kinder koche – und die sie lieben wie ich damals.

Für 4 Personen

1 kg Rindstafelspitz
2 Markbeine
1 mittelgrosse Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 TL Butter
¼ l kaltes Wasser
10 Pfefferkörner
1 kleiner Strauss Peterli
Salz
600 g Wurzelwerk
(200 g Lauch,
100 g Petersilienwurzel,
100 g Knollensellerie,
¼ kleine Rüebli, 2 kleine
gelbe Rüben)
12 mittelgrosse Kartoffeln (festkochend)

Das Fleisch und die Markbeine lauwarm abwaschen. Wer die Suppe weniger fettig möchte, kann die Markbeine weglassen.

Zwiebel waschen, nicht schälen, und halbieren. Knoblauchzehe schälen. Butter in einem grossen Topf schmelzen und Zwiebelhälften und Knoblauch darin rösten, bis sie dunkel sind. Wasser dazugeben. Wenn es leicht köchelt, Fleisch, Markbeine, Pfeffer und Peterli dazugeben. Den Schaum, der sich an der Oberfläche bildet, abschöpfen und unbedingt darauf achten, dass das Wasser nur leicht köchelt. 1-2 EL Salz dazugeben und zugedeckt 1.5 Stunden köcheln lassen.

Wurzelwerk rüsten und grob schneiden. Nach 1.5 Stunden Gemüse in den Topf geben und weitere 30 Minuten köcheln. Herdplatte ausschalten und 20 Minuten ziehen lassen. Bouillon abschmecken.

Kartoffeln schälen und längs halbieren oder vierteln und 20 Minuten gar kochen.

Serviert wird der Tafelspitz dünn aufgeschnitten, mit Wurzelwerk und Kartoffeln und zwei bis drei Kellen Bouillon. Dazu passt eine helle Meerrettichsauce oder Apfelmeerrettich.



TAFELSPITZ

von Online-Chefin und Gourmetbloggerin Julia Heim
(annabelle.ch/gourmistas)

Ein neues Land, ein neues Zuhause – in meiner Kindheit sind wir oft umgezogen. Und auch heute hält es mich nicht allzu lang an einem Ort oder in derselben Wohnung. Das Umziehen macht zwar weltoffen, aber auch wurzellos. Umso wichtiger für mich: Heimat ist dort, wo das Essen meiner Mutter auf dem Tisch steht – einer Österreicherin, die mit meinem Vater vierzig Jahre lang kreuz und quer durch die Welt zog.



Für 4 Personen

250 g Mehl
2-3 Prisen Salz
4 dl Milchwasser (halb
Milch, halb Wasser)
2 Eier
Bratbutter
Zimtzucker
Zwetschgenkompott

Mehl und Salz mischen.
Milchwasser mit Eiern
verrühren und unter
Rühren ins Mehl
geben. Gut rühren und
verklopfen. In einer
Bratpfanne ca. 1 TL
Bratbutter erhitzen.
Teig für eine dicke, fette
Omelette hineinleeren.
Etwas fest werden
lassen, danach mit
einer, besser zwei
Bratkellen in Stücke
zerreißen. Nochmals
etwas Bratbutter dazu-
geben und die Stücke
goldbraun brätern.
Auf Teller verteilen, mit
ordentlich Zimtzucker
bestreuen und zu-
sammen mit Zwetsch-
gen- oder anderem
Früchtekompott
servieren.

CHRAZETE

von stv. Produktionsleiterin Evelyne Emmisberger

Immer wieder samstagabends: Mein Bruder und ich wurden in die Wanne gesteckt, und während wir das Badezimmer unter Wasser setzten, kochte unsere Mutter Znacht. Wenn wir Glück hatten, gab es Chratzete, ein Gericht aus ihrer Toggenburger Heimat. Wir liebten diese dicken, in Stücke zerrupften Omeletten heiss. Nicht zuletzt, weil es über die goldig gebratenen Stückchen immer reichlich Zimtzucker gab und dazu eingemachte Zwetschgen vom Baum unseres Nachbarn. Blitzsauber geschrubbt und wohligh satt fläzten wir uns danach im Pischli auf dem Sofa und durften Kasperliplatten hören.



HÄRDÖPFU - SUPPE

von Modechefin Daniella Gurtner

Das Rezept kommt schon von meiner Grossmutter Emma Niederhäuser. Für fünf Kinder war Suppe eine warme, nahrhafte und günstige Mahlzeit. Bei uns gabs die Kombination Suppe und Kuchen meistens am Samstagmittag, weil Papi da nicht nachhause kam. Sonst gabs mittags meistens Fleisch, da mein Vater Metzger war. Ich habe dieses Rezept vor Jahren von Hand aufgeschrieben. Vorher war es nur mündlich überliefert. Wäre ja schade, wenn es vergessen ginge.

Für 2-3 Personen

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Lauchstängel
1 kleiner Sellerie
1 Rüebli
5-6 Kartoffeln
2 EL Butter
1 EL Mehl
1.5 l Wasser
3 Bouillonwürfel
etwas Majoran
1 Handvoll Reibkäse
(z. B. Greyerzer)

Alle Zutaten bis und mit Kartoffeln gerüstet und grob zerkleinert in einer Pfanne in der Butter andünsten, zuletzt das Mehl darunter mischen. Mit 1.5 l Bouillon ablöschen. Majoran (frisch oder getrocknet) dazugeben. ½-1 Stunde auf niedriger Stufe köcheln lassen. Anschliessend durchs Passevite streichen oder mit dem Mixer pürieren, den geriebenen Käse dazugeben und nochmals kurz erwärmen, aber nicht mehr kochen.

PLAIN IN PIGNA CUN ARDÖFFELS

von Junior Editor Kerstin Hasse

Meine Eltern lebten elf Jahre im Oberengadin. Ich bin dort geboren, aber als ich ein Jahr alt war, zogen wir in die Nähe von Chur. Mit dieser duftenden Blechrösti hat meine Mutter ein Stück Engadin in unser Zuhause gebracht. Und ihre drei Kinder – aktuell in Guildford (GB), Chur und Zürich zuhause – tun das heute genauso. Grazcha flich, Mami!

Für 4-5 Personen

1400 g rohe Kartoffeln, festkochend
100 g Speck
200 g Salsiz
100 g Butter
50 g Mehl
100 g Bramata (grob-körnige Polenta)
Muskatnuss, Salz, Pfeffer
Butter fürs Blech

Kartoffeln schälen und an der Röstiraffel in eine Schüssel raffeln. Speck in Streifen schneiden, Salsiz fein würfeln. Butter zerlassen, über die Kartoffeln geben. Mehl und Bramata in einer anderen Schüssel

mit den Gewürzen mischen und zusammen mit Speck und Salsiz zu den Kartoffeln geben. Abschmecken. Ein Backblech mit Butter einfetten und die Kartoffelmischung darauf verteilen. Bei 200 Grad im vorgeheizten Ofen 1 Stunde backen, bis die Kartoffeln schön knusprig sind.

Dazu passt ein Blattsalat mit Fenchel und Feigen-senf vinaigrette: Olivenöl, Aceto bianco, Feigen-senf, Salz, Pfeffer und etwas Honig vermischen. Eine kleine Zwiebel hacken, dazugeben und 10 Minuten ziehen lassen.



FRICKTALER NUSSECKEN

von Online Junior Editor Miriam Suter

Mein Grosi hat die allerbesten Nussecken auf dem Planeten gebacken. Meine Mutter auch. Und jetzt ich. Die Chrömlì – so heissen Guetsli im aargauischen Fricktal – sind nur echt mit Fricktaler Kirsch, sagt meine Mutter.

Für ca. 50 Stück

Mürbeteig

300 g Mehl
1 Prise Salz
130 g Zucker
60 g Butter, kalt,
in Stücken
2 Eier, verklopft

Belag

200 g Butter
200 g Zucker
2 Päckli Vanillezucker
¼ EL Wasser
150 g Haselnüsse,
gemahlen
250 g Haselnüsse,
grob gehackt
2 EL Kirsch (mindestens!)
1 Beutel dunkle
Kuchenglasur (ca. 125 g),
geschmolzen

Für den Mürbeteig Mehl, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Butter begeben, von Hand zu einer krümeligen Masse verreiben. Eier begeben, rasch zu einem weichen

Teig zusammenfügen, nicht kneten. Teig flach drücken, zugedeckt ca. 30 Minuten kühl stellen. Teig auswallen und auf das mit Backpapier ausgelegte Blech legen.

Butter, Zucker, Vanillezucker und Wasser in einer Pfanne warm werden lassen, bis die Butter geschmolzen ist. Vom Herd nehmen. Nüsse und Kirsch darunterrühren, etwas abkühlen lassen. Masse auf dem Teig ausstreichen. Einen Rand von ca. 1 cm frei lassen.

Ca. 20 Minuten in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens backen. Herausnehmen, samt Papier auf ein Gitter ziehen, auskühlen lassen. In Quadrate à ca. 8 Zentimeter schneiden. Quadrate diagonal halbieren. Kuchenglasur darüber verteilen.



NEUE PRODUKTE



Von Felschlösschen gibts drei neue Biersorten: ein belgisch interpretiertes Weizen, ein kaltgehopftes und ein dunkles Lager.



Snack für zwischen-durch: Darvida Break sind wie knusprige Guetsli, nur nicht ganz so süss. Mit Dinkel in den Sorten Nature, Apfel-Cranberry und Schokolade.



Die Ketchups des kleinen niederländischen Produzenten De Ketchupfabriek schmecken toll nach Tomate, Gewürzen und Kräutern.

Ohne künstliche Aromen, Farbstoffe oder Verdickungsmittel.

Bei Globus

Glück am Stückli

Larousse, der französische Kochbuchspezialist, widmet sich in einem neuen Buch den kleinen süssen Köstlichkeiten: Cupcakes, Macarons und Petits Fours. Die Küchlein bekommen zum Beispiel eine regenbogenfarbene Haube und die Macarons eine Rhabarber-Johannisbeer-Füllung. Es gibt Schichttörtchen mit zweierlei Schokolade und Angelcakes mit Honig und Pistazien. Kurz: viel Farbe, viel Zucker und die bewährten, perfekten Rezepte.

Larousse: Cupcakes, Macarons & Petits Fours. Christian-Verlag, 2016, 464 Seiten, ca. 59 Fr.



Leider wahr
Wer in Europa einmal
wöchentlich Meer-
fisch und Seafood
isst, nimmt pro Jahr
etwa 11 000 Mikro-
Plastikteilchen
zu sich. Die Schutz-
organisation
Fair Fish empfiehlt
deshalb: «Einmal
Fisch im Monat: Meer
gibts nicht her!»

fair-fish.ch

TRAUMPAAR — Kartoffel & Bärlauch

Bevor sich der Bärlauch für dieses Jahr verabschiedet, lässt er sich auf ein heisses Date mit der Kartoffel ein.

Bärlauch macht die Kartoffelschnecken zu einem geschmacklichen und optischen Highlight. Als Beilage für 4 Personen: 1.2 kg mehlig kochende Kartoffeln samt Schale weich kochen. Heiss schälen, in Würfel schneiden und durchs Passevite treiben. Mit 3 Eiern und 120 g Mehl, Salz und Muskatnuss zu einem Teig vermischen. Für den Bärlauchpesto 40 g Bärlauch, 1 Knoblauchzehe, 60 g Parmesan, 1 dl Olivenöl, Salz und Pfeffer im Cutter zerkleinern. Den Kartoffelteig auf Frischhaltefolie zu einem Rechteck ausstreichen und mit dem Pesto bestreichen. Nun mithilfe der Folie zu einer Roulade aufrollen. Davon ca. 1.5 cm breite Stücke abschneiden und in Bratbutter golden bräteln. Schmeckt auch mit Basilikum.





Die Meeres- frauen

Die Halbinsel Shima ist die Heimat der Ama-Taucherinnen: Ein harter Job, der zur Touristenattraktion hochstilisiert wird.

Text: SILKE BENDER
Fotos: MARKUS KIRCHGESSNER

Der Himmel unter dem Meer? Sanayo Matsui lacht auf. «Das Wasser hatte heute acht Grad, den Himmel stelle ich mir anders vor.» Die 65-Jährige ist eine Ama, eine Vertreterin jener jahrtausendealten japanischen Kultur, in der Frauen ganz in Weiss gekleidet mittels lang geübter Apnoe-Technik nach Meeresschnecken, Muscheln, See-Igeln und kostbaren Abalonen tauchen. Bis zu zehn Meter tief, bis zu zwei Minuten lang. Beim Auftauchen stossen sie tiefe, klageähnliche Laute aus, um zu dekomprimieren. Viel Stoff für atemlose Mythen über die Amas, japanisch für «die Frauen des Meeres». Auf der Halbinsel Shima, genauer auf der Perleninsel Mikimoto in Toba, wird der Mythos fleissig gepflegt. Stündlich gibt es eine kurze Vorführung für Touristen: winkende, junge Amas in weisser Tracht, die direkt vor der Tribüne ins Wasser springen und bei jedem Tauchgang eine Muschel mit nach oben bringen. Eine Stimme vom Band schwärmt vom Himmel unter dem Meer, der sich den Frauen öffne.

15 Kilometer weiter südlich, in Osatsu, sieht man, dass aus der Ama- eine Oma-Kultur geworden ist. Hundert aktive Amas leben noch hier, es ist die grösste verbliebene Gemeinde in Japan. Die meisten sind weit über fünfzig Jahre alt, die älteste ist achtzig. Vor den Fischerhütten stehen Motorroller, drinnen

rauchen die Feuer. Die Tauchzeit ist vorüber, die Frauen wärmen sich auf. So auch Sanayo, die längst nicht mehr mit weissem Baumwollhemd, sondern mit Neopren und Häubchen taucht. «Es ist ein harter Job ohne Romantik», sagt sie. «Im Sommer arbeiten wir auf den Feldern, im Herbst und Winter im Meer.» Ihre Grossmutter hat das gemacht, ihre Mutter. Sie selbst hatte keine Wahl, ihre Eltern haben das entschieden. Amas haben früher viel verdient und waren begehrte Ehefrauen. Noch heute fährt der Mann meist nur das Boot – für die schwere Arbeit muss die Frau ins Wasser. Seit die Amas in den Siebzigerjahren das Neopren entdeckten, worin sie länger tauchen konnten, ging der Bestand an Meeresfrüchten so dramatisch zurück, dass die Verdienstmöglichkeiten immer geringer wurden. Und mit ihnen die Amas. Die Töchter von Sanayo arbeiten heute in einem Convenience-Shop. Für sie ist das Meer die Hölle.



**Souvenir —
Die gemusterten
indigoblauen Tücher
oder Kimonos aus
den berühmten Matsusaka-
Baumwollwebereien
gibt es überall zu kaufen.**





Ever since I left
the city you. Got
a reputation for
yourself now.
Ever since I left



Pilgermagnet: Der Shinto-Schrein in Ise

Tipps

ESSEN

Seafood-Barbecue.
Das authentische Amas-BBQ im Fischerdorf Osatsu nahe Toba ist etwas für Anhänger des Extrem-Fooding: Die Tiere kommen lebend auf den Grill und wehren sich entsprechend. Doch es ist eine wunderbare Gelegenheit, die Taucherinnen kennen zu lernen. Sie sind wohlthuend offen, was im Land sonst eher unüblich ist. Reservierungen und Wegbeschreibung auf osatsu.org

Tecchan. Diese legendäre Isakaya (Beiz) ist in Shima auch bei Einheimischen beliebt. Man isst auf Sitzmatten, zu Gerichten wie Tempura, Sushi und Meeresfrüchten fliesst der Sake in Strömen. Die Küche ist exzellent und günstig. 3460 Ugata Agocho, Shima, Tel. 0081 599 43 69 09

Restaurant Wadakin
Das Matsusaka-Rind gilt als das beste Fleisch der Welt. Im Restaurant Wadakin in der Stadt Matsusaka wird sein Verzehr wie eine heilige Kommunion zelebriert. 1878 Nakamachi, Matsusaka, Tel. 0081 598 21 11 88

SCHLAFEN

Amanemu Hotel & Resort. Die Region Ise-Shima ist berühmt für ihre natürlichen

heissen Heilquellen, die Onsens. 2016 eröffnete nahe der Stadt Shima das luxuriöse «Amanemu». Die grosszügigen 24 Suiten und vier Villen haben alle direkten Meerblick und eine private Onsen-Wanne. Der Spabereich und die Qualität der Behandlungen sind erstklassig. Tel. 0081 656 715 88 55, aman.com/resorts/amanemu
Suiten mit Frühstück ab 750 Fr.

Nemu Hotel & Resort. Ebenfalls in Shima liegt das einfachere Nemu Hotel & Resort, das auch über einen Onsen zur gemeinschaftlichen Nutzung verfügt. Tel. 0081 599 52 11 11, nemuresort.com/en
DZ mit Frühstück ab 200 Fr.

SEHEN

Ise-jingu. Eines der bedeutendsten Heiligtümer Japans ist der Shinto-Schrein in Ise. Die Gebäudeanlage aus Holz in einem Park wird jährlich von Millionen Pilgern besucht. 1 Ujitachicho, Ise

ANREISE

Die Halbinsel Shima erreicht man mit dem Kintetsu-Expresszug von Nagoya nach Toba (90 Minuten) und weiter mit dem Kamome-Bus nach Osatsu (45 Minuten).



Aus den Tiefen des Meeres: Die Amas tauchen mit spezieller Technik nach Meeresfrüchten, die sie beim BBQ im Fischerdorf Osatsu anbieten





«Es hat die hässlichste Aussicht der Welt», sagt der Street-Art-Künstler Banksy über sein neues Hotel in Bethlehem. Aus allen zehn vom Künstler gestalteten Zimmern des politischen Projekts «Walled Off» sehen die Gäste direkt auf die meterhohe israelische Mauer.

Hotel Walled Off, 182 Caritas Street, Bethlehem, banksy.co.uk, DZ ab ca. 220 Franken, Massenlager ab 30 Franken

“Tagträumer sind auf die meisten Dinge vorbereitet”

Joyce Carol Oates (78), US-Schriftstellerin



Mittelalter live

Freiwillige bauen ein Kloster nach einem jahrhundertealten Bauplan. Und zwar genau so wie im frühen Mittelalter – von Menschenhand und mit Ochsenkraft. Fertig

ist das Bauwerk, das unweit der Grenze im deutschen Messkirch entsteht, daher wohl erst in vierzig Jahren. Alle, die anpacken wollen, sind willkommen.

campus-galli.de

Belle Époque

Elegante Menschen und prächtige Bergwelt: Dieses Bild der Schweiz schickte Anton Reckziegel kurz nach der vorletzten Jahrhundertwende auf seinen Plakaten rund um die Welt. Seine Kunst ist nun erstmals in einem Bildband vereint.

Urs Kneubühl, Agathon Aerni; Alpines Museum Schweiz (Hrsg.): Reklamekunst und Reiseträume. Verlag Scheidegger & Spiess, ca. 59 Franken



BED & BUDGET — Bergfrieden

Der einst viel befahrene Splügenpass richtet sich nun an gemütliche Zeitgenossinnen. Im 200 Jahre alten Berghaus findet man Ruhe, vier Zimmer, einen Startpunkt für Wanderungen und eine feine Küche.

Berghaus Splügenpass, Splügen, Tel. 081 664 12 19, berghaus-spluegenpass.ch, DZ ab 130 Franken





Für Stiere wird alles gut – dank Seelenforschung und Ehrlichkeit

DIE SPRACHE DER STERNE

vom 26. April bis zum 16. Mai. Ihr persönliches Mantra sagt Ihnen, worauf Sie in dieser Zeit besonders achten sollten.

Text: Nicole von Bredow, Astrologin
Illustration: Ping Zhu

STIER

20. 4. – 21. 5.

Mit der Sonne im eigenen Zeichen steigt Ihr Selbstbewusstsein – und das im wahrsten Sinne des Wortes. Denn Merkur und Venus stellen Ihnen die Frage, welche von Ihren Plänen oder auch Träumen Sie bisher verwirklicht haben. Kann es sein, dass Sie ein Projekt geopfert haben, ohne dass man es wirklich von Ihnen verlangt hat? Und Sie Ihrem Partner heimlich böse sind? Falls Sie eine dieser Fragen mit Ja beantworten, sollten Sie dieses Problem ab dem 4. Mai

unbedingt ansprechen. Keine Angst. Alles wird gut. Seelenforschung und Ehrlichkeit haben einer tiefen Liebe noch nie geschadet. Im Gegenteil. Auch in beruflicher Hinsicht können Sie sich besser aufstellen, weil Merkur, ab dem 17. Mai in Ihrem Zeichen, Ihre Willenskraft und Ihre Konzentrationsfähigkeit stärkt. Was auch immer Sie sich jetzt vornehmen, schaffen Sie auch!
Ihr Mantra: «Es gibt immer einen nächsten Traum.» EMMA STONE

ZWILLINGE

21. 5. – 21. 6.

Manchmal tut es ganz gut, in den Hintergrund zu treten, die Dinge geschehen zu lassen, sich nicht im Aussen produzieren zu müssen, in eine Beobachtungsposition zu gehen. Ja, diese Haltung ist ungewöhnlich für Sie, sie verschafft Ihnen aber sehr viel Wissen. Auch in der Liebe erwartet Sie eine Überraschung: Ihre Beziehung vertieft sich, die Liebe wird intensiver und lustbetonter. Solo? Eine Affäre, bei der Sex wichtiger ist als Gefühle, lässt Sie dahinschmelzen. Genießen Sie es!

Ihr Mantra: «Ich will hinter die Kulissen des Lebens schauen!» TILL BRÖNNER

KREBS

21. 6. – 22. 7.

Ihre Messlatte liegt ganz schön hoch. Ihre Chancen sind aber bis zum 4. Mai nur suboptimal. Das bedeutet: Verlangen Sie nicht zu viel von sich. Und: Jetzt nicht in die Ich-schaff-das-schon-Falle tappen. Zumal auch Mars (normalerweise schenkt er Ausdauer) Ihnen seine Unterstützung entzieht. Nach dem 15. April heisst es dann: Erfolg kann manchmal auch schlicht und einfach daherkommen. Bilden Sie Seilschaften mit Ihren Freundinnen und Arbeitskolleginnen. Und schon bald werden Sie spüren, was es heisst, eine Phönixfrau zu sein und sich Herzenswünsche zu erfüllen, von denen Sie bisher nur träumen durften.

Ihr Mantra: «Es gibt einen speziellen Platz in der Hölle für Frauen, die anderen Frauen nicht helfen.» MADELEINE ALBRIGHT

LÖWE

22. 7. – 23. 8.

Ein strategischer Rückzug – und wenn es nur wenige Tage sind – kann viel Positives bewirken: Ihr Fokus richtet sich von aussen nach innen, Sie werden ruhiger und sehen klarer. Ab dem 4. Mai erkennen Sie dann, was Ihnen wirklich wichtig ist, und Sie können ein neues Herzensprojekt für sich finden. Ein weiterer kosmischer Bonus: Venus steigert Ihre Sinnlichkeit und positive Ausstrahlung. Sie wirken wie ein Magnet auf andere Menschen und spielen in Ihrem Freundeskreis eine zentrale Rolle.

Ihr Mantra: «Auch die Pause gehört zur Musik.» STEFAN ZWEIF

JUNGFRAU

23. 8. – 23. 9.

Lange hatten Sie das Gefühl, Sie würden nicht so recht vorankommen. Ab dem 4. Mai läuft's

aber auf einmal wieder. Das liegt an Merkur, der Gas gibt. Rückblickend war der Stillstand aber gar nicht so schlecht. In dieser Zeit haben Sie sich vermehrt mit sich selbst beschäftigt und sich dabei positiv verändert. Und der Partner muss sich ein bisschen mehr anstrengen, sonst machen Sie Stress. Noch Single? Lehnen Sie sich nicht zu weit aus dem Fenster. Der Mensch, der jetzt in Ihrem Leben auftaucht und Sie so wahnsinnig fasziniert, hat leider auch eine dunkle Seite. Grenzen Sie sich also früh genug ab, wenn es zu undurchschaubar wird.

Ihr Mantra: «Ich habe begriffen, dass es nicht darum geht, es den anderen recht zu machen, sondern darum, mit mir glücklich zu sein.» ASHLEY GRAHAM

WAAGE

23. 9. – 23. 10.

Ihr Leben ist derzeit aufregend und beglückend. Auch deswegen, weil Sie jetzt die innere Stärke aufbringen, Informationen erst einmal im Raum stehen zu lassen, bevor Sie in Aktion treten. Wenn dann Merkur ab dem 4. Mai wieder direktläufig wird, legen Sie los. Auch in der Liebe sind Sie dank Venus und Jupiter in der Poleposition. Denn was Männer betrifft, haben Sie gewisse Methoden, um interessante Exemplare um den Verstand zu bringen. Und das gilt nicht nur für Singles, sondern auch für Lierte, die ihr Liebesleben jetzt mit ganz viel Zauber erfüllen können.

Ihr Mantra: «I'm in love with your body.» ED SHEERAN

SKORPION

23. 10. – 22. 11.

Mars schenkt Kraft und Macht, Sie können anderen zeigen, dass man mit Ihnen rechnen kann – und muss! Venus und Merkur (ab dem 4. Mai glücklicherweise wieder direktläufig) schüren Ihren Ehrgeiz, machen wach und auch ein bisschen aggressiv. Deswegen ist es wichtig, dass Sie sich ein Ausgleichsprogramm (Yoga, ein schönes Konzert, ein emotionaler Film) zusammenstellen, bei dem Sie die sanften Seiten Ihrer Persönlichkeit in einem geschützten Raum zulassen können.

Ihr Mantra: «Tief in meiner Seele bin ich ein zartes Pflänzchen.» RUBY ROSE

SCHÜTZE

22. 11. – 21. 12.

Beneidenswert, wie viel Glück Sie derzeit in der Liebe haben. Der Partner lässt sich einiges einfallen, um Sie zu bezaubern. Wer noch solo ist, sollte jetzt Herz und Augen offen halten, sich aber – nein, es geht nicht um Moral, sondern um Taktik – sexuell nicht zu schnell erobern lassen. Nach dem 4. Mai gibt dann auch Merkur wieder grünes Licht, und Sie können Ihrer Geistreichigkeit freien Lauf lassen. Anders formuliert: Nicht nur an die Aussenwirkung denken, sondern auch an intellektuelle Inhalte.

Ihr Mantra: «Es gibt keine Schönheit ohne Intelligenz und Persönlichkeit.» GIORGIO ARMANI

STEINBOCK

21. 12. – 20. 1.

Ja, Pluto fordert auch weiterhin eine Menge von Ihnen. Aber der Planet der Transformation steht in den kommenden Wochen – in Personalunion mit der Sonne – für Kreativität und nicht gelebte Begabungen. Ihnen ist es oft so wichtig, die Erwartungen anderer zu erfüllen, dass Sie sich selbst zu sehr zurücknehmen. Aber jetzt legt der Kosmos frei, was unterdrückt wird. Die Folge: Sie blühen auf. Fallen auf. Sie setzen sich in den Fokus des Geschehens. Glückwunsch!

Ihr Mantra: «Ich bin nämlich eigentlich ganz anders, aber ich komme nur so selten dazu.» ÖDÖN VON HORVÁTH

WASSERMANN

20. 1. – 19. 2.

Manches läuft zunächst nicht so, wie Sie es geplant haben. Was kein Grund ist, an sich selbst zu zweifeln. Es geht mehr darum, Akzeptanz zu üben. Und Sie sollten sich von Ihrem selbst auferlegten Perfektions- und Optimierungswahn befreien. Schaffen Sie das, haben Sie ab dem 4. Mai viele Pluspunkte auf Ihrem Karmakonto. Und Sie spüren ausserdem, dass Sie niemandem etwas beweisen müssen, und übertreffen sich wahrscheinlich gerade deswegen immer wieder selbst. Zumal Mars Ihnen in Ihrem Kreativsektor – was auch immer Sie tun – ganz viel Freude schenkt. Das heisst: Im

Job wie in der Liebe wird es innig, intensiv und sehr produktiv.

Ihr Mantra: «Wer loslässt, hat die Hände frei.» KATRIN WIEDERKEHR

FISCHE

19. 2. – 20. 3.

Noch bis zum 4. Mai ist Kommunikationsplanet Merkur rückläufig. Was sich zunächst als schikano (Missverständnisse, Verzögerungen, Chaos) anfühlt, hat einen Sinn: Wenn das Selbstwertgefühl unter Schwindsucht leidet, weil alle anderen mehr Likes bekommen, der Job langweilt und Sie das Wochenende im Netz verträdeln, braucht es einen Neustart. Genau dafür sorgt der Kosmos. Er will, dass Sie sich auf sich selbst besinnen, den Stecker ziehen, das Handy ausschalten, Dinge wie Menschen hinterfragen – um sich danach wieder besser aufstellen zu können. Ab dem 17. Mai bekommen Sie dann sehr viel Zuspruch für das Drücken Ihrer Reboot-Taste.

Ihr Mantra: «Die Seele braucht Social-Media-Pausen.» STEFANIE GIESINGER

WIDDER

20. 3. – 20. 4.

Ja, Sie dürfen auch mal ausruhen, Stopp sagen oder ein Time-out beantragen. Halten Sie die Menge Ihrer Verpflichtungen möglichst gering. Sie sind nämlich nicht besonders motiviert und brauchen dementsprechend länger. Doch nach dem 4. Mai verändert sich Ihr Energiefeld. Merkur wird wieder direktläufig, und die Konzepte und Pläne, die Sie jetzt ersinnen, sind fantasievoll, machen neugierig, auch deswegen, weil sie klar strukturiert sind. Auch möglich: Sie können jetzt Neuland betreten, ein Projekt starten, das noch bis vor kurzem wenig Chancen auf Erfolg hatte, sich nach dem 15. April aber auch finanziell für Sie auszahlen könnte.

Ihr Mantra: «Lass es uns probieren!» ROBERT DE NIRO

ASTROKALENDER FÜR ALLE STERNZEICHEN

MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI
26. 4	27. 4	28. 4	29. 4	30. 4	1. 5	2. 5	3. 5	4. 5	5. 5	6. 5	7. 5	8. 5	9. 5	10. 5	11. 5	12. 5	13. 5	14. 5	15. 5	16. 5



Glück in Liebesdingen



Sich kräftemässig nicht überschätzen!



Glückstag, Schwieriges gelingt



Vorsicht, emotionale Verletzungsgefahr!



Feiertag! Gut, um neue Leute kennen zu lernen



Vorsicht, Hindernisse. Nichts erzwingen!



Powertag



Streit liegt in der Luft



Guter Tag für Verhandlungen

Kleininserate und Adressen

Beauty und Lifestyle

Boutiquen und Fashion

Business und Bildung

Events und Veranstaltungen

Ferienwohnungen

Food and Drinks

Galerien und Kunstaussstellungen

Hotels und Wellnessoasen

Interieurs und Design

Lebensberatung

Liebe und Freundschaft

Uhren und Schmuck

Beauty und Lifestyle



Luzern

Zeig Dein Lächeln, nicht Deine Zahnsperre. Wer träumt nicht von einem attraktiven Lächeln mit schönen, geraden Zähnen? Eine Zahnkorrektur ist heute in jedem Alter möglich. Unsichtbare High-Tech-Zahnsperren wie Invisalign sind sehr effektiv und komfortabel zu tragen – Gartenhag war gestern! Unsere Spezialisten beraten Sie gerne in allen Bereichen der Zahnästhetik –

die kieferorthopädische Erstberatung ist kostenlos.

Zahnarzt Team Luzern
Winkelriedstr. 37, 6003 Luzern
041 210 58 58
invisalign-team.ch



Boutiquen und Fashion

Zürich
Elena di Ancona. Haute Couture, Prêt-à-porter de Luxe, Accessoires, Couture-Änderungen, Termin nach Vereinbarung.
044 201 61 81 elenadiancona.ch

Zürich
Elena di Ancona. aus Stoffen, Anfertigen von Tag/Nachtvorhängen + Accessoires. Top - Verarbeitung. Termin n. Vereinb.
044 201 61 81

Events und Veranstaltungen

Ferien-Kurse Feldenkrais-Seminar. auf Kreta 3. bis 17. Juni 2017. Hotel am Meer, Wanderungen Geschichte. Prospekte, Auskunft:

056 442 28 09
seiler@feldenkrais.ch
bewegungsraeume.brugg.ch

Beauty und Lifestyle

Ab 270 Franken findet Ihr Inserat hier viel Beachtung.

Beratung und Verkauf:
Adrian Holzer,
Tel. **044 576 66 66,**
a.holzer@adistrict.ch

Business und Bildung



Kesswil

Einführungsseminare
9.–11. Juni 2017
15.–17. September 2017
Start
24.–26. November 2017
071 460 17 81
tanztherapie-am-see.ch

Zürich
Wir kaufen Taschen. Hermès, Chanel, L. Vuitton sowie andere exkl. Label. Jasmine-Second-Hand, Seefeldstr. 47, 8008 Zürich
044 251 96 74

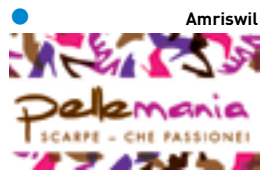
Zeileninserate sind möglich in allen Rubriken. Weitere Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer **044 248 44 40** sowie unter:
schalter.zuerich@tamedia.ch

Galerien und Kunstausstellungen

Kaufe Appenzeller-Bilder. Von Manser, Krüsi, Zülle, Liner, Babeli, Zeller, Naef etc. nur Originale. W. Hongler
079 336 12 16

Hotels und Wellnessoasen

Boutiquen und Fashion



Amriswil

Schuhe, Taschen, Gürtel. Im Zentrum von Amriswil finden Damen und Herren ein aussergewöhnliches Angebot an italienischen Schuhen, zum Beispiel von Baldini, Pollini, d'Acquasparta, Duccanero, Kamo-Gutsu, oder VeNi. Das ausgewählte Sortiment ergänzen Accessoires wie Taschen und Gürtel. Ein Blick lohnt sich!

071 412 71 00 . pellemania.ch

Business und Bildung

Ab 270 Franken findet Ihr Inserat hier viel Beachtung.

Beratung und Verkauf:
Adrian Holzer,
Tel. **044 576 66 66,**
a.holzer@adistrict.ch

Business und Bildung

Zürich
UniversitätsSpital Zürich. Du bist Pflegefachperson OP / OT HF? Wir interessieren uns für Dich! Komm vorbei und finde heraus warum wir einer der beliebtesten Arbeitgeber sind.

+41 44 255 88 93 .
usz.ch/jobs

Uhren und Schmuck

Zürich
LUXUSBÖRSE ZÜRICH, Lindenplatz 5, 8048 Zürich. BAR – ANKAUF UND VERKAUF, Uhren, Schmuck, Altgold. Testsieger.
043 333 22 11 . luxusbörse.ch

Ihr Pinboard-Feldinserat mit Bild

Buchen Sie Ihr Feldinserat in annabelle und erreichen Sie 241 000 Leserinnen und Leser!

Rubriken

- Beauty und Lifestyle
- Boutiquen und Fashion
- Business und Bildung
- Events und Veranstaltungen
- Food and Drinks
- Galerien und Kunstausstellungen
- Hotels und Wellnessoasen
- Interieurs und Design
- Uhren und Schmuck

Formate

1 Feld	38 x 62mm	270 Fr.
2 Felder	76 x 62mm	540 Fr.
3 Felder	114 x 62mm	810 Fr.
4 Felder	152 x 62mm	1080 Fr.
5 Felder (¼ quer)	193 x 62mm	1620 Fr.

Wiederholungsrabatt von 2% bis 12%

www.adbox.ch

Auf Tamedias Online-Anzeigenplattform adbox.ch, können Sie ihr Inserat eigenhändig kreieren und aufgeben.

Technische Angaben

Druckverfahren: Rollenoffset, 60er-Raster
Druckunterlagen: PDF-Format, Farben in CMYK
mindestens 300 dpi

Elektronische
Datenübermittlung: anzeigen@annabelle.ch

Beratung und Verkauf Adrian Holzer

Telefon: +41 44 576 66 66
Telefax: +41 44 576 66 60
Mobile: +41 76 387 88 77
E-Mail: a.holzer@adistrict.ch

Liebe und Freundschaft	● Südfrankreich Midi, Peyriac-de-Mer. Weinbauerndorf, Naturparadies. Haus mit 3 Schlafzimmern, Salon, Garten und grossem Pool. 041 310 97 07 . villaflamingo.ch	● Toscana Castellina in Chianti. Ein romantischer kleiner Gutshof an prächtiger Lage erwartet Sie! 044 780 05 08. palagione.com	● Top-Hellseherin. Sieht was war was ist und was sein wird. Tag und Nacht erreichbar. Ruf an. Ich bin gerne für dich da. 0901 339 339 . Fr. 2.50/Min.	● Maria echtes Medium. Seit vielen Jahren berate & begleite ich Menschen & helfe Ihnen den Leitfaden für die Zukunft zu finden. 0901 58 70 58 Fr. 3.13 Min.
● Zürich Anne? Belle?. Ich kann Dich nicht beschreiben, ich muss Dich erleben. Mann, 49, glücklich getrennt, Vater von zwei Teenager, studiert & trainiert, interessant & interessiert. Picknick am See wäre ein Idee. Aha, genau: Zürich, Arizona, Berner Oberland, Julian Barnes, TC Boyle, Astrid Lindgren, kein Ballett & Tango, E-Bike, Laphroig, WWF, Port extra dry, Hugo Boss & Adidas. Surprise Weekends. Chiffre JH202SZHA	● Locarno F'Whg. dir. am See, gepfl., Garten/Pavillon mit Chem., Badepl., Toplage, 2 Erw.+ 1Ki/kl. Hund. 091 791 87 64 famigliasgrist@bluewin.ch	● Tessin / Locarno-Brione Gepflegtes Ferienhaus. 2-6 P., Bad+DU/WC, Terrassen, Garten mit Palmen, Pergola, Cheminée, PP, 180°-Panorama-Seesicht 0765614044 . dan.stutz@gmx.ch	● Hellsehen o. Hifsmittelmit Zeitangaben. Blockadenlösung, Fernbehandl., geistiges Heilen, Privatsitzung, 30J. Erfahrung 0901 57 57 57 Fr. 3.50/Min	● Meggie. Klarheit, Liebe, Glück, Erfolg, Karten, Hellsehen, Beratung und Hilfe in allen Lebenslagen. 0901 222 113 . Fr. 2.80/Min.
Lebensberatung			● Heilercoach & Medium. Ich begleite Sie gerne auf Ihrem Weg zu einem erfüllten Leben. heilercoach.ch 0901 014 014 Fr. 2.50 / Min. D/F/E/I	● Samira. Bringt Licht ins Dunkel, Karten, Hellsehen, Pendel, Hilfe in allen Lebenssituationen. 0901 555 244 . Fr. 2.50/Min.
	● Nähe St. Moritz F'wohn. 3½ Zr. 90m², 2 Bad, 4 B.; Bico Matratzen 1x2m, Kamin, Garage, Balkon: See/Berge. Arvenholz-Innenausb., geschl. Küche. 079 518 90 03	● Hellseher mit Erfahrung. Hilft zuverlässig gegen Verfluchung, Scharze Magie, für Liebe, Gericht, Tiere etc., täglich bis 23 Uhr Ø 076 594 74 34 / kostenpfl.	● Seherin & Kartenlegerin. Top Hilfe in jeder Lebenslage, sofort! Bieten auch Kartenlegekurse an! Lara 0901 090 557 Fr. 3.13/Min. Lena 0901 260 216 Fr. 3.13/Min.	● Hellseherin Lena Nova hilft. Soforthilfe durch Fernbehandlung b. Partnerproblemen, Bau, Recht, Prüfung! Mo-So. 08-22 h T. 077 439 50 17 (taxpl.).
● CH-Frau . 42/1.71 suche meinen Traummann. Gut sit. zum gem. Alt werden. Möchte gern. Fam. + Kinder. Nur ernst gem. Zuschr. + Foto Chiffre JE4614ZHA	● Nähe Uzès in Collongues. Ferien und Erholung in ruhigem Ort, ländliches Idyll, zwei Dorfhäuser, Schwimmbad, reizvoller Garten für 2-10 Personen 079 249 56 34. collongues.ch	● Baltazar TV-Hellseher. Ohne Hilfsmittel seit '97. Privatsitzungen & 1:1-Mediales-Training in Gemeinschaftspraxis. Wuxan.ch 0901 00 88 88 . Fr. 3.50/Min.	● Echtes Medium o. Hilfsmittel. Brauche nur deine Stimme. Kann sagen was kommt + wann: Pia 0901 160 160 Fr. 1.99/Min Eva 0901 180 180 Fr. 1.99/Min.	● Luzern WortGeschenke und HerzensCoaching. Ich schreibe für dich und begleite dich auf deinem Weg. www.himmelsworthe.ch
Ferienwohnungen	● Nizza Villa. Schöner Garten, wunderbare Meersicht, ideale Lage für Ferien, Geniesser und Hund. Telefon 061 901 37 79 oder 079 462 65 25 . gyn-gaudenz.ch	● Lebensberatung. Sie wollen wissen wie es wirklich weitergeht... Liebe, Beruf und Finanzen. Anruf unter Telefon 0901 191 093 . Fr. 1.50/Min.	● VijayTV-Hellseher. Kartenleger arbeitet nach alt asiatischer hinduistischer Tradition. Sagt wer Ihr Partner ist. 0901 40 60 60 Fr. 4.50/Min.	Vermischtes
● Comer See. Idyllische Landhs & Fewos. Kleine und grosse Urlaubs-Paradiесе in Toplagen. Teilweise Pool/Bikes ect. 081 250 50 44 lagodicomo.ch	● Saint-Tropez Ramatuelle. Ferienhaus 200 m vom Meer. Ruhig, sonnig, komfortabel. Natur-Garten, bis 6 Personen. 032 322 10 42	● Top Medium Carolyn. Zukunftsorientiert und seriös, Klarheit in Liebe, Job, Finanzen und Freundschaft u.v.m. Täglich 0901 222 121 . Fr. 2.77/Min.	● Liebt er mich?. Ist er treu? Samara sagt dir wie es weitergeht. Helfe bei allen Fragen zum Thema LIEBE gern weiter. 0901 979 979 Fr. 1.99/Min.	● Luzern. Gemeinschaftlich Bäume pflanzen. 1tree4one.com
● Provence. Für Naturliebhaber. Renovierter, geschmackvoll eingerichteter Getreidespeicher. Maximal 5 Personen. Innitten Naturpark. Ideal für Velotouren, Wanderungen, Kletterabenteuer, « süsses Nichtstun » petite-pose.ch	● Schönried - Gstaad Familienchalet. Bis 6 Personen Beste Lage. Ab 1050 CHF/Woche chaletmonbijou@gmx.ch www.facebook.com/Chalet-MonBijouGstaad	● Spirituelle Meisterin. 25 J. Erf., Hellsehen, Energietherapie. Heilen, Fernbehandl., Privatsitz. 0901 555 393 . Fr. 2.50/Min. medium-bettina.ch	● Hellseherin Maria. Ich helfe bei allen Problemen sofort. Du kannst mir alles erzählen, ich urteile nicht, helfe gerne. 0901 140 140. Fr. 1.99/Min.	Zeileninserate sind möglich in allen Rubriken. Weitere Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer 044 248 44 40 sowie unter: schalter.zuerich@tamedia.ch
	● St-Tropez Ramatuelle. Haus 500m v. Meer; Garten, ruhig, sonn., 3 Schlafzr., 2 Badezr., mod. Wohnkü., 6 P., 1600-2300.-/Wo. 079 628 02 44. villa-ramatuelle.ch	● Patrick Hellseher. Kartenleger, seit 15 Jahren, aus div. TV-Shows bekannt. Privatsitzung & Beratung per Email. Bapho.ch 0901 88 00 00 . Fr. 3.50/Min.	● Kartenlegerin Leoni. Mediales Kartenlegen mit Herz & einfühlsam. 0901 777 133 Fr. 2.70/Min	



3 Mal Ferien abgesagt.
112 Nächte durchgearbeitet.
1 Ursache für Krebs bei Kindern entdeckt.

Mit Ihrer Spende fördern wir engagierte Forscherinnen und Forscher, die immer bessere Behandlungsmethoden gegen Krebs entwickeln. PK 30-3090-1

krebsforschung schweiz

Damit Heilung zur Regel wird.

Beeindruckendes Wellnessresort



...für die ganze Familie! Sport, Wellness und Familienurlaub lassen sich im Hotel Schneeberg - Family Resort & Spa bestens unter einen Hut bringen. Direkt vom Hotel führen unzählige Wanderungen und Mountainbike-Touren zu urigen Almen und Hütten. Nach einem aktiven und erlebnisreichen Urlaubstag in den Südtiroler Bergen erwartet Sie Wellness pur: Mit 8.000 m² ist die Spa- und Wellnesslandschaft eine der grössten in Südtirol. Die Kinder dürfen sich auf den Family-Acquapark „Bergi-Land“ mit Wasserrutschen, Zwergerland, Hütten und Stollen freuen, der

in diesem Sommer um einige Attraktionen reicher wird: Als erstes Hotel weltweit bietet das Schneeberg eine Mega-Tunnelrutsche und Infinity Jump u.v.m.

7 = 6 FAMILIENANGEBOT

Bleib 7, zahl 6 Nächte! Inklusive aller Schneeberg-Vollpensionsleistungen, Wellness, Familien- und Aktivprogramm, gültig vom 05.03 – 04.08. 2017 und vom 20.08 – 24.12.2017

Hotel Schneeberg Family Resort & Spa

Ridaun-Maiern 22 · I 39040 Ratschings · T +39 0472 656 232
info@schneeberg.it · www.schneeberg.it



Ridnaun / **Südtirol**

Designhotel in den Südtiroler Dolomiten



Nachhaltiger Luxus und schlichtes Design nehmen im 5-Sterne-Hotel Urthaler auf der Seiser Alm in Südtirol eine entscheidende Rolle ein. Das einmalige Holzhotel ist eingebettet in ein Aktiv- und Erholungsparadies auf knapp 2.000 m – die verkehrsberuhigte Seiser Alm. Sie eignet sich bestens zum Wandern, Biken, Joggen und Paragleiten. Ein knapp 56 km² grosser Abenteuerpark erwartet Sie! Der perfekte Gegenpol dazu ist das Hotel Urthaler: Hier können Sie herrlich entspannen und sich kulinarisch auf höchstem Niveau verwöhnen lassen.

Unser Weinkeller bietet feinste Tropfen aus Südtirol und dem restlichen Italien.

FRÜHSOMMER- & SOMMERANGEBOTE

Nur für Sie: 4 Nächte zum Preis von 3, buchbar für Aufenthalte zwischen Sonntag und Freitag. Inkl. HP, Kuchenimbiss am Nachmittag u. v. m. ab € 432,-

7 Nächte geniessen, 6 Nächte bezahlen im gesunden Holzdesign-Zimmer inklusive HP, Kuchenimbiss am Nachmittag u. v. m. ab € 864,-

Seiser Alm Hotels KG *****

Compatsch 33 · I 39040 Seiser Alm · T +39 0471 727 919
urthaler@seiseralm.com · www.seiseralm.com



Seiser Alm / **Südtirol**

Ihr Wohlfühlurlaub voller Genuss und Entspannung



© Hannes Niederkofler

Es gibt Orte, an denen das Glück sofort spürbar wird. In herrlicher Panoramalage über den Dächern der Kurstadt Meran liegt das Schenna Resort, ein Refugium der Ruhe und Entspannung. Genuss und Wohlbefinden stehen hier an erster Stelle.

HIGHLIGHTS

- 19.05. – 21.05.2017 Jeanne Ruland zu Gast im Schenna Resort
09.06.2017 Eric Standop: „Was dein Gesicht verrät“
20.11. – 26.11.2017 Yoga- und Ayurveda-Wochen mit Volker Mehl

Hotel Schwefelbad GmbH

Familien Pförtl und Wörndle · Alte Strasse 14 · I 39017 Schenna · T +39 0473 230 760
info@schennaresort.com · www.schennaresort.com



Meraner Land / Südtirol

Zu Gast bei Freunden



GLÜCKSMOMENTE gefällig? Im 4-Sterne-Superior LÖWEN HOTEL Montafon erwarten Sie diese an jeder Ecke, denn hier wird man stilvoll gebettet, köstlich bewirtet und im grosszügigen Wellnessbereich Löwen-Spa nachhaltig gepflegt. Die gemütliche Löwen Stube rund

um den Küchenchef Thomas Carvalho de Sousa wurde kürzlich mit der ersten Gault-Millau-Haube geehrt und damit zählt er zu den besten Köchen Österreichs.

SOMMERAUSZEIT 24.05. – 30.09.2017: 3 ÜN im Comfort-Doppelzimmer inklusive HP und aller Löwen Hotel-Geniesserleistungen (NEU 2017 gratis Bergbahnticket und Nachmittagsjause) ab 414,- p. P., Anreise von Sonntag bis Dienstag.

Löwen Hotel Montafon ***** Hotel Löwen Schruns GmbH

Silvrettastrasse 8 · A 6780 Schruns · T +43 (0)5556 7141 · info@loewen-hotel.com · www.loewen-hotel.com



Montafon/ Vorarlberg

Geniess das Leben am See



Tauchen Sie frei nach unserem Motto in eine Bilderbuchlandschaft aus Bergen und dem kristallklaren Achensee. Im Wellnessbereich mit Seeblick wird vor dem herrlichen Panorama jede Minute zum Erlebnis. Ob in der Fülle von Bädern oder bei einer Massage – lassen Sie sich auf das Angenehmste verwöhnen. Geniessen sie unbeschwerte Ferientage in einer der abwechslungsreichsten Regionen Österreichs. Der Achensee lockt mit einer Vielzahl von Möglichkeiten. Beim Wassersport oder der Schiffsrundfahrt am kristallklaren Bergsee, bei einer Wanderung zu den gemütlichen

Almen, auf dem Bike in die Karwendeltäler. Lassen Sie sich einfach vom bunten Treiben rund um den Fjord Tirols verzaubern.

POST AM SEE VITAL PAKET

7 ÜN mit Halbpension im Doppelzimmer Typ „Komfort“ inklusive 2 Vollmassagen, 1 Tiroler Badl im Softpack, 1 Kaiserbadl im Bronzestüber, 1 Lymphdrainage, 1 Fussreflexzonenmassage ab € 893,- p. P.

Hotel Post am See GmbH *****

Familie Kobinger · Pertisau 62 · A 6213 Pertisau
T +43 (0)5243 520 · postamsee.at · www.postamsee.at



Achensee/ Tirol



Sonnenschein!

Wir schützen uns: Die zehn Gebote des Sonnenbadens



Neapel-Reise

Auf den Spuren des Bestsellers «Meine geniale Freundin» von Elena Ferrante

DIE NÄCHSTE ANNABELLE ERSCHEINT AM 17. MAI



In Luxus schwelgen

Lauren Greenfield hielt in einem Langzeitprojekt Aspekte des Reichtums fest: Bildreportage und Interview mit der US-Fotografin



AUSSERDEM: *Draussen wohnen: Die schönsten Möbel und Accessoires*
Kein Sex: Filmemacher Wolfram Huke war bis 32 Jungfrau
Überraschende Kombinationen: Looks zum Cut-and-Paste-Trend



MODE

Alexander Wang: Jelmoli, Seidengasse 1, Zürich, Tel. 044 210 20 90; jelmoli.ch; Infos Farfetch; farfetch.com; Infos New York Tel. 001 212 532 31 03; alexanderwang.com
Angel's Face: Jelmoli, Seidengasse 1, Zürich, Tel. 0044 17 32 82 37 00; angels-face.co.uk
Anni Carlsson: Infos Düsseldorf Tel. 0049 211 82 82 77 33; anni-carlsson.com
Antepima: Infos Mailand Tel. 0039 02 58 31 44 59
Avaro Figlio: Infos Mailand Tel. 0039 02 36 58 74 75; avarofiglio.com
Barbour: Infos Düsseldorf Tel. 0049 211 650 42 30; barbour.com
Ba & Sh: La Redoute Versand, Montreux, Tel. 0848 848 506; laredoute.ch; Infos Sparkle, Zürich, Tel. 044 515 62 62; ba-sh.com
Baum und Pferdgarten: Infos Kopenhagen Tel. 0045 26 70 07 33; baumundpferdgarten.com
Beceren Antikmöbel: Stauffacherstrasse 16, Zürich, Tel. 044 291 66 50
Big: Bahnhofstrasse 73, Zürich, Tel. 044 344 61 44; Limmatquai 88, Zürich, Tel. 044 252 59 12; bigzh.ch
Buffalo: Limmatquai 98, Zürich, Tel. 044 252 06 10; Vögele Shoes, Uraniastrasse 9, Zürich, Tel. 044 222 07 00; Vögele Shoes, Limmatquai 26, Zürich, Tel. 044 260 62 70; Infos Uznach Tel. 055 285 61 11; voegele-shoes.com; buffalo-shop.de
Calvin Klein Watches & Jewelry: Viaduktstrasse 30, Biel, Tel. 032 343 67 67; ck.com
Carhartt: Lagerstrasse 1, Zürich, Tel. 044 504 10 20; Spitalgasse 2, Zürich, Tel. 043 243 72 88; carhartt-wip.com
Céline: 47, rue du Rhône, Genf, Tel. 022 312 14 60;

Storchengasse 23, Zürich, Tel. 043 344 72 60; Infos Paris Tel. 0033 1 56 89 07 91; celine.com
Charlotte Chesnais: Infos Matches Fashion, Clapham (GB), Tel. 0044 87 00 67 88 38; matchesfashion.com; Infos Paris Tel. 0033 1 42 77 33 05
Chloé Stora: Infos Regerlooks, Salzburg, Tel. 0043 624 52 04 35; regerlooks.com; chloestora.com
Claire's: Bahnhofstrasse 91, Zürich, Tel. 044 212 73 12; claires.com
Diane von Furstenberg: Jelmoli, Seidengasse 1, Zürich, Tel. 044 210 20 90; jelmoli.ch; Infos New York Tel. 001 212 741 66 07; dvf.com
Diesel: Bahnhofstrasse 48, Zürich, Tel. 043 497 22 80; Infos Mailand Tel. 0039 02 831 16 21; diesel.com
Dover Street Market: Infos doverstreetmarket.com
Dries van Noten: Set & Sekt, Rümelinplatz 5, Basel, Tel. 061 271 07 65; Infos Paris Tel. 0033 1 42 74 44 07; driesvannoten.be
Dr. Martens: Central Power, Niederdorfstrasse 39, Zürich, Tel. 044 251 51 28; Infos Zürich Tel. 043 211 37 36; hifi-brand.com; drmartens.com
Dsquared: Infos Mailand Tel. 0039 02 581 77 71; dsquared2.com
Ellery: Infos Matches Fashion, Clapham (GB), Tel. 0044 87 00 67 88 38; matchesfashion.com; elleryland.com
En Sole: Strehlgasse 26, Zürich, Tel. 044 211 59 02; ensoie.com
Erika Cavallini: Infos erikacavallini.com
Ermano Scervino: Infos Mailand Tel. 0039 02 76 31 79 00; ermanscervino.it
Essentiel Antwerp: Limmatquai 70, Zürich, Tel. 044 252 50 54; Infos Real Time Society, Zürich, Tel. 043 205 25 35; essentiel-antwerp.com
Farfetch: Infos farfetch.com
Fendi: 62, rue du Rhône, Genf, Tel. 022 319 30 10;

Infos Rom Tel. 0039 06 33 45 01; fendi.com
Ffixxed Studios: Opia, Lagerstrasse 72, Zürich, Tel. 043 243 32 82; opia.ch; ffixxed.com
Fogal: Fogal-Shop Zürich, Basel, Bern, Genf, Lugano; Infos Zürich Tel. 044 205 85 85; fogal.com
French Connection: Maison Gassmann, Weinplatz 3, Zürich, Tel. 044 211 08 37; maisongassmann.ch; Infos Glattbrugg Tel. 044 311 33 77; frenchconnection.com
Givenchy Eyewear: Infos Häberlein & Maurer, München, Tel. 0049 89 38 10 80; givenchy.com
Globus: Marktplatz 12, Basel, Tel. 061 268 45 45; Spitalgasse 17-21, Bern, Tel. 031 313 40 40; Schweizergasse 11, Zürich, Tel. 044 226 60 60; Infos Real Time Society, Zürich, Tel. 043 205 25 35; globus.ch
Gucci: 92, rue du Rhône, Genf, Tel. 022 310 84 06; Poststrasse 3, Zürich, Tel. 044 211 46 20; Infos Network, Hamburg, Tel. 0049 40 450 30 60; Infos Mailand Tel. 0039 02 88 00 51; gucci.com
Hanro: Globus, Schweizerstrasse 11, Zürich, Tel. 044 226 60 60; Infos Häberlein & Maurer, München, Tel. 0049 89 38 10 80; hanro.ch
Hennes & Mauritz: Infos Zürich Tel. 058 944 42 60; hm.com
Hillier Bartley: Infos Matches Fashion, Clapham (GB), Tel. 0044 87 00 67 88 38; matchesfashion.com; hillierbartley.com
Il Gufo: Infos Asolo (I) Tel. 0039 04 23 95 13 00; ilgufu.it
I Pinco Pallino: Infos Entratico (I) Tel. 0039 03 54 25 51 56; pincopallino.it
Isabel Marant Étoile: Big, Bahnhofstrasse 73, Zürich, Tel. 044 344 61 44; Big, Limmatquai 88, Zürich, Tel. 044 252 59 12; bigzh.ch; isabelmarant.com

Item M6: Infos Düsseldorf Tel. 0049 211 82 82 77 33; item-m6.com
Jelmoli: Seidengasse 1, Zürich, Tel. 044 210 20 90; jelmoli.ch
J. Lindeberg: Infos Zalando, Berlin, Tel. 0049 30 200 03 03 16; zalando.ch; jlindeberg.com
Joseph: Jelmoli, Seidengasse 1, Zürich, Tel. 044 210 20 90; jelmoli.ch; Infos Paris Tel. 0033 1 45 49 81 00; joseph-fashion.com
Karamell: Seefeldstrasse 44, Zürich; karamellzürich.com
Kiomi: Infos Zalando, Berlin, Tel. 0049 30 200 03 03 16; zalando.ch; Infos Tel. 0049 30 200 08 88 63; kiomi.com
Kurt Geiger: Infos London Tel. 0044 84 52 57 25 71; kurtgeiger.com
La Garçonne: Infos lagarconne.com
La Redoute Versand: Infos Montreux Tel. 0848 848 506; laredoute.ch
Lee: Infos Framework, La Neuveville, Tel. 032 756 99 80; leejeans.com
Levi Strauss Schweiz: Infos Levi's Showroom, Zürich, Tel. 056 419 15 01; levis.com
Longchamp: Bahnhofstrasse 58, Zürich, Tel. 044 213 10 80; Infos Sparkle, Zürich, Tel. 044 515 62 62; longchamp.com
Love Stories: Infos Prag Agency, Berlin, Tel. 0049 30 40 58 50 32; lovestoriesintimates.com
Madeleine Mode: Infos madeleine-mode.ch
Maison Gassmann: Weinplatz 3, Zürich, Tel. 044 211 08 37; maisongassmann.ch
Maison Margiela: Modissa, Bahnhofstrasse 74, Zürich, Tel. 044 217 74 74; modissa.ch; Set & Sekt, Rümelinplatz 5, Basel, Tel. 061 271 07 65; Infos Henri + Frank Public Relations, Hamburg, Tel. 0049 40 32 02 77 11; Infos Paris Tel. 0033 1 40 15 07 55; maisonmargiela.com
Malika Raiss: Infos Prag Agency, Berlin, Tel. 0049 30 40 58 50 32; malikaraiss.com
Mango: Freie Strasse 52, Basel, Tel. 061 263 12 45; Marktgasse 22, Bern, Tel. 031 318 46 50; Bahnhofstrasse 82a, Zürich, Tel. 044 210 27 77; mango.com
Mansur Gavriel: Infos La Garçonne; lagarconne.com; mansurgavriel.com
Marc Cain Store: Kasinostrasse 25, Aarau, Tel. 062 832 41 41; Kramgasse 81, Bern, Tel. 031 303 47 80; Münsterplatz 1/Freie Strasse 81, Basel; Bahnhofstrasse 20, Chur, Tel. 079 633 66 96; 7, rue de la Fontaine, Genf, Tel. 022 311 40 40; Weggisgasse 29, Luzern, Tel. 041 410 07 61; Bellevueplatz 5, Zürich, Tel. 043 268 45 05; Infos Bodelshausen (D) Tel. 0049 74 71 70 90; marc-cain.com
Marc de Vincenzo: Infos marcdevincenzo.com
Marques Almeida: Opia, Lagerstrasse 72, Zürich, Tel. 043 243 32 82; opia.ch; marquesalmeida.com
Matches Fashion: Infos Clapham (GB) Tel. 0044 87 00 67 88 38; matchesfashion.com
Mayoral: Globus, Marktplatz 12, Basel, Tel. 061 268 45 45; Globus, Spitalgasse 17-21, Bern, Tel. 031 313 40 40; Globus, Schweizergasse 11,

Zürich, Tel. 044 226 60 60; Infos Real Time Society, Zürich, Tel. 043 205 25 35; globus.ch; mayoral.com
Mihatami: Infos Mailand Tel. 0039 02 89 41 00 30; mihatami.com
Michael Kors Collection: Freie Strasse 84, Basel, Tel. 061 271 60 90; Via Serlas 22, St. Moritz, Tel. 081 833 55 90; Jelmoli, Seidengasse 1, Zürich, Tel. 044 210 20 90; jelmoli.ch; michaelkors.com
Milko Boyarov: Opia, Lagerstrasse 72, Zürich, Tel. 043 243 32 82; opia.ch; milkoboyarov.com
Miu Miu: Infos Loews, München, Tel. 0049 89 21 93 79 10; miumiu.it
Modissa: Bahnhofstrasse 74, Zürich, Tel. 044 217 74 74; modissa.ch
Molly Goddard: Infos Dover Street Market; doverstreetmarket.com; mollygoddard.com
Mytheresa: Infos München Tel. 0049 89 679 70 71 00; mytheresa.com
Navyboot: Freie Strasse 44, Basel, Tel. 061 261 52 06; Kramgasse 30, Bern, Tel. 031 318 29 70; 32, rue du Marché, Genf, Tel. 022 310 33 14; Bahnhofstrasse 38, Zürich, Tel. 043 497 37 14; Concept Store, Nüschelestrasse 35, Zürich, Tel. 044 221 26 80; Infos Zürich Tel. 043 344 30 30; navyboot.ch
Opia: Lagerstrasse 72, Zürich, Tel. 043 243 32 82; opia.ch
Ottolinger: Infos ottolinger.com
Pepe Jeans: Schiffhände 5, Zürich, Tel. 043 343 97 70; Infos Madison Clothing, Thalwil, Tel. 044 722 91 91; pepejeans.com
Prada: 6, rue du Prado, Crans-Montana, Tel. 091 986 63 40; 49/51, rue du Rhône, Genf, Tel. 091 986 63 20; Promenade 17, Gstaad, Tel. 091 986 64 20; Via Nassa 44, Lugano, Tel. 091 986 63 00; Via Maistra 25, St. Moritz, Tel. 081 833 00 32; Infos Mytheresa, München, Tel. 0049 89 679 70 71 00; mytheresa.com; Infos Loews, München, Tel. 0049 89 21 93 79 10; prada.com
Quis Quis: Infos quisquiskids.com
Repetto: Infos Stylebop, Ottobrunn (D), Tel. 0049 89 273 71 89 25 26; stylebop.com; Infos Paris Tel. 0033 1 44 71 83 12; repetto.com
Reyerlooks: Infos Salzburg Tel. 0043 624 52 04 35; reyerlooks.com
Rylee + Cru: Karamell, Seefeldstrasse 44, Zürich; karamellzürich.com; ryleeandcru.com
Sandro: Rennweg 58, Zürich, Tel. 043 497 26 00; sandro-paris.com
Schild: Pestalozziwiese, Zürich, Tel. 044 217 45 00; Infos Zürich Tel. 043 344 30 30; schild.ch
Simone Rocha: Infos La Garçonne; lagarconne.com; simonerocha.com
Sportmax: Max Mara, Freie Strasse 72, Basel, Tel. 061 272 60 60; Max Mara, Marktgasse 37, Bern, Tel. 031 312 20 33; Max Mara, 110, rue du Rhône, Genf, Tel. 022 818 13 51; Max Mara, Via Maistra 4, St. Moritz, Tel. 081 834 94 17; Max Mara, Strehlgasse 4, Zürich, Tel. 044 212 78 22; Infos Mailand Tel. 0039 02 77 79 21; sportmax.it

Stylebop: Infos Ottobrunn (D) Tel. 0049 89 273 71 89 25 26; stylebop.com
Swarovski: Freie Strasse 2, Basel, Tel. 061 261 83 83; Marktgasse 3, Bern, Tel. 031 311 77 22; Bahnhofplatz 7, Zürich, Tel. 044 211 10 20; Infos PR Fact, Zürich, Tel. 043 322 01 10; swarovski.com
Swatch: Infos Biel Tel. 032 343 95 80; swatch.com
Tambere: Karamell, Seefeldstrasse 44, Zürich; karamellzürich.com; tambere.co.kr
Theory: Jelmoli, Seidengasse 1, Zürich, Tel. 044 210 20 90; jelmoli.ch; theory.com
The Row: Infos Mytheresa, München, Tel. 0049 89 679 70 71 00; mytheresa.com; therow.com
Tommy Hilfiger: Bahnhofstrasse 24, Zürich, Tel. 044 210 26 26; Infos Thalwil Tel. 044 723 70 00; tommy.com
Topshop: Infos Zalando, Berlin, Tel. 0049 30 200 03 03 16; zalando.ch; Infos London Tel. 0044 20 72 91 24 71; topshop.com
Topshop Boutique: Infos London Tel. 0044 20 72 91 24 71; topshop.com
Twinst Simon Barbieri: Infos Marco Bruhin, Schlieren, Tel. 044 732 20 20; Infos Carpi (I) Tel. 0039 059 625 75 11; twinst.com
Uterqüe: Infos uterque.com
Vetements: Infos Stylebop, Ottobrunn (D), Tel. 0049 89 273 71 89 25 26; stylebop.com; vetementswebsite.com
Vögele Shoes: Uraniastrasse 9, Zürich, Tel. 044 222 07 00; Limmatquai 26, Zürich, Tel. 044 260 62 70; Infos Uznach Tel. 055 285 61 11; web.voegele-shoes.com
Whistles: Infos London Tel. 0044 20 73 91 09 23; whistles.com
Wolford: Wolford-Boutique Ascona, Basel, Bern, Genf, Lausanne, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Zürich; Infos Network PR, München, Tel. 0049 89 20 00 11 80; wolford.com
Zalando: Infos Berlin Tel. 0049 30 200 03 03 16; zalando.ch
Zara: Seidengasse 1, Zürich, Tel. 043 497 29 69; zara.com

WOHNEN

Areaware: Infos areaware.com
Case Studio: Infos casestudio.com
Enzo Zak Lux: Infos Email hi@enzozaklux.de
Fine Little Day: Infos finelittleday.com
Fornasetti: Store, Corso Venezia 21A, Mailand, fornasetti.com
Goodform: Infos goodform.ch, anglepoise.com
Japanprox: Infos japanprox.ch, 1616arita.jp
Markanto: Infos markanto.de
Nordish Living: Showroom, Weststrasse 75, Zürich, Tel. 043 333 24 48, nordish.ch; hay.dk
Normann Copenhagen: Infos normann-copenhagen.com
Shop Rikiki: Infos shop-rikiki.de
Toru Barcelona: Infos toru.barcelona



GEWINNEN SIE

einen Aufenthalt im Travel Charme Ifen Hotel
im Kleinwalsertal (Vorarlberg) im Wert von
2000 Franken *.

Im Travel Charme Ifen Hotel liegt einem eines der schönsten Hochgebirgstäler der Alpen zu Füssen. Ein 5-Sterne-Feriererlebnis, das lange nachwirkt. Alpen-glück auf höchstem Niveau: In grosszügigen Zimmern und Suiten werden Ferienträume erfüllt, und man spürt Wohlfühlambiente auf Schritt und Tritt. Neben kulinarischen Köstlichkeiten lädt der Puria-Premium-Spa auf 2300 Quadratmetern zum Entspannen ein. Eine Wohlfühl-Loose, die die Gesundheit stärkt und dank der man Berge versetzen kann. Der Gipfel der Erholung zu jeder Jahreszeit und bei jeder Witterung, mit anhaltender Wirkung.

Travel Charme Ifen Hotel, Oberseitestrasse 6, Hirschegg (A),
Tel. 0043 5517 60 86 78, travelcharme.com

german. Früh- lings- göttin	Heil- und Gewürz- kraut	Nieder- schlags- art	Staat im Orient isoliert, einsam	dt. Männer- name	karge Land- schafts- form	kurz für: an das	schweiz. Urheber- rechtsge- sellsch.	Wortteil: hoch frz. Män- nername	Winter- sportort im Kt. BE
↳	↳	↳	↳	Paddel- boot Gesangs- paar	↳	↳	Kraft- werktyp Entenart	↳	↳
Berg der Bündner Alpen 2806m	↳	↳	↳	↳	↳	Stadt im Kanton Wallis	↳	7	↳
amerik. Comic- figur	↳	↳	↳	Männer- name Magma	↳	↳	Apostel Fremd- wortteil: Nerven	↳	↳
Konti- nent	Wein- stock	↳	unbe- festigt Fach- mann	↳	2	span.: nichts Strom d. Spanien	↳	↳	Prüfer
↳	↳	↳	↳	Getränk Ereignis (engl.)	↳	↳	Wasser- vogel Western- legende	↳	↳
frz.: Genf Kälber- ferment	↳	↳	↳	↳	Lasten Blutbahn	↳	↳	8	↳
↳	1	nordspan. Provinz Wortteil: gleich	↳	↳	↳	5	Halbton über A	Hoch- schule (Kw.)	engl.: Auge
pur, sauber	↳	↳	↳	alter Name Tokios	↳	↳	geomet- rische Form	↳	3
ehe	Teil des Pfeil- bogens	↳	↳	↳	↳	schweiz. Moder- ator (Sven)	↳	↳	↳
↳	↳	↳	6	Futter- gefäss	↳	↳	frz. Königs- anrede	↳	↳

So nehmen Sie an der
Verlosung teil:

Rufen Sie Telefon
0901 700 333 an
(1 Fr./Anruf ab Festnetz),
und hinterlassen Sie
das Lösungswort, Ihren
Namen und Ihre Adresse.
Oder senden Sie ein
SMS mit «ANRA Lösungs-
wort» und Namen/
Adresse an 966 (1 Fr./
SMS). Oder senden Sie
eine Postkarte (bitte
keine Briefe) mit Ihrer
Adresse und Telefon-
nummer an: Verlag anna-
belle, Preisrätsel 7/17,
Postfach, 8099 Zürich.

Einsende- und Anruf-
schluss: 12. Mai 2017

Die Gewinnerin oder der
Gewinner wird schriftlich
benachrichtigt. Keine Baraus-
zahlung. Der Rechtsweg ist
ausgeschlossen, über die
Verlosung wird keine Korres-
pondenz geführt. Teilnahme-
berechtigt sind alle Personen
ab 18 Jahren. Mitarbeitende
von Travel Charme Ifen Hotel
und Tamedia sind von der
Verlosung ausgeschlossen.
Mit freundlicher Unterstützung
von Travel Charme Ifen Hotel
Kleinwalsertal.
* Wert gemäss Tageskurs vom
26. 4. 2017

LÖSUNGSWORT:

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

DAS LÖSUNGSWORT
AUS ANNABELLE 6/17: TIRAMISU

Designer
Gianni
Versace
sagte einst,
sie hätte
den
schönsten
Körper der
Welt:
Neunziger-
jahre-
Supermodel
Helena
Christensen

Helena
Christensen
(48)
Fotomodell



2



1



3

Leben

Zuhause Ich bin in Dänemark (4) aufgewachsen und lebe heute in New York (5)
Entspannend nach einem anstrengenden Tag Mit meinem Sohn Mingus coole TV-Shows schauen (6)

Persönlicher Haushaltstipp Hin und wieder muss man seinen Kleiderschrank ausmisten, sonst trägt man schnell nur noch das, was zuvorderst hängt

Sport Ich gehe ins Boxtraining (2) und schwimme gern im Sommer (1)

sie etwas länger sind und ich sie als kurzes Kleid tragen kann

Farbe Ich mag die Farben des Frühlings, und ich mag Frauen, die sich farbenfroh kleiden und einen eigenen Stil haben

Ich trage immer ... Vintage-Klamotten, weil sie eine Geschichte haben und von anderen Frauen getragen wurden. Ich frage mich dann, wie sich die Frauen darin gefühlt haben müssen, ob sie fröhlich, traurig oder verliebt waren. Und bei alten Stücken stelle ich mir immer die Frau vor, die sie bei Kerzenlicht genäht haben muss

Zuletzt gekauft Mein Lieblingsoutfit von Airfield: die Kombi aus schwarzer Hose und passendem Top mit weiten Ärmeln (3)

wissenschaftliche Hintergrund und die Technologien. Und ich folge einigen Magnum-Fotografen, denn ich liebe Fotografie

Letztes Ferienziel Mit meiner Familie aus Dänemark, die uns besucht hat, sind wir in die Berge gefahren und haben die gemeinsame Zeit auf einer Farm genossen. Wir schwammen im Fluss und spielten Badminton

Aktuelles Projekt Ich habe mit meiner Freundin Camilla Staerk die Firma Staerk & Christensen gegründet. Wir entwerfen Kleidung, Schmuck und Interior-Objekte. Ich habe immer gern eingerichtet und dekoriert. Manchmal verschiebe ich in fremden Häusern ungefragt Deko-Objekte an einen besseren Platz

Das würde ich gern können Ich habe keine besonderen Ziele sondern will mich darüber freuen, wie schräg und interessant das Leben ist

Mode

All-Time Favorites Sweatshirts in Übergrösse, besonders wenn

Inspiration

Entdeckung Kinder werden zwar unabhängiger, wenn sie gross sind, sie brauchen dich auf eine gewisse Art aber genauso wie früher. Vielleicht muss man physisch weniger präsent sein, aber sie müssen immer auf einen zählen können

Blogs Ich folge dem Cern (7) auf Instagram. Mich interessieren der



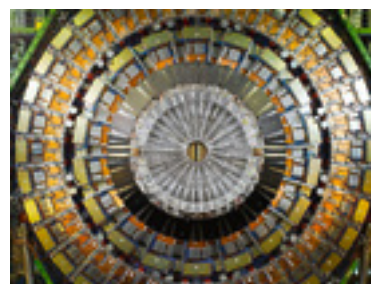
4



5



6



7