

annabelle

Die Frühlingsmode zeigt Haut und Gefühl. Wohnen
Special: Outdoor-Oasen. Was heisst schon dick?

No. 6, 30. April 2021
annabelle.ch
9.80 Fr., 8.90 €



Blütezeit





SEAMASTER AQUA TERRA

Wie ihr Name schon sagt, überschreitet die Aqua Terra viele Grenzen. Als Nachfolgerin einer langen Reihe von Meeresuhren und eigens dazu konstruiert, der omnipräsenten magnetischen Anziehungskraft der Erde standzuhalten, stimmt ihre DNA mit der unserer robustesten Sportchronometer überein – und doch zeichnet sie sich durch die Designsensibilität einer klassischen Uhr aus.

Ob lässig oder elegant, ihre klare Optik entspringt einem symmetrischen Edelstahlgehäuse mit einem Zifferblatt, das vom Teakholz-Deck einer Luxusyacht inspiriert ist.

Doch ihre ausserordentliche Anpassungsfähigkeit reicht noch tiefer. Hinter der Eleganz dieser Aqua Terra steht eines unserer fortschrittlichen Uhrwerke, die einer ganzen Branche neue Qualitätsstandards beschert haben.

Dieser vom Ozean inspirierte Zeitmesser, der auf höchstem Niveau getestet wurde, bewährt sich auch auf festem Boden. Als zertifizierter Master Chronometer kann er dem starken Magnetismus auf unserem Planeten standhalten: Er ist immun gegen Geräte wie Mobiltelefone, Tablets und Laptops, die unterschiedlich starke Magnetfelder erzeugen und so die Leistungsfähigkeit anderer mechanischer Uhren beeinträchtigen können.

Mit ihrer klassischen Optik und ihrer Sportuhr-Technologie ist die Aqua Terra die ultimative Alltagsuhr. Egal, ob Sie sie an Deck oder im Besprechungszimmer tragen: Sie kann Ihnen jederzeit präzise folgen, während Sie durch Ihren Alltag steuern.


OMEGA



AGENTUR HENRIK MAASZ
T. 091 7911008 - INFO@PMOBILE.CH
HÄNDLERNACHWEIS: WWW.MAASZ.CH

SITZSYSTEM **SUNRAY** | DESIGN RODOLFO DORDONI
SESSEL **DAIKI OUTDOOR** | DESIGN MARCIO KOGAN / STUDIO MK27
ENTDECKEN SIE MEHR BEI MINOTTI.COM/OUTDOOR



Minotti
LIFESCAPE

DAS NEUE ARMBAND, DAS UMARMT – EIN TECHNISCHES WUNDER

*Das neue, federnde Gold von Wellendorff schmiegt sich an, umarmt Dich.
Bei jeder Berührung, jeder Bewegung erinnert es Dich an Dein Glück,
Deine Dankbarkeit und Deine Liebe.*

ZUM FILM



Wellendorff



Übergewicht ist was für Koffer

Vor einigen Jahren traf ich die Musikerin Beth Ditto zum Interview. Beth Ditto ist wunderschön. Und fett. Ich darf das sagen, weil die Sängerin mir selbst die Erlaubnis dafür gegeben – ja mich sogar explizit um diese Bezeichnung gebeten hat, nachdem ich sie beschämt als kurvig beschrieben hatte. «Kurvig ist ein Begriff für Strassen!», meinte sie. Das sass. Beth Dittos Mission: die Bezeichnung «fett» von ihrer negativen Konnotation zu befreien und das Wort «übergewichtig» gleich ganz aus unserem Sprachgebrauch zu verbannen. Denn es stimmt schon: «Übergewichtig» suggeriert, dass jemand zu viel ist, also irgendwie falsch – gescheitert. Und bezeichnen wir jemanden als fett, schwingt stets die Vorstellung mit, dass dieser jemand ebenso faul, ungesund und vor allem unglücklich sein muss. Auch ich war mir sicher, bevor ich Ditto traf: Niemand will fett sein. Und alle Dicken kämpfen dafür, schlank zu sein – schaffen es einfach nicht. Und dann sagte mir diese Frau ins Gesicht: Hey, ich bin gesund, glücklich und toll, so dick, wie ich bin. – Ich muss zugeben, ich schämte mich nachhaltig für mein beschränktes Weltbild.

In dieser Ausgabe kommt nun Melodie Michelberger in einem berührenden Essay zum Thema zu

Wort. Jahrzehntlang hat sie ihren Körper als Feind betrachtet. Die Autorin war sogar davon überzeugt, schon immer ein dickes Kind gewesen zu sein – und war fassungslos, als ihr beim Stöbern in alten Familienalben stattdessen ein zufriedenes, normalgewichtiges Mädchen entgegenlachte. Es war der Moment, in dem die heute 45-Jährige merkte, dass ihr Kampf gegen die eigene Unzulänglichkeit von einem völlig verzerrten Körperbild geprägt war. Sie gibt nicht zuletzt unserer Leistungsgesellschaft die Schuld dafür: «Körperfett ist der sichtliche Beweis für Willensschwäche.» Dabei ändert sich das, was als dick oder dünn beziehungsweise richtig oder falsch angesehen wird, ständig. War eben noch der Heroin-Chic von Kate Moss der Dernier Cri, ist es bald schon der runde Kardashian-Po.

Was ein Ende haben muss, sind das ständige Vergleichen und die Idee, dass es den einen richtigen Körper gibt. Kritik an «zu dünnen Hungerhaken» ist damit genauso gemeint. Und der Begriff «Übergewicht»? Der bleibt Koffern vorbehalten.

Herzlich, Jacqueline Krause-Blouin
Chefredaktorin annabelle
jacqueline.krause-blouin@annabelle.ch





A black and white fashion advertisement for GUESS. The image features a woman with dark, wavy hair styled in an updo, looking directly at the camera with a serious expression. She has dramatic eye makeup, including dark eyeliner and mascara. Her right hand is raised, with her fingers resting near her eye. She is wearing a dark, long-sleeved top with a wide, patterned scarf draped around her neck. The scarf features a detailed design of floral motifs, leaves, and a belt-like element. A large, ornate earring is visible on her left ear. The background is a light, textured surface. The GUESS logo is prominently displayed in red at the bottom center of the image.

GUESS



Gleich – und doch nicht

Die 56-jährige Fotografin Caroline Minjolle lebt in Zürich, ihre Zwillingschwester Sophie in Frankreich – trotz der Distanz sind sie eng verbunden. Jedes Mal, wenn sie sich treffen, entstehen Aufnahmen; ein Ausschnitt dieser Bildserie begleitet den Erfahrungsbericht unserer Autorin zum Thema Hochsensibilität.

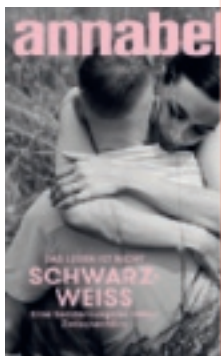
«Anders als du», Seite 22



Leiterlenspiel

Unzählige Male erklimm der Fotograf Daniel Valance bei unserem grossen Duftshooting seine Leiter. Jedes Flacon wurde sorgfältig arrangiert und endlos ausgeleuchtet, damit es einen möglichst optimalen Schatten warf. Dabei bewies Valance einmal mehr seine Geduld und Sorgfalt – und Beinmuskulatur!

«Lichtspiel», Seite 112



Ausgezeichnet

Jetzt steht schwarz auf weiss, was für uns längst klar war: Die vier Covers, die Modechefin Nathalie De Geyter und Fotograf Stian Foss für unsere Schwarz-Weiss-Ausgabe im Sommer 2020 umgesetzt haben, sind Extraklasse. Eine Jury hat sie zu den besten gewählt und ins Fashion Yearbook 2021 aufgenommen – dort befinden wir uns in illustrier Gesellschaft, etwa von «Vogue Italia» oder «How to Spend It».

The Fashion Yearbook 2021.
Callwey-Verlag, München

Impressum

Herausgeberin Medienart annabelle AG, Heinrichstrasse 267, 8005 Zürich
Inhaber Valentin Kälin, Brigit Langhart, Jürg Rykart

REDAKTION

Chefredaktorin Jacqueline Krause-Blouin
Stv. Chefredaktorin Kerstin Hasse (Leitung Online & Events)
Erweiterte Chefredaktion Sven Broder (Leitung Reportagen & Produktion), Barbara Loop (Leitung Lifestyle)
Chefin vom Dienst Evelyn Emmisberger (Redaktion Gourmet)
Art Department Marcella Hasters & Monika Macartney (Co-Leitung), Linda Peter (Layout)
Reportagen Helene Aecherli, Stephanie Hess, Claudia Senn (Kultur), Alica Wenger (Praktikantin)
Lifestyle Mode: Nathalie De Geyter (Leitung), Mariella Ingrassia (Junior Fashion Editor),
Constantin Schweiger (Praktikant)
Beauty: Niklaus Müller (Leitung), Nadine Schmid (Praktikantin)
Lifestyle: Leandra Nef
Bobi Bazooka
Grafikkonzept Ana Martínez (Reportagen), Kathrin Wicki (Lifestyle)
Bildredaktion Michèle Roten
Produktion Denise Alt (Assistenz Chefredaktion)
Sekretariat Marie Hettich, Vanja Kadic
Online Sophie Eggenberger (Junior Manager Marketing & Events)
Events Michela Deandrei (Mailand), Dominique Graf (Korrektorat), Nicole Gutschalk (Wohnen),
Monique Henrich (Event, Schmuck, Uhren), Mathias Heybrock (Film),
Ständige Mitarbeit Connie Hüsser (Wohnen), Marco Kamber (Musik), Alexandra Kruse (Horoskop),
Dietrich Roeschmann (Kunst), Sacha Verna (Buch), David Staniewicz (Paris)

Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos wird die Verantwortung abgelehnt.

VERLAG

Nutzermarkt David Erni (Leitung); Fabio Valli (Junior Product Manager)
Advertising Philipp Mankowski (Managing Director); Adriano Valeri (Director Client Sales),
Yves Heutschi (Director Client Sales), Sascha Müller (Director Agency Sales)
Sales Administration Print Mara Grassi (Director Publishing Innendienst)
Digital Advertising Services Pascale Lerchi (Team Lead)
International Advertising Yulia Strotmann, Tel. 0041 44 248 40 14, yulia.strotmann@goldbach.com
Anzeigen Deutschland Gianni-Massimo Esposito, Tel. 0041 44 248 56 24, massimo.esposito@goldbach.com
Anzeigen Frankreich Christophe Gilly, Tel. 0041 22 322 34 20, christophe.gilly@goldbach.com
Anzeigen UK Regula Holle, Tel. 0041 44 248 58 08, regula.holle@goldbach.com
Anzeigen Italien K.media Srl, Bernard Kedzierski, Tel. 0039 02 29 06 10 94,
bernard.kedzierski@kmedianet.com
Auflage Verbreitete Auflage 2020: 37 314 (beglaubigt);
198 000 Leserinnen und Leser, Reichweite D-CH 4.1 Prozent
(MACH 2020-1)
Technische Herstellung AVD GOLDACH AG, Sulzstrasse 10-12, 9403 Goldach

SERVICE

Redaktion, Verlag, Anzeigen Redaktion: annabelle, Viaduktstrasse 91, Im Viadukt C, 8005 Zürich
Tel. 062 508 79 79, redaktion@annabelle.ch
Verlag: Tel. 062 544 92 92, verlag@annabelle.ch
Anzeigen: Tel. 044 248 42 30, annabelle@goldbach.com
Onlinewerbung: Tel. 044 248 52 71, onlineadvertising@tamedia.ch
Anzeigen Pinboard: Tel. 044 248 42 30, Fax 044 248 56 30,
annabelle@goldbach.com
E-Mail aller Mitarbeitenden: vorname.name@annabelle.ch
Abo-Service Aboservice annabelle, Industriestrasse 37, 3178 Böisingen,
Tel. 031 740 97 79, (Mo-Fr: 8-12, 13.30-17 Uhr), abo@annabelle.ch
Preise Einzelnummer 9.80 Fr.; Abonnemente: 1/2 Jahr 83 Fr., 1 Jahr 149 Fr., 2 Jahre 268 Fr.,
3 Jahre 365 Fr., alle Preise inkl. MwSt.; Deutschland und Österreich:
Einzelnummer 8.90 Euro; Abonnemente Ausland: Preise auf Anfrage
Internet Erscheint 18 x im Jahr
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.

Eine Publikation von
annabelle medienart.

Prickelt anders.



Jetzt geniessen:

Der fruchtig-frische Schaumwein.

100% schweizerisch. Erhältlich bei Denner.



Inhalt

64



Zu dick für diese Welt? Ein Essay und ein Fotoprojekt erkunden das Thema

132



Wir wollen raus! Das Wohnen Special

Die Mode: Zart, fragil, stark



84

- 5 Editorial
- 8 Intern & Impressum
- 12 Bodybuilding
- 14 Now Open
- 32 Journal
- 42 Im Bett
- 44 Der kleine Unterschied
- 50 Kultur
- 130 Meins
- 131 Glückslos Wohnen
- 156 Horoskop
- 160 Pinboard
- 163 Bezugsquellen
- 164 Preisrätsel
- 165 Vorschau
- 166 One of Us

Reportagen

- 22 Hochsensibel Kein Defizit, sondern ein Geschenk, fand unsere Autorin heraus
- 46 Heimsuchung Judith Hermann zeigt sich im neuen Buch «Daheim» erstmals leise politisch
- 56 Kate the Great Hollywood in echt: Interview mit Kate Winslet
- 60 Nimm mich aus! Auch finanziell geschröpft zu werden ist ein Fetisch: Findom
- 64 Im Dickicht Die Autorin Melodie Michelberger über den Kampf gegen ihren Körper

Mode

- 79 Apropos Mode
- 80 Kult Perforiert performt
- 84 Guard Down Die Mode feiert Fragilität
- 98 Im Detail Starke Schultern
- 104 Die Retro-Musen Wir lassen uns inspirieren von Patti, Donna und Twiggy
- 110 Bijoux News

Beauty

- 112 Flüssige Sonne Die neuen Parfums machen Lust auf unbeschwerte Tage
- 118 Ana de Armas Der Shootingstar im Interview
- 122 Beauty News
- 128 Time-out
- 129 Hype Day-Mascara von Kess

Wohnen

- 132 Outdoor Special Die schönsten Stücke für das Leben draussen
- 144 Designerin mit Hippie-Herz Hella Jongerius fordert ein radikales Umdenken

Reisen

- 150 Check-in Südtirol kann auch modern

Cover

Foto: Nadine Ottawa. Model: Helena c/o Lovemanagement. Styling und Produktion: Michèle Boeckmann & Nadine Ottawa. Haare: Nathalie Nobs. Make-up: Nicola Fischer

Bodybuilding



"Mein Körper hat sich meinem Willen zu beugen"

Ntando Cele (40)



Ich bin Schauspielerin und Performerin, mein Körper ist mein Arbeitsinstrument. Er hat sich meinem Willen zu beugen. Aber nach der Geburt meines zweiten Kindes hatte ich Schwierigkeiten, wieder in Form zu kommen. Bis ich ein Ziel vor Augen hatte: die Show «Go Go Othello», in der ich vergangenen September unter anderem als Gogo-Tänzerin auf der Bühne stand. Ich trainierte täglich, um mich wohl zu fühlen in meinem Körper, um an der Stange tanzen zu können. Und ich musste das Verhältnis zu meinem Körper ändern, um das Publikum in sexueller Energie zu ertränken.

Dieses Jahr meiner Transformation war auch das Jahr meines vierzigsten Geburtstags, den ich als Krise empfand. Die Schauspielerei machte mir immer weniger Spass. Ich lebte ein gewöhnliches Familienleben, obwohl ich und mein Partner immer als Kunstschaffende gelebt und gearbeitet hatten. Ich trainierte also auch – und ich trainiere noch immer –, um mich mehr wie ich selber zu fühlen. Was genau das bedeutet, weiss ich noch nicht. Womöglich versuche ich gerade körperlich zu erarbeiten, was meine nächste Lebensphase sein, welche Identität ich einnehmen soll. Bestimmt ist diese Rolle nicht nur stark, sondern auch weiblicher, weicher, etwas, das ich früher mit Schwäche und Ambitionslosigkeit in Verbindung brachte. Je älter ich aber werde, desto sanfter bin ich auch mit mir selber. Viele werden verbittert, wenn Träume platzen, Ehen in die Brüche gehen. Ich aber wünsche mir Anmut und Schönheit, Spass, Stil, Leichtigkeit.

Aufgezeichnet von Barbara Loop
Foto: Sara Merz

Now Open

Basel — Formen der Natur

Das Schweizer Label Baiushki entwirft und fertigt seine handgemachten Schmuckstücke inspiriert von natürlichen Formen. Im neuen Flagshipstore ist man beim Herstellungsprozess hautnah dabei. Nebst Eigenprodukten gibt es hier auch andere Slow Goods wie etwa Lederaccessoires von Leit & Held, Naturkosmetik von Harvest oder Keramik von Laurin Schaub.

Baiushki, Feldbergstrasse 37,
4057 Basel, baiushki.com





Zürich – „The Dolder Grand“ nutzt die Pandemie auf kulinarisch kreative Weise: Die Dolder-Bar wird zum Pop-up-Restaurant umfunktioniert, in dem diverse Chefköche ihre Spezialitäten anbieten. Bis zum 21. Juni ist der mit einem Michelin-Stern ausgezeichnete Yoshizumi Nagaya zu Gast.

Nagaya@The Dolder Grand, Kurhausstrasse 65, 8032 Zürich, Tel. 044 456 60 00, thedoldergrand.com, Reservationen nur für Hotelgäste möglich, Übernachtungspakete samt Reservation werden angeboten



Rapperswil-Jona SG — Guter Stoff

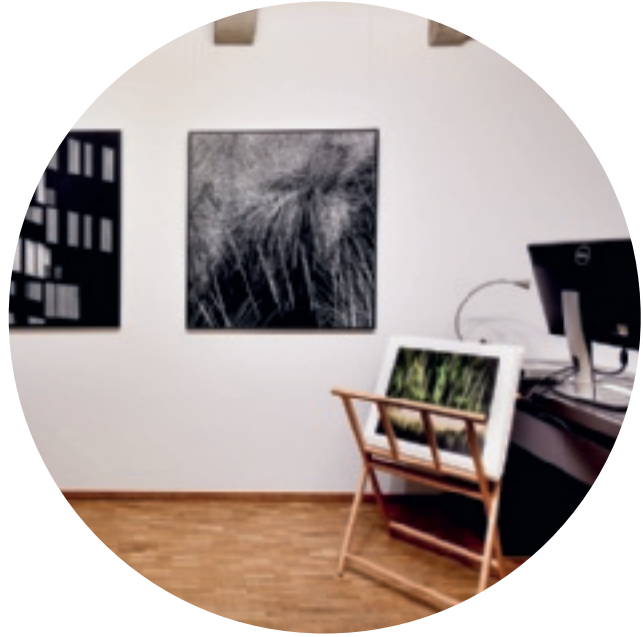
Bunte Stoffe, wilde Muster, aber auch schlichte Farbkombinationen: Wer seiner Wohnung die Vorhänge, Kissenbezüge oder Tischdecken auf den Leib schneiden lassen möchte, ist bei Barré genau richtig. Wer lieber selbst Hand anlegt ebenso: Hier gibts Stoffe etwa von Création Baumann, Svensson oder Designs of the Time.

Barré, Rütistrasse 90, 8645 Rapperswil-Jona, barre.ch

Still Open: Bern — Lichtblicke

«Fotografien müssen gesehen werden», findet der Berner Fotograf Roland Neuhaus und präsentiert in seiner Galerie eigene Aufnahmen sowie Werke anderer Künstler. Ob architektonische Sujets, abstrakte Motive oder ausdrucksvolle Porträts, hier gibt es etwas für jede Wand.

Foto – Art & Galerie, Postgasse 56, 3011 Bern,
rolandneuhaus.ch



Zürich — Hippe
Schlüsselanhänger,
Vasen mit Nasen,
traumhaft bunte
Keramikschaalen –
mit L'Elefantino
schafft Designerin
Barbara Koeberle
Raum für Kunst
und Handwerk.
Das Ladenatelier
ist jeden Samstag
geöffnet.

L'Elefantino, Arbenzstrasse 24, 8008 Zürich,
lelefantino.ch

AGENCY: M.&L. RAMSEYER GMBH MARC RAMSEYER RAMSEYER.MARC@BLUEWIN.CH T +41 79 248 28 45

#MolteniGroup



SOFA OCTAVE— VINCENT VAN DUYSSEN



Zürich — Bewusst chic

Vestibule goes green und beweist im neuen Store, dass sich Modebewusstsein und Nachhaltigkeit nicht ausschliessen. Junge Labels wie Envelope 1976 und Nynne treffen auf bekannte Brands wie etwa &Daughter.

Vestibule, Europaallee 43,
8004 Zürich, vestibule.ch

Online — Kunst für Klein

Nadja Imhof gestaltet personalisierte Kunstwerke für die Kleinsten. Mit pastelligen Acrylfarben und klaren Linien bringt Nadja Lieblingstiere, Einschlaflieder, Namen und Geburtsdatum der jungen Kundinnen und Kunden auf die Leinwand und skandinavische Stimmung ins Kinderzimmer.

Kleinwand.ch



Basel — Egal, wohin die Reise ab dem Bahnhof in Basel geht: Mit einer Pizza "al metro" (am Laufmeter) von Vito gibts zumindest einen Zwischenstopp in Neapel.

Vito, SBB (Passerelle), Güterstrasse 115, 4053 Basel, vito.ch



Der schönste Traum ist jener, den man lebt.

Mit Kreativität und Leidenschaft die eigenen Ideen verwirklichen. Sabrina Cipolla erschafft als Foodstylistin und Private Chef mit höchster Präzision und Liebe zum Produkt wahre Genuss-Kunstwerke. Und lebt täglich ihren kulinarischen Traum. Genau wie den Traum vom Sportwagen.

Drive Your Dream.

Mehr erfahren: porsche.ch/DriveYourDream



PORSCHE



Online – Roh, urban, minimal – das ist Räina. In einer kleinen Traditionsschreinerei im Val Müstair werden Schränke, Tische, Betten und mehr aus Arvenholz gefertigt.

raina.ch



Spreitenbach AG — Nordisch

Seit Jahrzehnten wappnen die Schweden ihre Kinder mit den Kleidern von Polarn o. Pyret für Wind und Wetter. Jetzt gibt es den ersten Monostore des Labels für nachhaltige, hochwertige Kindermode.

Polarn o. Pyret, Shopping-Center Tivoli, Industrie-strasse 158, Spreitenbach 8957, polarnopyret.com

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 professionellen Fotos an:

annabelle, Now Open, Viaduktstr. 91, Im Viadukt C, 8005 Zürich

Die Redaktion übernimmt keine Verantwortung für die eingesandten Unterlagen und behält sich eine Auswahl vor.

Poliform

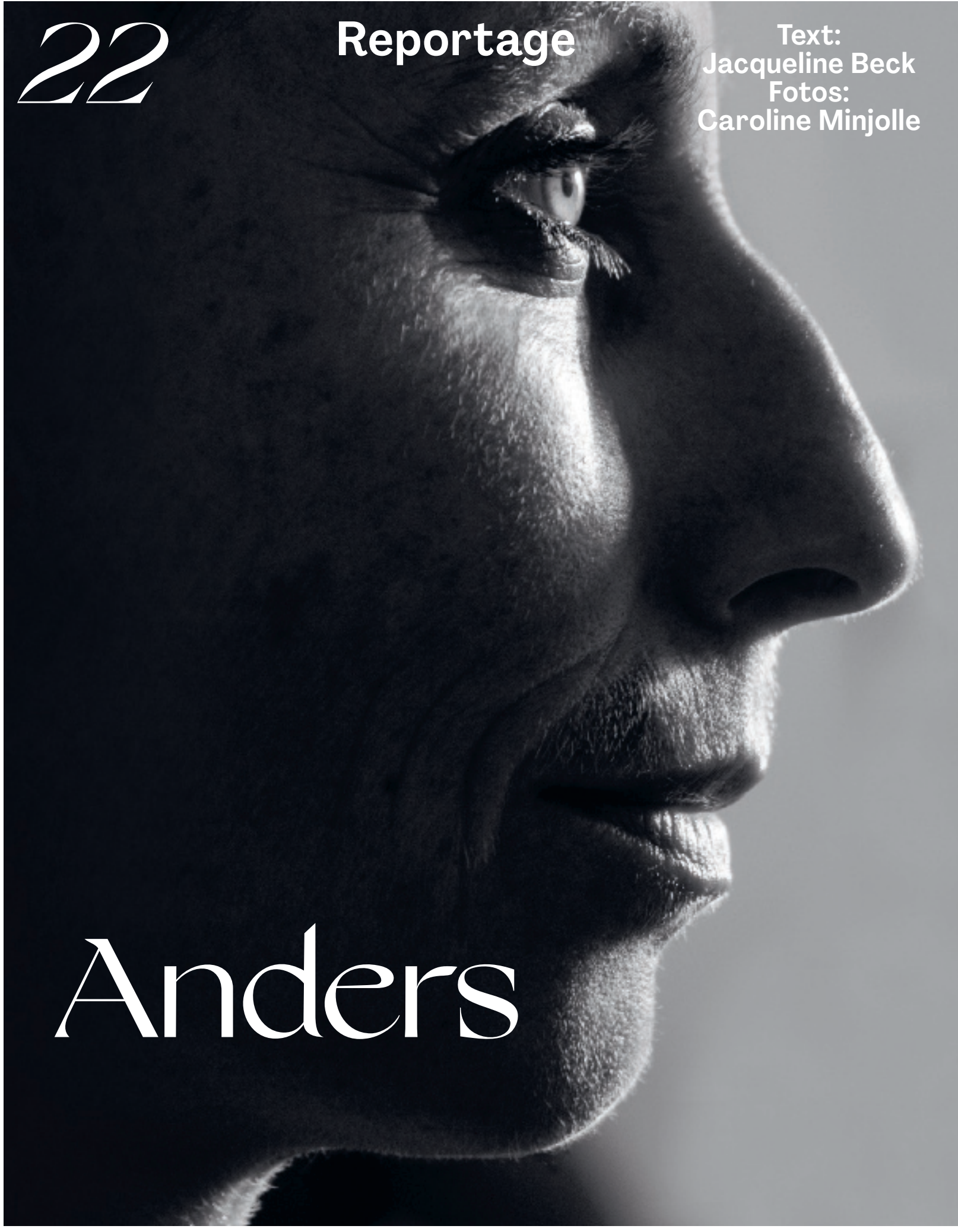


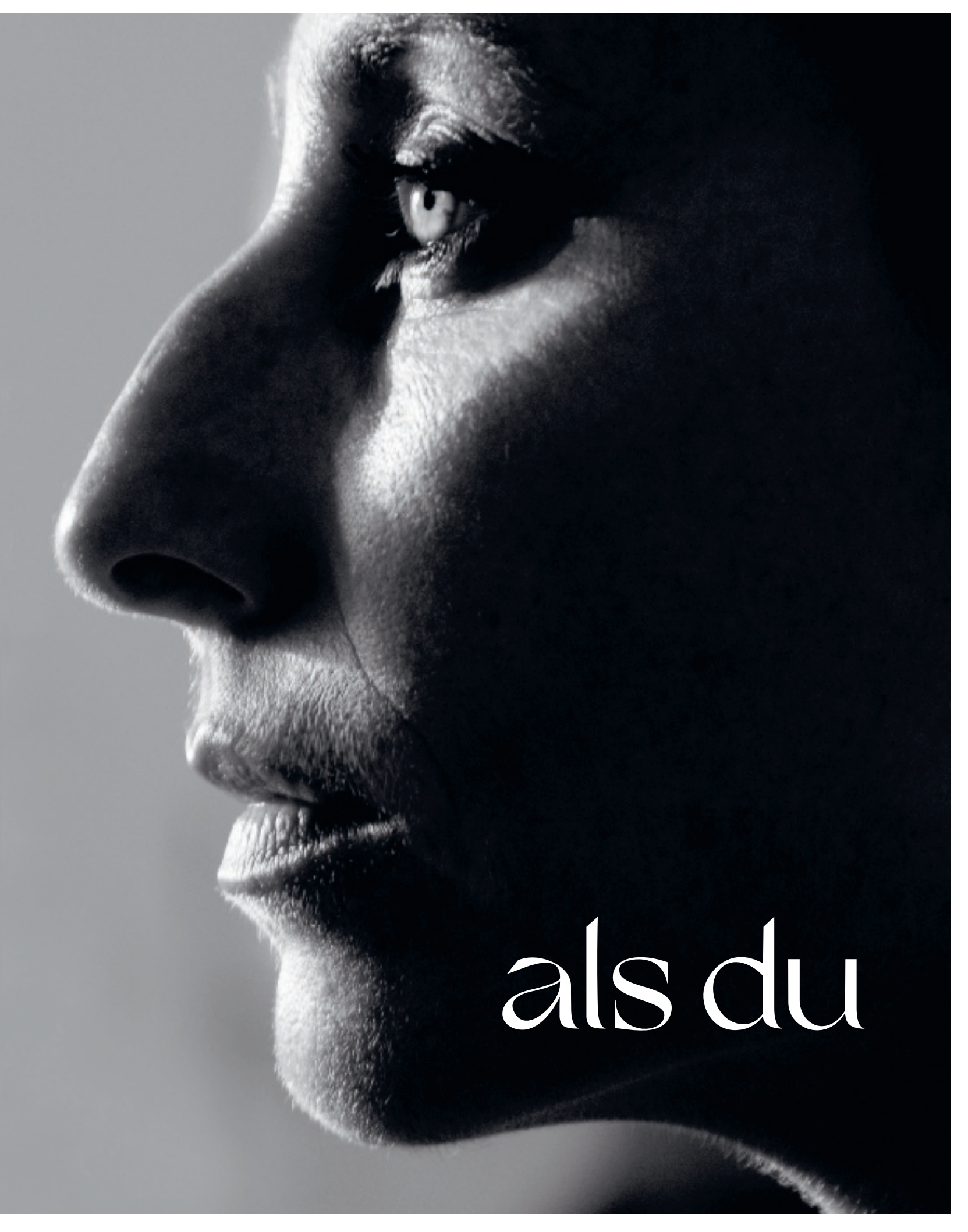
22

Reportage

Text:
Jacqueline Beck
Fotos:
Caroline Minjolle

Anders





als du



Die Fotografin Caroline Minjolle führt weiter, was ihre Eltern angefangen haben: Jedes Mal, wenn sie und ihre Zwillingsschwester Sophie sich treffen, macht sie Aufnahmen. Im Bild sind sie etwa zweijährig

Etwa zwanzig Prozent aller Menschen sind hochsensibel: Sie haben besonders feine Antennen für Stimmungen und Reize. Erst als sie das erfuhr, verstand unsere Autorin, warum sie so anders mit dem Leben umgeht als ihre Schwester.

Meine Schwester ist meine geniale Freundin, und mit genial meine ich: so wunderbar lebensauglich. Ich bin auch genial, aber eher in dem Sinn, dass ich zum Wahnsinn neige – zum Glück ist beides, sowohl die Genialität als auch der Wahnsinn, nicht zum Vollen entfaltet. Der Duden listet zwei Gruppen von Synonymen zu «genial»: Meine Schwester ist ausgezeichnet, grossartig, bombig, einfach klasse. Ich bin einfallsreich, vielleicht auch geistreich, intelligent und pfiffig, aber definitiv zu kopflastig unterwegs. Was die Intuition anbelangt, so vertraue ich auf meine Schwester.

Wir sind gleich aufgewachsen, und doch hatte mein Leben immer eine gewisse Schwere, während sie die Dinge leichter nahm, pragmatisch. Am deutlichsten zeigte sich dies in unseren Liebesbeziehungen: Ich hatte schon immer das Talent, mich kompliziert zu

verlieben, während sie fünfzehn Jahre lang eine Fernbeziehung führte und zu Frieden war dabei. Sie spürte genau, wann der Zeitpunkt gekommen war, sich zu trennen und neu zu starten, während ich um eine grosse Liebe trauerte, jahrelang. Irgendwann hatte meine Schwester genug von meinen Klagen: Es sei Zeit, dass es weitergehe – das Leben ist schön!

Ja, ich fand das Leben auch schön. Ich fand es schön, wenn ich tanzte, mich ein Musikstück tief berührte, wenn ich gute Gespräche führte, Schalk und Charme begegnete, wenn ich schreiben konnte, die Sonne auf der Haut spürte und das Meer vor Augen hatte. Es kam mir vor, als ob meine Empfindungen durch einen Verstärker gingen, im Positiven wie auch im Negativen. Oft fragte ich mich – auch beim Betrachten anderer Geschwister-Paare –, warum manche Menschen

natürlicherweise «robuster» schienen als andere, weniger stark von den Ereignissen des Lebens hin- und hergeworfen. Aber eben auch weniger empfänglich für die Feinheiten, die es so spannend, so reich machten.

Relativ spät erst entdeckte ich, dass es eine wissenschaftliche Erklärung dafür gab: die «Sensory Processing Sensitivity», umgangssprachlich auch «Hochsensibilität» genannt. Sie ist ein Konzept aus der Psychologie und umschreibt eine Temperamenteigenschaft, die gekennzeichnet ist durch besonders feine Antennen für Stimmungen und Reize in der Umgebung, eine hohe Emotionalität und Empathiefähigkeit sowie die vertiefte Verarbeitung von Eindrücken und Informationen.

Darin erkannte ich mich wieder. Ich erinnere mich an einen Disput mit meiner Schwester, als wir zusammen in



Sophie und
Caroline in
Portugal, 1985



C. G. Jung sprach von einer "angeborenen Empfindlichkeit". Schöner finde ich den Begriff "slow to warm up"

Kurzferien waren. Zur Besänftigung der Gemüter beschlossen wir, an den Strand zu gehen. Da sass ich und schaute den Wellen zu, während die Emotionen in mir wogten und das Gesagte noch lang nachhallte. Meine Schwester las derweil ein Buch – sie hatte die Sache längst weggesteckt.

Den Begriff «Sensory Processing Sensitivity» geprägt hat das US-Psychologenpaar Elaine und Arthur Aaron in den 1990er-Jahren. Es hatte ein Instrument zur Selbsteinschätzung für die «Highly Sensitive Person» entwickelt, einen Fragebogen, der später in verschiedenen Studien verifiziert wurde. Man stellte fest, dass 15 bis zwanzig Prozent aller Menschen hochsensibel sind, unabhängig von Geschlecht, Alter oder Nationalität. Doch worin lag der Ursprung dieser erhöhten Sensibilität?

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts hatte der Schweizer Psychiater Carl Gustav Jung bereits von einer «angeborenen Empfindlichkeit» gesprochen. In den 1970er-Jahren stellte der Entwicklungspsychologe Jerome Kagan fest, dass etwa zwanzig Prozent aller Säuglinge und Kinder ein «gehemmtes Verhalten» zeigten. Auf neue Reize reagierten sie mit körperlichen Stresssymptomen, Rückzug und Vorsicht. Schöner finde ich den Begriff «slow to warm up», den die Psychiater Alexander Thomas und Stella Chess in einer Langzeitstudie 15 Prozent der Babies zuordneten. In einem wohlwollenden, vertrauten Umfeld jedoch blühten diese Kinder auf.

Spannende neue Erkenntnisse kamen seit der Jahrhundertwende im Bereich der Neurowissenschaften und der Genetik hinzu. Anhand von Hirnscans konnten Elaine Aron und Kolleginnen und -kollegen zeigen, dass bei hochsensiblen Erwachsenen diejenigen Gehirnregionen stärker aktiviert werden, die mit Bewusstsein, Empathie, der Integration von Informationen und der Planung von Handlungen zu tun haben. Eine jüngst publizierte Studie mit Zwillingen hat ergeben, dass 47 Prozent der Unterschiede in

der Sensibilität von Menschen genetisch bedingt, die anderen 53 Prozent derweil durch äussere Umstände begründet sind.

Der Schweizer Entwicklungspsychologe Michael Pluess ist einer der führenden Sensitivitätsforscher und Mitautor der Zwillingsstudie. Er erklärt: «Unsere Studie lässt auf eine genetische Veranlagung für Hochsensibilität schliessen. Gemäss weiterer Studien beeinflusst aber die Umgebungsqualität, sowohl vor der Geburt als auch in der Kindheit, wie sich die Sensitivität entwickelt.» Die Gene sind dabei wie ein Bauplan für unseren Körper, wobei äussere Umstände mitbestimmen, wie dieser Bauplan umgesetzt wird. Anhand des Vergleichs von eineiigen und zweieiigen Zwillingen kann man abschätzen, wie gross die jeweiligen Anteile an der Ausprägung sind.

So bestimmen Gene zwar nicht direkt unser Verhalten, aber sie haben – zusammen mit der Umgebung – einen Einfluss darauf, wie das zentrale Nervensystem strukturiert ist. Und das wiederum drückt sich in einer höheren oder tieferen Sensitivität aus. Ausgestattet mit einem besonders reaktiven Nervensystem, fühlen Hochsensible schneller eine Reizüberflutung, insbesondere in Situationen, wo viele Menschen sind und ein hoher Lärmpegel herrscht. Gleichzeitig reagieren sie auch besonders stark auf angenehme Reize in der Natur, auf Berührungen, Düfte oder ästhetische Eindrücke.

Die Forschung zu den genetischen und äusseren Faktoren, die Hochsensibilität begünstigen, steht erst am Anfang. Doch gibt es etwa Hinweise darauf, dass pränataler Stress zu einer erhöhten Sensitivität führen kann. Auch fand man heraus, dass Kinder, die in schwierigen sozioökonomischen Verhältnissen aufwachsen, mit einer entsprechenden genetischen Disposition im späteren Leben sensibler – das heisst gestresster oder ängstlicher – auf solche Probleme reagieren. Kinder, die zwar «genetisch sensibel» sind, aber in behüteten Verhältnissen aufwachsen,

reagieren als Erwachsene in schwierigen Situationen resilienter.

Meine Eltern erzählten, ich sei ein fröhliches Kind gewesen, habe wenig geweint und mit meinem Lachen die Umgebung entzückt. In der Schulzeit wurde ich bedrückter, zurückhaltender und zunehmend zur Aussenseiterin – ein Zustand, unter dem ich sehr litt und der sich erst in der Gymizeit wieder legte. Doch da hatte ich mir schon angewöhnt, vom Herz in den Kopf zu schalten, um schmerzhaften Emotionen zu entgehen. «Du hast ein Herz aus Eis», hat mir damals jemand an den Kopf geworfen. Das Eis begann erst Jahre später zu schmelzen, als ich irgendwann zu erschöpft geworden war.

Michael Pluess, der an der Queen Mary University of London tätig ist, sagt: «Als Kind ist man äusseren Einflüssen mehr oder weniger schutzlos ausgeliefert. Man sieht, wie andere Kinder ticken, und versucht, es ihnen gleichzutun, sich nach den Normen zu richten. Je mehr man sich aber davon distanzieren und herausfinden kann, was für einen selber wichtig ist, desto eher findet man eine Lebensweise, die zur eigenen Persönlichkeit passt.» Es sei deshalb zentral, dass gerade Erziehungs- und Lehrpersonen über die Temperamenteigenschaft Bescheid wüssten – so könnten Kinder lernen, adäquat mit ihren Empfindungen umzugehen. Wichtig dabei zu wissen: Hochsensibilität ist keine Störung, die es zu kurieren gilt.

Pluess hat zusammen mit dem Entwicklungspsychologen Jay Belsky gezeigt, dass sensible Kinder nicht nur besonders stark auf negative Erfahrungen reagieren, sondern in besonderem

Masse auch von positiven Faktoren profitieren: «Wenn sensitive Kinder in unterstützenden Familien aufwachsen, in denen die Eltern klare Grenzen setzen, aber auch emotional verfügbar sind, haben sie nicht nur weniger Probleme als andere Kinder, sondern sie entwickeln auch besonders ausgeprägte soziale Kompetenzen.»

Anschaulich erklärt diese sogenannte Environmental Sensitivity ein Vergleich mit der Natur – Wissenschaftler haben dafür die Löwenzahn-Orchideen-Metapher geprägt: Während Löwenzähne in nahezu jeder Umgebung gedeihen, entfalten Orchideen ihre Schönheit bei sie nährenden Bedingungen – unter negativen Einflüssen gehen sie ein. Und wie bei Blumen ist es auch bei Menschen: Nicht umsonst hat die Natur Diversität vorgesehen. Das Überleben einer Spezies oder auch eines ganzen Ökosystems gelingt, wenn es Pflanzen, Tiere und Menschen gibt, die mit unterschiedlichen Fähigkeiten ausgestattet sind.

Vom Moment an, als ich akzeptierte, dass ich mehr Ruhe und Zeit für mich brauche als andere – im Gegensatz auch zu meiner Schwester, die ständig auf Achse war – ging es mir besser. Ich begann, mein Leben mehr nach den Dingen auszurichten, die mir guttaten, und weniger nach den Erwartungen der andern. «Das ist doch nicht so schlimm!», «Stell dich doch nicht so an!», «Sei doch nicht so empfindlich!» hatte ich zur Genüge gehört. In der «FAZ» las ich einen Text der polnischen Literatur-Nobelpreisträgerin Olga Tokarczuk. Sie beschrieb haargenau mein Lebensgefühl in den Tagen, als die Welt innehielt, gelähmt

von der Angst vor einem Virus: «Ich hatte schon seit Längerem zu viel Welt um mich herum. Zu viel, zu schnell, zu laut. So hat meine Introversion, die lang unter dem Diktat hyperaktiver Extrovertiertheit gelitten hatte, ja fast erstickt worden war, den Staub abgeschüttelt und ist aus dem Keller hervorgekommen.» Auch ich wollte nicht mehr Schritt halten.

Wenn man der Empfindsamkeit erst einmal den Raum gibt, den sie braucht, entpuppt sie sich als wunderbares Geschenk. Hochsensible Menschen sind kreativ, sie denken assoziativ und vernetzt und finden daher oft unerwartete Lösungen. Sie haben einen besonderen Sinn für Ästhetik, sind gute Zuhörerinnen und Beobachter und stellen andere Fragen: nicht von ungefähr sind hochsensible Menschen oft in künstlerischen und sozialen Berufen anzutreffen. Sie schaffen Neues und bringen Dinge zum Vorschein, die ohne sie im Verborgenen blieben.

Meine Schwester sagt, die Beziehung zu einer hochsensiblen Person habe für sie eine besondere Qualität, weil sie sich nur wenigen Menschen gegenüber wirklich öffnen könne. Da Hochsensible einfühlsam und reflektiert sind, entsteht oft eine besondere zwischenmenschliche Nähe. Studien verweisen darauf, dass sensible Menschen das Wohlbefinden und die Kooperationsbereitschaft in Gruppen erhöhen. Das zeichnet sie als Teamplayer im Beruflichen wie im Privaten aus, ebenso als Führungskräfte und Coaches.

Auch meine Schwester ist kein Löwenzahn. Sie ist durchaus empfindsam und empathisch, aber mit weniger stark ausschlagendem Pendel. Sie ist

"Ich hatte schon seit Längerem zu viel Welt um mich herum. Zu viel, zu schnell, zu laut"

Olga Tokarczuk, polnische Literatur-Nobelpreisträgerin



Im Ferienhaus in Labatut, Südfrankreich: Caroline und Sophie mit etwa zehn Jahren

eingemittet, ganz so, wie es der Test auf der von Pluess und Kollegen entwickelten Plattform *sensitivityresearch.com* ergab. In jüngerer Zeit ist die Psychologie nämlich dazu übergegangen, Persönlichkeitseigenschaften als ein Spektrum zu sehen: Sensitivität zeigt sich auf einer Skala, in deren mittlerem Bereich rund vierzig Prozent der Individuen zu verorten sind. Für sie wurde die Tulpe als Metapher gewählt.

Was ich an meiner Schwester stets bewunderte, war, dass ihr Kopf und Herz im Einklang stehen. Sie vertraut auf ihre Intuition – während ich oft zaudere und grübele. Geniale Freundinnen wie meine Schwester, deren Wesensart mir so guttut, sind laut Pluess vital: «Sensitive Menschen haben die Tendenz, sich in einem Gefühls- oder Gedankenkarussell zu verlieren. Bezugspersonen mit einem positiven Outlook, die sich nicht so schnell überwältigen lassen, können dabei helfen, dass dies weniger passiert oder dass andere Perspektiven zum Zug kommen. So merken sie vielleicht: Aha, ich muss mich nicht über Stunden hinweg mit einem Thema beschäftigen, sondern kann es auch einfach mal stehen lassen so, wie das andere tun.»

Hochsensible Menschen profitieren zudem stark von «Interventionen», die ihrem inneren Gleichgewicht gut tun: Achtsamkeitsübungen, Meditationen, Waldspaziergänge, psychologische Beratung. Bestimmte Betätigungen lösen die Ausschüttung von chemischen Botenstoffen aus, und diese sind daran beteiligt, dass neue Verbindungen zwischen Nervenzellen entstehen. Dank dieser Formbarkeit ist der Mensch lernfähig: Je nachdem, wie das Gehirn genutzt und trainiert wird, verändert es sich im Lauf der Zeit. In einem hochsensiblen Hirn führen positive Stimuli zu einer stärkeren Aktivierung des Belohnungssystems. So lernen wir und so bilden wir neue Muster aus, wie wir Dinge wahrnehmen und auf Ereignisse reagieren. Wer frühzeitig lernt, sich

abzugrenzen, Auszeiten zu schaffen und Kraft zu tanken, läuft weniger Gefahr, in Depressionen, Angststörungen oder Alkoholismus zu verfallen – alles Krankheitsbilder, die bei hochsensiblen Personen besonders häufig vorkommen. Doch die Seiten der Hochsensibilität, mit denen wir uns schwertun, haben auch etwas mit den gesellschaftlichen Werten und Normen zu tun: «Die meisten Patienten, die bei mir um eine Therapie nachsuchen, sind darüber erschüttert, dass sie erschüttert sind, wenn ihnen etwas widerfährt», schrieb der Psychoanalytiker Daniel Strassberg in der «Republik». Er brachte dies mit einem herrschenden Ideal von emotionaler Unberührbarkeit in Verbindung.

Diese ist ein Machtfaktor: Auf dem Weg nach oben sind emotionale Selbstbeherrschung, Durchsetzungsvermögen und Strahlkraft gefragt. Doch der Wettbewerbsdruck führt auch zu einer Verrohung, übermässigem Stress, Angst und Egoismus – und letztlich zu einer Entsolidarisierung und Entpolitisierung der Gesellschaft.

Wir leben nach einer Definition von Erfolg, in der viele Menschen sich selbst und den Draht zu ihrer Umwelt verlieren. In einem BBC-Beitrag sagte eine Arbeitskultur-Expertin: «Du siehst den Schaden, der angerichtet wird, bei Hochsensiblen sehr genau, aber das heisst nicht, dass er nicht alle anderen auch betrifft. Es dauert nur länger, bis er sichtbar wird.»

Man könnte die hochsensiblen Menschen vielleicht mit Seismografen vergleichen: Sie spüren Dinge, bevor es andere tun. Nutzen sie diese Stärke, können sie ihre Umgebung mit Beobachtungen, Gedanken und Ideen konfrontieren, die allen zugutekommen. Und wie bei Seismografen ist es auch bei Freundschaften: Damit sie funktionieren, braucht es Bestandteile, die (aus)halten, ausschlagen und aufnehmen. Im Grunde genommen ein geniales Gespann.

Wir leben
nach einer
Definition
von Erfolg,
in der viele
Menschen
sich selbst
verlieren

Journal



Woman at Work

Susana Awal Gol,
Basketball-Trainerin,
Südsudan

Sie sind die erste Basketball-Trainerin Ihres Landes. Was ist Ihre Motivation?

Ich will ein Licht für talentierte Jugendliche sein, indem ich ihnen helfe, ihre eigenen Träume zu verwirklichen. Es war eine grosse Herausforderung, Basketball-Trainerin zu werden. Aber ich habe es geschafft. Egal, wo ich heute hingehe, die Leute nennen mich Coach – oder «Blessed Queen», gesegnete Königin.

Was wären Sie, wenn Sie keine Trainerin geworden wären?

Vermutlich Lehrerin. Ich berate und helfe gern. Und ich möchte, dass alle glücklich sind und ein Lächeln auf den Lippen haben.

Was erwarten Sie vom Job?

Ich will, dass mein Team gewinnt. Und damit meine ich nicht nur Pokale, sondern auch gewinnbringende Beziehungen. Unsere Spieler sollen sich als Team fühlen, als Teil einer Gemeinschaft. Sie sollen Friedensbotschafter sein. Unser Land muss heilen.

Was haben Sie mit Ihrem ersten Lohn gemacht?

Ich habe ihn mit meiner Familie, meinen Freunden und mit meinen Spielern geteilt.

Susana Awal Gol (28) lebt in der Hauptstadt Juba im Südsudan und ist Assistenztrainerin des Nimra-Talata-Basketball-Teams. Zum Training benötigt sie mit dem Motorrad-Taxi etwa zehn Minuten. Sie ist Single, wohnt bei einer Freundin und arbeitet zwanzig Stunden pro Woche. Sie verdient monatlich umgerechnet rund hundert Franken

Plüss' Punkte

Fragt man Kino-
besucher "Wie kurz
war der Film?" statt
"Wie lang war der
Film?", so verkürzt
sich die geschätzte
Dauer im Schnitt um
eine halbe Stunde.

Fischadler packen
für gewöhnlich Fische
knapp unter der
Wasseroberfläche
und fliegen damit
davon. Manchmal
läuft aber umgekehrt:
Ist die Beute zu
schwer und löst der
Vogel seine Krallen
nicht rechtzeitig, so
kann der Fisch
den Adler unter
Wasser ziehen, wo
dieser ertrinkt.



Statt "sich in die Höhle des Löwen begeben" sagt man auf Tschechisch "mit nacktem Fuss eine Schlange streicheln" ("hladit hada bosou nohou").

In der Schweiz sind nur zwanzig Prozent der Menschen über fünfzig multimorbid – das ist Europarekord! Multimorbid bedeutet: zwei oder mehr chronische Krankheiten gleichzeitig, etwa Bluthochdruck und Diabetes. In Deutschland ist der Wert fast doppelt so hoch.

Mathias Plüss ist Wissenschaftsjournalist und «Sammler von unnützem Wissen». In der Kolumne «Plüss' Punkte» erklärt er, wie die Welt eben auch noch tickt. Er freut sich über jede Anregung: mathias.pluess@bluewin.ch



Birthday

Anna Müller* (30) über die Geburten von Jesaja (3) und Zipora (8 Monate):

«Wir waren gerade beim Znacht in der grossen WG, in der mein Mann und ich leben, als ich merkte, dass etwas anders ist. Ich hatte bereits 12 Tage übertragen. Dann platzte die Fruchtblase, um Mitternacht fuhren wir ins Geburtshaus. Es schneite. Während der Geburt wusste ich dann intuitiv, was ich brauchte: aus der Badewanne, in die Hocke, mich am Seil halten, das von der Decke hing. Es lief wie am Schnürli, das überraschte mich. Ich erinnere mich an die Wehenpausen, in denen ich zu meinem Mann sagte: «Ich weiss gar nicht, warum ich so schreie, es geht mir gut.» Dann begann ich wieder zu schreien. Morgens um 6 Uhr war Jesaja da. Auch meine Tochter Zipora wollte ich in diesem Geburtshaus gebären, eigentlich. An einem Freitagmorgen merkte ich, dass sich Wehen ankündigen. Am Mittag rief ich meinen Mann an. Um 13.55 Uhr war er da. Als er mit den Koffern zum Auto lief, kam das Fruchtwasser auf einen Chlapf, ich merkte: Ich kann nirgends mehr hin. Unter Anweisungen der Hebamme am Handy kam unsere Tochter in unserem Badezimmer um 14.20 Uhr zur Welt.»

* Name geändert

In dieser Rubrik erzählen Frauen aus der Schweiz von der Geburt ihrer Kinder



THE BODY SHOP

NEU

AVOCADO

BODY BUTTER



Hergestellt mit nachhaltigem und pflegendem Avocadoöl.
Mehr Informationen in unseren Filialen oder unter thebodyshop.ch



Die Feministin Nika Vodvud

Sie hat lange Achselhaare, mal einen neonpinken, mal einen neongrünen Vokuhila und hält von Beinrasuren und Make-up genauso wenig wie von Hasskommentaren auf Social Media. Mit ihrem Look erfüllt Nika Vodvud vordergründig so manches «Emanzen»-Klischee. Dabei findet die junge Moskauerin selbst, dass frau durchaus auch mit rotem Kussmund und im Blümchenkleid eine Feministin sein kann. Auf Instagram und Youtube gewährt die 27-jährige Aktivistin unter dem Namen «Nixelpixel» Einblick in ihr Privatleben. Und sie spricht dort offen über Sexismus, Homophobie, Masturbation und Menstruation. Sich selbst versteht die Russin als intersektionale Feministin – also als Feministin, die sich gegen alle möglichen Formen der

Diskriminierung einsetzt. Das Besondere? Frauen wie Nika Vodvud sind in der russischen Öffentlichkeit nach wie vor so rar und umstritten wie die Themen, die sie anspricht.

In ihren Videoclips, die mal wenige Minuten, mal fast eine Stunde dauern, konzentriert sich Nika Vodvud darauf, die Inhalte so leicht verständlich und unterhaltsam wie möglich rüberzubringen. Damit macht die talentierte Illustratorin komplexe Themen auch für sehr junge Zuschauerinnen zugänglich. Das Konzept scheint jedenfalls aufzugehen; es bescherte ihr insgesamt schon über 45 Millionen Video-Views. Renommiertere Medien wie zum Beispiel die «New York Times» feiern Vodvud bereits als eine der bedeutendsten Feministinnen Russlands. Die Kehrseite

davon: Wegen ständiger Anfeindungen und Morddrohungen ist ein ständiger Wohnungswechsel für die Vloggerin zur Routine geworden. Denn was in der westlichen Welt mittlerweile fast schon zum täglichen Tischgespräch gehört, weckt bei Mütterchen Russland noch immer viel Hass.

Nika Vodvuds selbsterklärtes Ziel: den Feminismus in Russland als etwas Positives zu vermitteln. Gleichzeitig lehnt sie sich so beharrlich, wie es Feministinnen nun mal oft sein müssen, gegen ein veraltetes Wertesystem auf. Eines, das gleichgeschlechtlichen Paaren das öffentliche Händchenhalten verbietet. Und eines, das Weiblichkeit immer noch durch lange Haare, Hausfrauen-Skills und die Abhängigkeit vom Mann definiert. Alica Wenger

Coronavirus

**SO SCHÜTZEN
WIR UNS.**

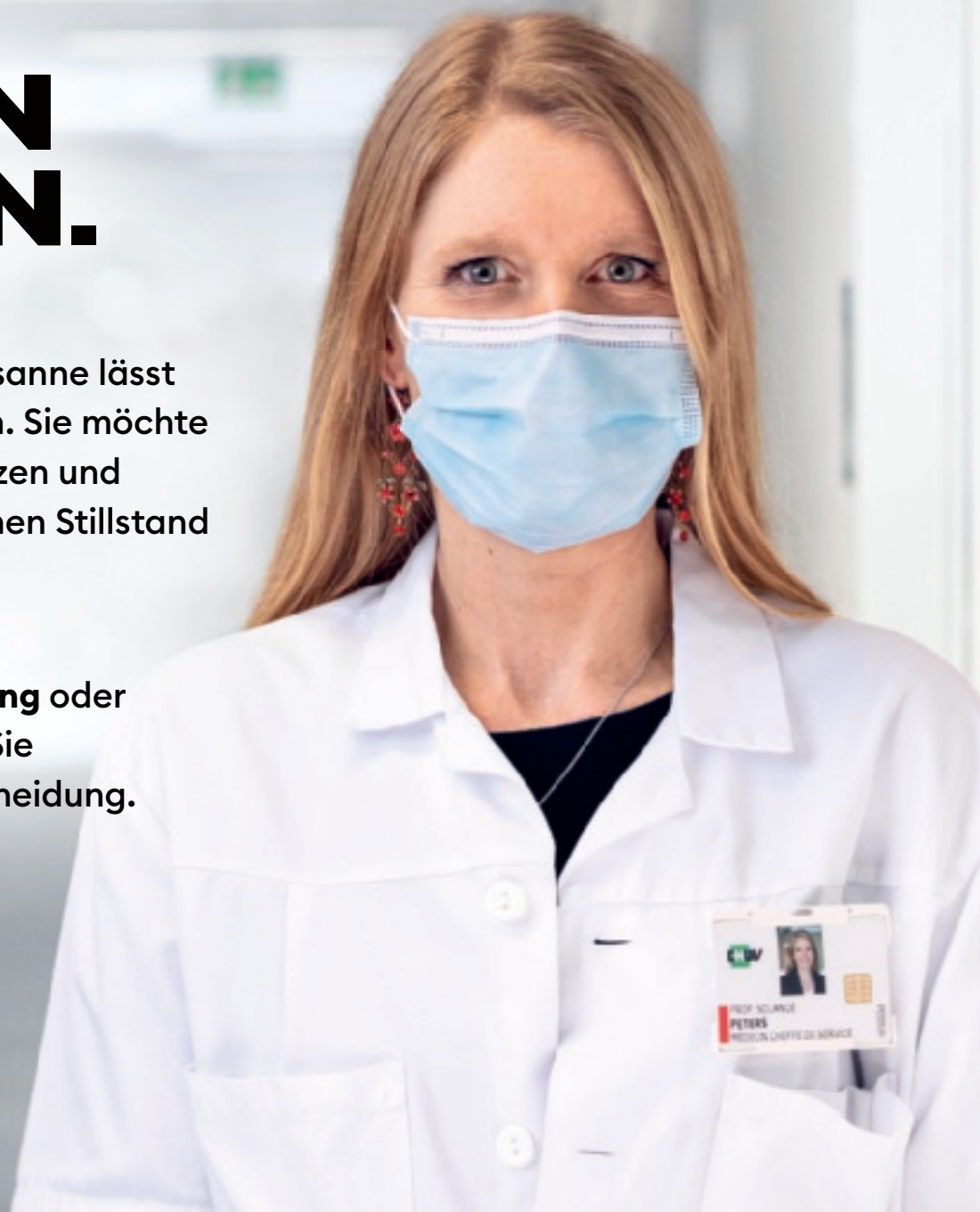


ICH WERDE MICH IMPFFEN LASSEN.

Prof. Solange Peters

vom Universitätsspital Lausanne lässt sich gegen Covid-19 impfen. Sie möchte so die Risikogruppen schützen und helfen, den gesellschaftlichen Stillstand zu beenden.

Informieren Sie sich unter **bag-coronavirus.ch/impfung** oder **058 377 88 92** und treffen Sie Ihre persönliche Impfentscheidung.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP

Diese Informationskampagne wird unterstützt durch folgende Organisationen:



VKS /
AMCS



pharmaSuisse



mfe

pädatrie
schweiz

SGAIM SSMIG SSGIM



Bau-Booom!

China verbaut in drei Jahren mehr Zement als die USA im ganzen 20. Jahrhundert, nämlich rund 6.5 Milliarden Tonnen (Bild: Hongkong). Diese Statistik ist umso erstaunlicher, wenn man sich vor Augen hält, dass das letzte Jahrhundert die Zeit der grossen Expansion in den USA war, in der fast alle Strassen und Brücken gebaut wurden, ebenso der Hoover-Damm und viele der höchsten Wolkenkratzer der Welt.

Die Expertin

Gut beraten

Stellen Sie sich vor, Ihr Ersparnis liegt seit Jahren nur auf dem Konto. Ihnen wird bewusst, dass Ihr Geld mit der aktuellen Tiefzinspolitik eher ab- als zunimmt, deshalb treffen Sie sich noch gleichentags mit Ihrem Bankberater. Abends erzählen Sie Ihren Freundinnen stolz von Ihrem Anlage-Entscheid. Ihr Angespertes wird ab sofort dank einem nachhaltigen Aktienfonds für Sie arbeiten. Ihre Freundinnen sind neugierig und fragen nach: Wie funktioniert so ein Fonds? Fallen dafür Gebühren an? Woran erkennt man eine nachhaltige Aktie? Sie kramen die Anlagedokumentation aus Ihrer Handtasche hervor und versuchen die Fragen zu beantworten. Ohne Erfolg. Mist!

Zuhause studieren Sie das Dossier und merken: Ihr Fonds wird aktiv von einem Investment-Team gemanagt und

frisst jährlich 2.8 Prozent Gebühren. Ihre Anlage muss somit eine Rendite von fast 3 Prozent erzielen, damit Ihr Geld nicht an Wert verliert. Sie bemerken zudem, dass rund 30 Prozent Ihres Anlagevermögens in Firmen fließt, die im Erdöl- und Waffengeschäft tätig sind. Von Nachhaltigkeit keine Spur.

Szenarien wie dieses gehören eher zur Regel als zur Ausnahme. Nehmen Sie deshalb folgende Fragen zum Gespräch mit dem Bankberater mit:

1. Fragen Sie nach passiven Anlageprodukten wie Exchange Traded Funds (ETFs). Damit stellen Sie sicher, dass die jährliche Gebühr Ihres Anlagevehikels unter 1 Prozent bleibt. Bereiten Sie sich vor, Ihr Bankberater wird nicht erfreut sein über die Frage nach passiven Produkten, da die Banken mit aktiven Fonds einiges mehr verdienen.

2. Verlangen Sie eine Gesamtkostenaufstellung, dazu gehören die Preise für die Kontoführung wie auch Zusatzkosten für ein Depot und die Transaktionskosten. Leider ist in puncto Geldanlage die Hausbank meist die teuerste Lösung. Behalten Sie dort Ihr Hausbankkonto, aber wickeln Sie Ihre Anlagestrategie über einen Onlinebroker ab, damit sparen Sie schnell Hunderte von Franken pro Jahr.

3. Fragen Sie, ob das vorgeschlagene Produkt eine Zertifizierung hat. Nachhaltig ausgerichtete ETFs tragen Zusätze wie «ESG» (Environmental Social Governance) oder «SRI» (Socially Responsible Investing).

Bleibt nach dem Gespräch trotzdem ein ungutes Gefühl zurück, trauen Sie sich, Ihre Anlage gegebenenfalls selbst in die Hand zu nehmen.



Für Corinne Brecher (30) ist die finanzielle Bildung ein Herzensprojekt. In jeder zweiten Ausgabe berichtet die unabhängige Betriebswirtschafterin und Mentorin aus der Welt der Finanzen

Müde? Gestresst? Erschöpft?

Vitango® unterstützt Sie bei geistigen und körperlichen Symptomen von Überarbeitung und Stress.

- Für mehr Gelassenheit und Energie
- Bei Erschöpfung, Müdigkeit und Reizbarkeit
- 2x täglich 1 Tablette

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel. Lesen Sie die Packungsbeilage.





Süsse Aggression:
Babies können
merkwürdige
Emotionen wecken

Zum Reinbeissen

Ein niedliches Äusseres soll vor allem eines: Das Überleben sichern. Doch manche Geschöpfe sind derart zum Knuddeln, dass es schon fast aggressiv macht.

Kennen Sie das? Sie halten ein schnurrendes Kätzchen oder knuddeln ein süsses Baby – und vor lauter Entzücken verspüren Sie plötzlich das Verlangen, das schnucklige Wesen ganz fest zu drücken oder ihm ins Ohrchen zu beissen. Falls Sie diesen Drang häufig verspüren, könnten sie an «Dimorphous Expressions of Positive Emotion» leiden, auch bekannt als «cute aggression» – niedliche Aggression. Das Phänomen ist zwar bislang weitgehend unerforscht, bekannt ist aber immerhin: Was im ersten Moment beängstigen mag, ist keineswegs Ausdruck irgendwelcher Gewaltfantasien.

Als bisher einzige Wissenschaftlerin hat Katherine Stavropoulos, Psychologin an der University of California Riverside, den neurologischen Hintergrund dieser «cute aggression» untersucht. Sie legte während eines Experiments 54 Probandinnen und Probanden Bilder von herzigen und weniger herzigen Wesen vor und mass deren Hirnaktivität. «Auch wenn wir nicht genau wissen, was beim Betrachten von niedlichen Tieren und Babies im Gehirn vorgeht, so zeigt sich doch, dass diese ungewöhnliche Art der Aggression eng mit dem Belohnungs- und Emotionssystem verknüpft ist», sagt Stavropoulos. Folglich lasse sich dieses Phänomen durch einen

Überschuss an Emotionen und Belohnungsimpulsen erklären. Dies führe dazu, dass positive Empfindungen in ein aggressives Verhalten umgewandelt werden.

Als Erklärung kommen evolutionsbiologisch mehrere Theorien infrage, so die Psychologin. «Niedliche Aggressionen» könnten als Ventil dienen, um von Emotionen überwältigte Menschen vor Ohnmacht zu bewahren und damit die Versorgung des Nachwuchses sicherzustellen. Sie wären also eine Art Korrekturprogramm, das sicherstellt, dass das süsse Kindchenschema das erfüllt, was es eigentlich erfüllen sollte: nämlich die Förderung des elterlichen Fürsorgeverhaltens. Eine weitere Hypothese lautet, dass «cute aggression» uns an unsere physische Überlegenheit gegenüber kleinen, fragilen Wesen erinnern und uns zu einem sorgfältigen Umgang mit ihnen sensibilisieren soll.

Doch wie dem auch sei: Selbst wenn wir noch so ergriffen sind, schaffen wir es dennoch meist problemlos, unsere Aggressionen zu beherrschen. Nicht so wie Lennie, die tragische Figur in John Steinbecks Novelle «Von Menschen und Mäusen»: Er erdrückte in Anfällen von Zärtlichkeit nicht nur Tiere, sondern auch eine Frau – was letztlich auch ihn das Leben kostete.

Alica Wenger

Journal

An diesen sechs Orten wirds gefährlich

1 Die gefährlichste Stadt der Schweiz: Basel. 109 Straftaten pro 1000 Einwohner und Jahr, aber in der ganzen Stadt nur 1 Tötungsdelikt.

2 Die gefährlichste Stadt Europas: Tirana, Albanien. 6.7 Tötungsdelikte pro 100 000 Einwohner.

3 Die gefährlichste Stadt der Welt: Tijuana, Mexiko. 138.2 Tötungsdelikte pro 100 000 Einwohner.

4 Der gefährlichste Berg der Welt: das Matterhorn. Seit der Erstbesteigung 1865 sind über 500 Alpinisten ums Leben gekommen – so viel wie an keinem anderen Berg.

5 Der gefährlichste Schulweg der Welt: Die Kinder des Bauerndorfs Atuler im Südwesten Chinas müssen eine senkrechte Steilwand von 800 Metern hinabklettern, um zur Schule zu gelangen.

6 Der gefährlichste Vulkan der Welt: der Vesuv. Allein in der besonders gefährlichen «Roten Zone» leben über 600 000 Menschen, die bei einem Ausbruch ums Leben kommen könnten.

Quellen: Bundesamt für Statistik, Statistisches Jahrbuch des Kantons Basel-Stadt 2020, internationale Kriminalstatistiken, «Tages-Anzeiger», Bergwelt.me, focus.de



«Als Winzer unterstütze ich die Trinkwasserinitiative, weil ich täglich erlebe, wie man Trauben ohne Pestizide erfolgreich produzieren kann.»

Roland Lenz, Bio-Winzer

**Initiative für
sauberes Trinkwasser JA**

annabelle im Bett

Er liebt mich, er
liebt mich nicht:
Hoffentlich
keine Frage der
Intimfrisur



Glatte Wahrheit: Die sechs beliebtesten Intim-Rasuren

1

Brazilian Hollywood
Cut: alles weg! Die intime
Vollrasur ist mit Abstand
die beliebteste Frisur.

3

Brazilian Triangle:
das Dreieck. Was hier
stehen gelassen wird, ist
ein geometrisches Alibi.

5

Bikini: klassisch!
Gewaxt wird in diesem Fall
nur das Allernötigste,
nämlich die Leistengegend.

2

Brazilian Landing
Strip: die Landebahn.
Ausgespart wird nur ein
schmaler Streifen.

4

Herz: Hier ist die
Frisur eine Botschaft.
Beliebt vor Weihnachten
und dem Valentinstag.

6

Brazilian Tanga:
Das Fleckchen Schamhaar
richtet sich ganz nach
der Grösse des Höschens.

"Der Sex darf dreckig sein, aber die Absicht und das Gewissen müssen sauber bleiben"

Erika Lust, schwedische Produzentin von feministischen Pornofilmen

71%

der Frauen erreichen beim Paarsex einen Orgasmus, während es bei den Männern über 90 Prozent sind. So etwas wie ein «weibliches Defizit» ist jedoch eher nicht die Ursache für diesen Unterschied, denn 91 Prozent der Frauen kommen sehr wohl – wenn sie sich selbst befriedigen

Bla-, Bla-, Blasenentzündung

Die Blasenentzündung ist eine der Krankheiten, die Klugscheisserkommentare anziehen wie das Licht die Motten: «Warst mal wieder zu luftig untenrum angezogen» verweist etwa auf den weitverbreiteten Irrglauben, Blasenentzündungen hängen einzig und allein mit Verkühlung zusammen. «Heisst ja nicht umsonst auch Hurenkrankheit ...» dagegen spielt auf die bakterielle Harnwegserkrankung als Folge von Geschlechtsverkehr an. Wobei hier allerdings tatsächlich ein Zusammenhang besteht – unverschämt ist die Bemerkung dennoch.

Frauen sind achtmal häufiger als Männer von einer solchen Infektion betroffen, was schlichtweg an der unterschiedlichen Anatomie liegt: Die weibliche Harnröhre ist kürzer (Frauen vier Zentimeter, Männer zwanzig Zentimeter) und endet vergleichsweise ungeschützt in der Vulva. Das Ergebnis: Bakterien dringen viel leichter ein. Zudem ist die nahe Nachbarschaft zum After entscheidend. Denn dort tummeln sich die im Enddarm heimischen Escherichia-Coli-Bakterien, die für die meisten Blasenentzündungen verantwortlich sind.

Wenn sich die Erkrankung noch im Anfangsstadium (leichtes Ziehen und Brennen) befindet, können die Bakterien durch beherztes Wassertrinken allenfalls mit dem Urin ausgeschwemmt werden. Harntreibende Blasentees und Cranberrysaft, der ein Andocken der Bakterien an der Blasenwand verhindert, unterstützen dabei auf natürlichem Wege. Wenn bereits Blut im Urin zu sehen ist, beim Wasserlassen ein unangenehmer Geruch auftritt oder der Urin auffallend trüb ist, sollte ein Arzt aufgesucht werden – es gibt inzwischen Antibiotika, die nach einmaligem Nehmen Erfolge zeigen.

Was hilft: nach dem Sex immer aufs WC gehen und die Blase leeren, so können die gerade eingedrungenen Bakterien schnellstens wieder nach draussen befördert werden. Nach dem Toilettengang von vorn nach hinten wischen. Bitte nicht wie besessen Intimpflegeprodukte benutzen, die machen die körpereigenen Schutzbakterien kaputt und begünstigen nur einen Infekt. Und wenn das alles keinen Unterschied macht, ruhig mal den Partner zum Urologen schicken. Nicht selten leiden Männer unbemerkt an Samenblasenentzündungen und übertragen beim Verkehr Bakterien auf die Frau.

Sarah Lau

Männer sind ja sowieso ganz furchtbar verwirrt heutzutage – was darf Mann noch, wann ist ein Mann ein Mann, ab wann ist Mann toxisch – und deshalb sei hier zumindest diese ewige Frage ein für alle Mal beantwortet:

"Was finden Frauen romantisch?"



Die Frage lässt sich sehr leicht beantworten: Alles, was ihr zeigt, dass an sie gedacht wurde. Und ich meine *alles*. Es müssen keine Rosen sein, nein, eigentlich dürfen es keine Rosen sein, denn Rosen zeigen nur, dass man dem kommerziellen Klischee aufgesessen ist, dass man Frauen irgendwas schenken muss, damit sie glücklich sind. Also zeigen Rosen eigentlich nur, dass man recht dumm ist.

Sprich: Wenn Blumen, dann ihre Lieblingsblumen oder die, in die sie beim ersten Date gekotzt hat. Wenn Merci-Pralinés, dann nur, weil sie immer heulen musste bei der TV-Werbung, als sie schwanger war. Wenn Unterwäsche, dann nur Oma-Slips aus Baumwolle, weil sie gerade eine Blasenentzündung hatte.

Es sind eigentlich aber die kleinen, ganz alltäglichen Dinge: Wenn Sie zum Lunch im Sushi-Restaurant waren,

bringen Sie ihr doch eines von den Mochis mit, die sie so mag. Kaufen Sie einen Schalter und montieren Sie ihn, damit sie nicht immer aufstehen muss, um die Nachttischlampe auszustecken (nicht, dass sie nicht selber könnte, aber anscheinend ist sie zu faul dazu). Streichen Sie die Wand, die sie schon so lang streichen wollte, aber es fehlt halt immer die Zeit.

Sie können also wirklich aus dem Vollen schöpfen, und das Volle ist Ihre Partnerin. Hören Sie ihr zu und zeigen Sie ihr, dass Sie zugehört haben, nur darum geht es. Frauen (wie Männer, also: Menschen) wollen wahrgenommen werden, verstanden werden, wollen das Gefühl haben, ihr Partner sei wirklich daran interessiert, wie sie denken, was sie meinen, wer sie sind. Und deshalb sind auch die anderen üblichen Verdächtigen, was Romantik angeht – Kerzen, Sonnenuntergänge, Sternen-

himmel – eigentlich nur erlaubt, wenn sie ihre Bedeutung in der persönlichen Geschichte der Frau oder der gemeinsamen Beziehung finden.

Wobei in diesen Fällen, in denen Sie etwas unternehmen, die Toleranzgrenze durchaus etwas höher liegt als bei Geschenken, denn ihnen ist gemein, dass sie den Wunsch ausdrücken, gemeinsam Zeit zu verbringen. Und gibt es etwas Schöneres, Anrührenderes, ergo Romantischeres als das? Unter Umständen könnte es also das Allerromantischste für eine Frau sein, wenn Sie ihre Liebesschips kaufen und ihr Lieblingsbier und dann mit ihr zusammen ihre Liebesserie schauen.

So zeigen Sie ihr nicht nur, dass Sie sie wahrnehmen, ihr zugehört haben, sondern auch, dass Sie (je nach Liebesserie) bereit sind, einiges auf sich zu nehmen, um mit ihr Zeit zu verbringen.

Michèle Roten



EMPFINDLICHER HAUT
5
ANZEICHEN

VON DERMATOLOGEN EMPFOHLEN.
VOLLSTÄNDIGE
PFLEGE FÜR
DEINE
EMPFINDLICHE
HAUT.

NEU



ERHÄLTlich IN IHRER APOTHEKE ODER DROGERIE

Zuhause bin
ich. Judith
Hermann lotet
in ihrem neuen
Roman aus,
was im letzten
Jahr neue
Bedeutung
erhielt: Unser
Daheim.

«Ich beneide
Menschen, die
minimalistisch
leben können»:
Judith Hermann



Judith Hermanns Geschichten richten etwas in einem an. Weniger durch eine atemlose Handlung als durch die vielen kleinen Lücken darin. Dennoch ist das Unausgesprochene da, es beginnt zu rumoren zwischen den Zeilen, auch in einem drin, und verursacht diesen so berückenden Zauber.

Der dräuende Ton erklang bereits 1998 in Judith Hermanns Debüt-Erzählband «Sommerhaus, später», er löste beim Publikum und in der Fachpresse Begeisterungstürme aus und machte das Buch zu einem der grössten Erfolge der jüngeren deutschsprachigen Literatur. «Der Sound einer neuen Generation» hiess es damals. Und dieser Sound ist noch immer da, drei Erzählbände und zwei Romane später. In «Daheim» ist er etwas ruhiger geworden, vielleicht weil Judith Hermann in diesem schmalen Buch noch mehr weggeschnitten, verdichtet hat. Anführungszeichen gab es bei ihr noch nie, nun sind auch die Fragezeichen weg. Und gleichzeitig ist etwas dazugekommen, das Weltgeschehen als grösserer Rahmen dieser Erzählung.

Eine Frau ist an eine nordische Küste gezogen, in ein winziges Haus. Felder, Koppeln, das Meer. Sie verliess ihren Mann, als ihre Tochter auf Reisen gegangen ist. Die Frau trifft ihren Bruder und eine Frau, eine Künstlerin. Und deren Bruder, einen Bauern mit tausend Schweinen. Die Menschen kommen sich, so scheint es, näher als jene in den früheren Erzählungen von Judith Hermann. Sie scheitern weniger an der Kommunikation, sie suchen Zugehörigkeit und manche auch ein neues Zuhause auf dieser Erde, die aber für niemanden mehr ein sicherer Zufluchtsort zu sein scheint.

Es ist ein ruhiger, auch ein kraftvoller Aufbruch einer Frau, von dem Judith Hermann hier erzählt. Er bewegt, im doppelten Sinn. Sachte verrückt er den Blick auf das eigene Leben, den Alltag, und weckt die leise Ahnung, dass alles auch anders sein könnte.

Selbst wenn der Roman «Daheim» heisst, ein Pandemiebuch ist er nicht. «Das wäre dramaturgisch gesehen natürlich ein bisschen spannender», sagt Judith Hermann (50) im Video-Interview mit einem Lachen. Sie sitzt in ihrem kleinen Haus an der Nordsee, in ihrem zweiten Zuhause. Das blonde Haar zum Dutt gedreht, die Fransen aus der Stirn gestrichen, mit Spangen gehalten.

annabelle: Wir alle waren im letzten Jahr zum Zuhausebleiben verdammt. Wie hat die Pandemie Ihre Gefühle gegenüber Ihrem Daheim verändert?
Judith Hermann: Als die Pandemie losging, war ich in Berlin und bei aller Enge hat das trotzdem dazu geführt, dass ich ein unverhofft starkes Verbundenheitsgefühl mit meiner Stadt gespürt habe. Mein Verhältnis zu Berlin wird mit den Jahren schwieriger, aber in diesem Frühjahr habe ich mich der Stadt seit Langem wieder nah gefühlt. Ich hatte tatsächlich das Gefühl – das klingt ein bisschen pathetisch –, ich müsse in dieser bedrohlichen Situation bei meiner Stadt sein. Bei ihr bleiben.

Sie leben nicht nur in Berlin, sondern auch an der Nordsee. Wo verorten Sie heute Ihr Zuhause?

Ich bin da zuhause, wo mein Kind ist, also in Berlin. Es ist inzwischen gross, zwanzig Jahre alt, kein Kind mehr. Aber natürlich bleibt es mein Kind. Berlin ist eine starke Wurzel, hier sind meine Eltern, meine Geschwister, meine Familie, hier wurde ich geboren. Aber trotzdem verbinde ich mit dem Begriff «Zuhause» nicht nur einen Ort. Ich bin viel auf Reisen und ich verbinde Zuhause letztlich mit mir selber, mit Gegenständen, vor allem mit Büchern. Ich reise mit Büchern, ich habe keinen E-Reader. Wenn ich sie aus dem Koffer hole, auf den Tisch lege, stellt sich ein Gefühl von Zuhause ein. Bücher sind schweres Gepäck, aber ich nehme das in Kauf.

Wie meinen Sie das genau, das Zuhause mit sich selbst verbinden?

Ich empfinde mein Zuhause stärker, wenn ich nicht zuhause bin – wenn ich einen Abstand herstelle. Ich fahre weg, um festzustellen, wo mein Zuhause ist. Wenn ich zurückkehre, löst sich diese Erkenntnis wieder auf. Das ist mit allen Dingen so, oder? Wenn du zu nah dran bist, kannst du sie nicht so gut sehen. Sie werden unscharf.

Im Buch kommt eine staubige, vollgestellte Villa vor, ein kaum eingerichtetes Häuschen, eine Wohnung, die ein «eigenartiges und versponnenes Archiv» ist. Wie muss ein Zuhause eingerichtet sein, damit es uns nicht den Blick aufs Wesentliche verstellt?

Nun, ich beneide Menschen, die minimalistisch leben können. Ich selber habe eine eher schon zwanghafte Anbindung an Dinge. Es beschäftigt mich, wenn ich in einem Buch ein Kinoticket finde für einen Film, den ich vor drei Jahren gesehen und längst vergessen habe, und wegen dieses Tickets fällt er mir dann plötzlich wieder ein. Aber man könnte natürlich sagen, dass ich zu sehr mit dem Zurückliegenden beschäftigt bin und mich nur ungenügend auf die Gegenwart einlasse. Und heute ist das ja ein bisschen modern, dieses Gegenwärtigsein, wie heisst das, diese Aufmerksamkeitsgeschichte?

Achtsamkeit?

Genau. Achtsamkeit, und diese Achtsamkeit bezieht sich immer auf die Gegenwart. Und ich glaube, ich selbst bin in Bezug auf die Gegenwart ziemlich unachtsam. Immerzu unruhig mit dem beschäftigt, was auf mich zukommen mag, und ratlos mit dem, was hinter mir liegt.

Ganz leise klingt in Ihrem neuen Buch auch eine politische Haltung an, die es in früheren Büchern nicht gab. Sie skizzieren eine ausgedörrte Landschaft, den Regen, der nie kommt. Da leben

"Ich fahre
weg,
um fest-
zustellen,
wo mein
Zuhause
ist"

tausend Schweine auf einem Bauern-
hof auf engsten Raum.

Es ist natürlich so, dass der Stand der Dinge nicht an mir vorüber geht. Und je älter ich werde, desto skrupulöser wird das Schreiben. Die Frage, was mein Buch in dieser Welt für einen Sinn machen könnte, ist eine Alterserscheinung. Früher habe ich nicht darüber nachgedacht, ob es eine Rechtfertigung für mein Buch gibt, heute tue ich das. Ich bin keine dezidiert politische Schriftstellerin, ich möchte trotzdem auf gewisse Dinge verweisen und das fällt mir nicht leicht.

Es gibt diese Stelle im Buch, wo Mimi ihren Bruder, den Bauern mit den tausend Schweinen, fragt, was er sich denn vorstellt.

Genau, und er sagt, er stelle sich seine Schweine auf der grünen Wiese vor. Und sie sagt, wie willst du das machen und er sagt: Gar nicht – du hast mich gefragt, was ich mir vorstelle. Der Ab-

stand zwischen dem Wissen um das, was richtig, schön und gut wäre, und dem Zustand, der stattdessen da ist und an dem wir alle beteiligt sind – das hat mich beschäftigt. Die Welt ist nicht ausserhalb meines Zimmers geblieben.

Was bedeutet «heimkommen» für Sie? Merkwürdigerweise verbinde ich damit vor allem bestimmte Gerüche. Früher hatte Berlin einen Geruch, der unverwechselbar war – Kohle, Stadt und Staub – und jetzt verschwunden ist. Das Treppenhaus, wenn es frisch geputzt ist. Der Geruch deiner Wohnung, wenn du lang weg warst und zurückkommst und den du nur ganz kurz, nur im Moment des Eintretens riechen kannst. Zuhause ist für mich zusammengesetzt aus Déjà-vus. Aus Erinnerungen an das, was gut und beglückend war.

Judith Hermann: Daheim.
S.-Fischer-Verlag, Frankfurt 2021,
192 Seiten, ca. 32 Fr.

Klimaschutz

Gut für unsere Gesundheit.

Mehr Klimaschutz bringt uns sauberere Luft, weniger Lärm, ist unsere Vorsorge gegen Hitzewellen und gegen die Ausbreitung tropischer Infektionskrankheiten bei uns.



CO₂-Gesetz

13. Juni 2021

Jetzt gemeinsam handeln.

JA

klimaschutz-ja.ch

JA Komitee CO₂-Gesetz, Kornplatz 2, CH-7000 Chur



Foto-Festival — Aufbrechen

«Cracks» lautet das Thema der diesjährigen Bieler Fototage. Nachdem das Festival 2020 ausfallen musste, widmet sich die aktuelle Ausgabe jetzt in weitgehend krisenfester Form der Welt im Umbruch: Die Locations für die knapp zwei Dutzend Ausstellungen in Biel sind Schaufenster sowie Orte im öffentlichen Raum. Unter anderem mit neuen Arbeiten von Sébastien Cuvelier (Bild), Guadalupe Ruiz sowie mit Mary Maggics irrer Fake-TV-Show «Housewives Making Drugs». (roe)

24. Bieler Fototage: Cracks,
7. bis 30. 5., bielerfototage.ch

Kultur



Bildband – Barbara Probst fotografiert Menschen, Stadtlandschaften oder Stilleben aus unterschiedlichen Blickwinkeln und montiert sie zu atemberaubenden Mini-Serien. (roe)

Barbara Probst: Streets Fashion Nudes Still Lifes. Hartmann Books, Stuttgart 2021, 112 Seiten, ca. 52 Fr.

Film — Forscherdrang

Jan Josef Liefers als Alexander von Humboldt, der aus preussischer Enge nach Lateinamerika flieht, zu den indigenen Völkern, auf nie bezwungene Berge. Aufwendiges, künstlerisch recht anspruchsvolles Historiendrama aus dem DEFA-Studio der DDR – in neu bearbeiteter Fassung. (hey)

Auf DVD: «Die Besteigung des Chimborazo» (1989) von Rainer Simon. Auch als Stream auf Vimeo oder Amazon Prime, allerdings (noch) in minderer Qualität



Kultur



Musik — Für die Solo-Party

Der blutjunge Produzent und DJ Porter Robinson aus North Carolina hat es 2014 ganz unerwartet an die Spitze der Billboard-Dance-Charts geschafft. Doch danach herrschte Funkstille – bis heute. «Nurture» ist ein verspieltes Elektronikalbum. Der Rhythmus erinnert zwar noch an Clubnächte, doch die bewusst überzuckerte Klang-Ästhetik macht alles auch ein bisschen surreal – perfekt zum Kopfhörer-Bangen. (mak)

Porter Robinson: Nurture

Musik — Das neue Album von Ja, Panik ist musikalisch leichtfüßig, thematisch aber schwermütig. Mit Texten, die man auch einfach so lesen möchte. (mak)

Ja, Panik: Die Gruppe Ja, Panik





Roman — Protokoll des Mutterseins

Wann wird eine Mutter zur Rabenmutter? Wenn sie über ihren kleinen Schatz nicht nur juchzt, sondern auch schluchzt? Wenn sie ihn eine Nacht lang allein lässt? Carole Fives' Protagonistin tut beides, und wird von der Gesellschaft entsprechend verurteilt. Wie es sich anfühlt, täglich zwischen Liebe und Nervenzusammenbruch zu schwanken, wie es ist, knapp bei Kasse und allein für ein Wesen verantwortlich zu sein, das nimmersatt nach Aufmerksamkeit verlangt, wird in diesem Protokoll des Mutterseins sonnenklar. Die alte Leier der überforderten Mama? Nein: ein eindringliches Solo in Literaturform. (sv)

Carole Fives: Kleine Fluchten. Aus dem Französischen von Anne Braun. Zsolnay-Verlag, Wien 2021, 144 S., ca. 23 Fr.

Film — Kleider und Menschen

Im gemeinsamen Atelier von Feinmassschneider Cosimo Urgesi und Modedesignerin Ly-Ling Vilaysane in St. Gallen gäbe es viel zu diskutieren – wäre da nicht die Sprachbarriere. Wie die beiden dennoch zusammenfinden, hält dieser tolle Dokumentarfilm fest. (hey)

Auf myfilm.ch und cinefile.ch:
«Ly-Ling und Herr Urgesi» von Giancarlo Moos



Bildband — Trauma-Therapie

Die Fotografin Sina Niemeyer wurde in ihrer Kindheit von einem Bekannten ihrer Eltern sexuell missbraucht. Mit ihrer zutiefst persönlichen Erkundung dieser Erfahrung stösst sie in heikles Terrain vor. In der Videoarbeit zum Bildband stellt sie ihren Peiniger zur Rede und macht deutlich, wie wichtig diese Konfrontation für sie war. (roe)

Sina Niemeyer: Für mich. Ceiba-Editions 2018, 96 Seiten, ca. 30 Fr.



Bildband — Farbexplosionen

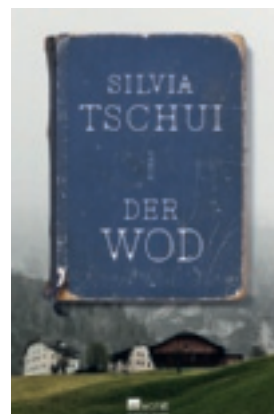
Seit gut vierzig Jahren sprengt Beatriz Milhazes mit ihren ornamentalen Farbexplosionen Löcher ins triste Alltagsgrau. Es wundert also nicht, dass das übergrosse, kiloschwere Lookbook zum Lebenswerk dieser Kämpferin für die Sichtbarkeit von Frauen in der Kunst Südamerikas in einen regelrechten Bilderrausch ausartet. (roe)

Beatriz Milhazes. Taschen-Verlag, Köln 2021, 528 Seiten, ca. 75 Fr., signierte Edition: 1000 Fr.

Musik — Antifolk

Wie eine Flipperkugel spickt uns Juan Wauters mit seinen mal schrulligen, mal nachdenklichen Liedern zwischen den Launen hin und her. Seine Stücke erinnern an Daniel Johnston, aber auch an die 70er mit Rodriguez oder Dylan. (mak)

Juan Wauters: Real Life Situations

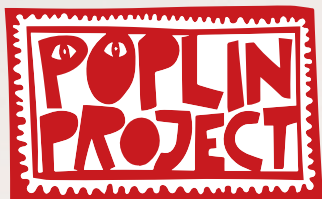


Roman — Es kuhdörfelt

Es beginnt und endet mit Kartoffeln. Dazwischen missverstehen und belügen, lieben und hassen sich vier Generationen einer Familie. Wie schon in ihrem Debüt kuhdörfelt es auch im neuen Roman der 45-jährigen Autorin Silvia Tschui: Im Norddeutschland der Vorkriegszeit entzückt Lilli ihren Papa mit Velo-Flickflack-Kombinationen. Lillis Tochter Sünje, die es eher im Kopf hat als mit der Akrobatik, landet bei den Hell's Angels und dann schwanger via Kloster im Berner Schmuckladen ihrer geschäftstüchtigen Tante. Da schmiedet Charlotte später Colliers und Pläne, um ihrer ganzen verkorksten Sippschaft zu entkommen. Allerdings erst, nachdem sie ihrem Grossonkel mit Hilfe von viel Whisky auch das Geheimnis der vermaledeiten Kartoffeln entlockt hat. Ein verschachteltes Erzählgebilde, das sich liest, als öffne man einen Haufen Geschenke: Den Abfall ignoriert man. (sv)

Silvia Tschui: Der Wod. Rowohlt-Verlag, Hamburg 2021, 272 Seiten, ca. 32 Fr.

bio & fair



Tradition trifft Moderne

POPLIN PROJECT ist ein sozial engagiertes Slow-Fashion-Label, das die Kreativität ursprünglicher Textilien und traditioneller Handwerkskunst mit zeitlosem, modernem Design verbindet. Es steht für fair und nachhaltig produzierte Kleidung von einer herrlich farbenfrohen Ausstrahlung. Für all diejenigen, die nach der Seele im Kleidungsstück suchen.

Minikids Boys T-Shirt

16.95

100 % Bio-Baumwolle

Damen T-Shirt

39.95

100 % Bio-Baumwolle

Herren T-Shirt

39.95

100 % Bio-Baumwolle

naturaline

coop city

Für mich und dich.

Minikids-Bekleidung (Größen 98 – 116) in ausgewählten Coop City Warenhäusern erhältlich. Die Verfügbarkeit einzelner Angebote kann aufgrund der Coronasituation eingeschränkt sein.

56



Gnadenlos
echt: Kate
Winslet

Jede Menge stete Tropfen

Kate Winslet über lesbischen Sex vor der Kamera, LGBTQ-Menschen in Hollywood, gendergerechte Erziehung und ihren neuen Film "Ammonite".

Sie ist die vielleicht authentischste Frau in Hollywoods A-Liga. Und zudem gnadenlos ehrlich. Kate Winslet verglich ihren Allerwertesten schon mit einem Blumenkohl, verbot das exzessive Retuschieren ihrer Fotos («Ich habe mich selbst nicht mehr erkannt») und zeigt bei Interviews schon mal Handysfotos ihrer Liebsten. Auch privat sprengt Winslet einige Konventionen. Sie ist mit ihren 45 Jahren zum dritten Mal verheiratet und hat drei Kinder von drei verschiedenen Männern. Wegen Corona treffen wir uns via Videocall – trotzdem ist das Gespräch mit ihr erfrischend und lebendig. In ihrem neusten Film «Ammonite», in dem «Kate the Great» an der Seite von Saoirse Ronan spielt, geht es um eine erstaunlich freizügige und freigeistige Lovestory zweier Frauen im 19. Jahrhundert, die auf der wahren Lebensgeschichte der britischen Paläontologin Mary Anning beruht.

annabelle: Kate Winslet, wie fühlt es sich an, vor der Kamera Sex mit einer Frau zu simulieren? Anders als mit einem Mann?

Kate Winslet: Ich habe ja schon früher LGBTQ-Figuren gespielt, aber die Intimszenen waren niemals so explizit wie in dieser Liebesgeschichte. Was anders war: Ich spürte eine wunderbare Gleichheit zwischen den beiden Figuren, das hat mir Sicherheit und Selbstbewusstsein vermittelt. Bei heterosexuellen Liebesszenen bedient man hingegen oft Stereotype. Früher habe ich das viel zu wenig hinterfragt. Seit

dem Sex in «Ammonite» denke ich ganz anders über meine bisherigen Bettszenen nach.

Warum? Was hat sich für Sie konkret verändert?

Ich bin penibler, was die Authentizität angeht, und vermeide Stereotype. Dass die Frau gern flirtet zum Beispiel, und der Mann daraufhin die Initiative zum Sex ergreift. Bei einer Serie, die ich gerade für HBO gedreht habe, gab es in der ersten Episode eine heterosexuelle Liebesszene. Die haben wir auf meine Bitte hin ganz neu gedreht, weil ich sie – nach der «Ammonite»-Erfahrung – gar nicht mehr stimmig fand. Erst waren alle am Set genervt. Aber dann fanden sie unisono, dass die Szene wirklich deutlich besser geworden war.

Was war denn nachher anders?

In der ersten Fassung landeten meine Figur und der Mann, mit dem sie ein Date hatte, ziemlich schnell im Bett, weil beide betrunken waren. Und zwar bei ihm, in seinem Schlafzimmer. Als ich darüber nachdachte, merkte ich, wie falsch das war. Meine Figur ist eine erwachsene Frau mittleren Alters, die länger keine Affäre hatte. Da geht man nicht gleich ins Schlafzimmer eines Fremden! Also verlegten wir das Ganze auf die Couch, meine Figur ist jetzt deutlich involvierter ins Geschehen, die zwei entscheiden gleichberechtigt, was passiert. Dazu gehört es eben auch, nicht im Schlafzimmer zu landen, sondern in einem neutraleren Raum. Das fühlt sich völlig anders an.

Findet man solche Ansprüche am Set nicht bisweilen schwierig, starallüren-behaftet, divenhaft?

Ach, es wird doch gerade vielen klar, dass Frauen unbequeme Meinungen haben dürfen. Irgendwann verändern diese steten Tropfen die Gesellschaft. Wir sind mittendrin in diesem Prozess, und ich betrachte es als Privileg, mich dafür einzusetzen. Wir wollen offener werden, niemanden ausgrenzen – und das geht nur in einer Gesellschaft, in der sich alle wohlfühlen.

Haben auch Sie und Ihr Mann Ned Smith LGBTQ-Freunde?

Ja, da ist zum Beispiel Bex Taylor-Klaus, ein nonbinärer Transgender-Schauspieler, der in der Serie «The Killing» zu sehen war. Mein sechsjähriger Sohn Bear hat in seinem Zimmer ein Foto von sich mit Bex. Bear dachte, dass Bex ein Mann ist. Also habe ich ihm erklärt, dass Bex sich nicht einem Geschlecht zugehörig fühlt, und mein Sohn fand das «total cool».

Versteht man so etwas mit sechs?

Absolut! Neulich kam er ganz von allein darauf, dass seine Schule nicht gendergerecht ist. Er war ganz aufgeregt, als er mir das erzählte. «Mom, die haben einen Raum vergessen! Wo sollen denn jene sich umziehen, die noch nicht wissen, ob sie ein Junge oder ein Mädchen sind?»

Wie reagierte seine Mom?

Ich war total stolz auf sein Unrechtsempfinden. Wir schrieben dann zu-



Fossilien suchen, Liebe finden: Kate Winslet und Saoirse Ronan in «Ammonite»

sammen einen Brief, um nachzufragen, warum es keinen dritten Umkleide-raum gibt. Es ist so wichtig, dass wir mit unseren Kindern darüber sprechen, in welcher Welt wir leben wollen.

Ihre zwanzigjährige Tochter Mia Threapleton ist nun auch Schauspielerin geworden. Hat ihre Berufswahl Sie begeistert oder eher entgeistert?

Ich habe das schon kommen sehen, seit sie fünf Jahre alt war! (lacht) Mia hat inzwischen sogar einen kleinen Film drehen können, und erst vor ein paar Tagen hat sie eine Rolle in einer Fernsehserie bekommen.

Erinnert sie Sie an Sie selbst als Zwanzigjährige?

Nicht unbedingt. Sie hat dieses ganz besondere Selbstbewusstsein ihrer Generation: Sie weiss genau, was sie möchte, und traut sich, alles zu sagen. Sogar in Momenten, in denen sie sich zu jung und unerfahren fühlt, sagt sie, was sie denkt. Sich diesen Raum der Freiheit zu nehmen ist toll.

Das verdankt sie auch Ihrer Hollywood-Generation: Sie hat sich gegen den Pay Gap gewehrt, mit #MeToo den Missbrauch am Set aufgedeckt und den Einfluss von Frauen gepusht.

Ja, wir haben eine Menge Mist aus dem Weg geräumt. Die Arbeit der jungen Schauspielerinnen wird dadurch hoffentlich sicherer. Männer sind heute aber auch viel stärker daran interessiert, die weibliche Perspektive zu hören. Jetzt werden wir gebührend wahrgenommen.

Ihre Kollegen Colin Firth und Stanley Tucci spielten im Film «Supernova» ein schwules Paar. Nun wird darüber debattiert, ob heterosexuelle Schauspieler homosexuelle Rollen spielen sollten oder nicht. Was meinen Sie?

In meinem ersten Film, «Heavenly Creatures» von Peter Jackson, habe ich eine lesbische Frau gespielt. Der Film hat meine Karriere bestimmt. Als ich dafür gecastet wurde, war ich erst sechzehn. Wenn mich damals ein Casting-Agent gefragt hätte, ob ich lesbisch sei, weil man mir sonst die Rolle nicht geben könnte ... Das hätte mich verstört. Ich hatte damals schon verschiedene intime Erfahrungen gemacht. Aber ich war sicher nicht bereit, mit fremden Menschen darüber zu sprechen!

Sind wir heute toleranter als vor dreissig Jahren, als Ihre Karriere begann?

Ich hoffe es. Ich wünsche mir auch, dass wir mit «Ammonite» einen Bei-

trag dazu leisten können, dass LGBTQ-Menschen in der Öffentlichkeit anders wahrgenommen werden. Das ist natürlich ein langer Prozess, wir sollten diesen Weg ohne Angst, Zögern oder Geheimniskrämerei gehen.

«Ammonite» spielt im 19. Jahrhundert, einer Zeit, in der es Frauen abgesprochen wurde, sexuelle Lust empfinden zu können.

Frauen sollten damals hauptsächlich Ehefrauen sein. Mary Anning, meine Figur, war da ganz anders: Sie war nie verheiratet, stammte aus der Arbeiterklasse, bildete sich autodidaktisch weiter und wurde zu einer brillanten Wissenschaftlerin. Ihre erstaunlichen geologischen Entdeckungen wurden dann von reichen, mächtigen Männern für sich beansprucht.

Passiert es Frauen in Hollywood auch heute noch, dass Männer ihre Lorbeeren kassieren?

Auch da tut sich gerade ganz viel. Am Set sind die Aufgaben inzwischen gleichberechtigt verteilt. Man spürt die neue Richtung, die die Branche einschlägt. Das gibt mir Hoffnung.

Ab. 6. 5. im Kino:

«Ammonite» von Francis Lee

NEU



Ratgeber, auf die Sie sich verlassen können.

Eigenverantwortlich entscheiden.

Der Ratgeber wendet sich explizit an Frauen, die ihre finanziellen Entscheidungen eigenverantwortlich und unabhängig treffen wollen. Er behandelt unterschiedliche Lebensereignisse und deren finanzielle Auswirkungen und geht Finanzthemen lebensnah und ganzheitlich an.

Jetzt bestellen

www.beobachter.ch/buchshop

buchshop@beobachter.ch

058 269 25 03

Corin Ballhaus
Frauenpower in Finanzfragen
224 Seiten, ISBN 978-3-03875-323-0
CHF 39.-

Bequem
bestellen:



Diese Bücher könnten Sie auch interessieren



Michael Bucher, Simon Mettler
Faire Scheidung
200 Seiten, ISBN 978-3-03875-331-5
CHF 48.-



Karin von Flüe
Paare ohne Trauschein
222 Seiten, ISBN 978-3-03875-205-9
CHF 39.90

Auch als E-Book erhältlich



Glückliche Zahlschweine

Es gibt Männer, die darauf stehen, finanziell ausgenommen zu werden: Findom heisst der Fetisch und er findet immer mehr Anhänger.

«Hallo, Herrin», stottert der gestandene Mann in hastigen Silben und geht sofort auf die Knie. Stundenlang hat er auf diesen Moment gewartet. Und kaum ist sie, die Herrin, aus dem heranfahrenden Auto gestiegen, stützt er sich mit den Händen aufs Trottoir, senkt seinen Kopf zur Bordsteinkante, wo die Herrin mit ihrem rechten Fuss auftritt. «Darf ich eure Schuhe küssen?» Sie lacht, streichelt ihm über den kurzrasierten Kopf. «Och, du bist ja richtig süss!» Sie lacht noch ein bisschen weiter, sagt dann in einem warmen, aber bestimmten Ton von oben herab: «Kannst jetzt wieder aufstehen.»

Der Altersunterschied zwischen Gina, wie sich die Herrin nennt, und Heribert Wirz* beträgt mehr als dreissig Jahre. Er, ein 1.83 Meter grosser, schwergewichtiger Mann mit Holzfällerhemd und Ring im linken Ohr, ist Beamter, war zweimal verheiratet

und hat zwei Kinder. Sie, eine 24-jährige Frau mit kurviger Figur und langen, angeklebten Wimpern, lebt in einer WG, ist Teilzeitangestellte bei einer Versicherung und hat einen festen Freund. Aber nebenbei hält sie sich «ein paar Sklaven». «Ach, die finanzieren mir eigentlich alles Mögliche», hat sie vor einigen Tagen am Telefon erklärt. «Meine Sklaven sind alle glücklich. Ist mir auch wichtig.»

Heribert ist vom Geküsse etwas ausser Atem, aber er strahlt wie an diesem Tag die Sonne am Himmel. Im Morgengrauen hat er heute das Haus verlassen, musste dreimal umsteigen, um am frühen Nachmittag seine Herrin Gina am vereinbarten Bahnhof treffen zu können. Die blickt jetzt rüber zu ihrem Freund: «Fahren wir mit ihm in den Mineralienpark?» Er nickt ihr zu, nickt Heribert zu. Alle drei steigen ins Auto. «Das Geld hast du dabei, wie



"Herrin Gina melkt ihre Sklaven eher nachhaltig. Sie will für lange Zeit etwas von ihnen haben"

Heribert Wirz*

besprochen», setzt Gina voraus. «Hab ich, Herrin.» Heribert sitzt angeschnallt auf der Rückbank und erzählt aufgeregt von seiner langen Fahrt. Wie einige im Zug einfach keine Maske tragen. Wie ihn das Personal zum falschen Ausgang geschickt hat. Gina reagiert irgendwie gelangweilt, dreht sich nach hinten, bemerkt erst jetzt einen Anstecker auf Heriberts linker Brusttasche. In schwarzen Lettern auf weissem Grund steht da «slave», Englisch für Sklave. Gina lacht ihn aus. «Brav, mein Zahlschwein. Du hast es verstanden.» Ihr Freund steuert fast wortlos ein Parkhaus an, von wo aus die drei zu Fuss in den Mineralienpark gehen.

«Also?», fragt Gina, Händchen haltend mit ihrem Freund, ohne Heribert anzusehen. Neben einem Teich, auf dem Enten schwimmen, setzt sie sich auf eine Bank und hält die Hand auf. Heribert hat verstanden, zieht ein Bündel 50-Euro-Scheine aus der Tasche und kniet vor der Parkbank nieder. «350 Euro für euch. Damit es euch gut geht.» – «Guter Junge.» Ein paar Zentimeter vor Heriberts Gesicht spuckt sie auf den Boden, lässt ihn noch einmal an ihre Schuhe. Diesmal wird nicht geküsst, sondern geleckt. Gina lacht. Ihr Freund hat die Arme verschränkt, tippt von einem Bein aufs andere.

Für Gina ist es ein Treffen von vielen, jede Woche macht sie das. Und traut man der Anzahl von Twitter-Hashtags, Facebook-Gruppen und spezialisierten Websites, deren Mitgliederzahlen mittlerweile offenbar in die Hunderttausende gehen, so muss man annehmen, dass sich an diversen Orten auf der Welt zeitgleich etwas sehr Ähnliches zuträgt. «Findom», eine Kurzform von «financial domination», nennt sich dieses Faible, das sich in den letzten Jahren über das Internet verbreitet hat. Gina

nimmt damit in guten Monaten gut 3000 Franken ein. Die Nachfrage nach ihrem Angebot hat derart zugenommen, dass sie ihren regulären Job nur noch halbtags betreibt. Ihr anderer Halbtagsjob ist eben dieser: Männern Geld entlocken, damit sie von ihr erniedrigt werden.

«Mehr ist es wirklich nicht», hat sie vorab am Telefon versichert. «Sie bekommen keinen Sex von mir, auch keine Nacktbilder.» Gina hat das in einem Ton gesagt, der auch ihre eigene Verwunderung über diese Vereinbarung zwischen Herrinnen und Sklaven offenbarte. Vor vier Jahren erzählte ihr eine Arbeitskollegin in einem Callcenter von der Szene. Noch am selben Abend legte Gina ein Facebook-Profil an, auf dem sie mit einem leicht koketten Foto alle Männer dieser Welt dazu aufforderte, sich ihr unterzuordnen und gefälligst zu zahlen. «Ich hätte nie gedacht, dass es so einfach geht.»

Nach zwei Tagen meldete sich mit Heribert der erste Zahlungswillige. Bis heute hat sie um die dreissig Männer «gemolken.» Die Männer zahlen ihr eine Einkaufsrechnung oder überweisen ihr Guthaben auf ihren Account auf Amazon. Als Dank schickt sie ihnen Videos, in denen sie mit tiefem Ausschnitt Beleidigungen von sich gibt. Ihre vollen Lippen rahmt sie dabei oft mit einem je ausgestreckten Daumen und Zeigefinger ein, die zusammen ein L formen – die Kennung für «Loser», Verlierer.

«Das L fühlt sich schon irgendwie nach Belohnung an. Mich erregt das auch», hat Heribert Wirz an diesem Vormittag gestanden, während er nervös Kaffee trinkend auf die Ankunft seiner Herrin wartete. «Sie strahlt so eine natürliche Dominanz aus und hat Sprachwitz.» Heribert glaubt, dass es sich bei seiner Begeisterung der Entwürdigung nicht bloss

um eine sehr ungewöhnliche Neigung halte. Da schwinde auch eine Kritik an traditionellen Geschlechterrollen mit.

«Wir haben ja heute offiziell Gleichberechtigung, wir haben Frauenquoten und so weiter. Aber eigentlich leben wir doch immer noch in einer männerdominierten Welt. Und wenn du dann als Mann von einer Frau völlig klein gemacht wirst, dann hat das schon was.» Erniedrigung des Mannes als Spielart des Feminismus? Da bleiben Zweifel, sogar bei Heribert selbst. «Es stimmt natürlich, dass auch bei Findom die Frau sexualisiert wird. Ich würde es zwar nicht wagen, von meiner Herrin Sex zu erwarten, aber erregen tut sie mich ja trotzdem.» Oder gerade deshalb.

Heribert Wirz erklärt seine Vorliebe damit, dass er in der Kindheit viel gehänselt und von seinen Ehepartnerinnen ausgenutzt wurde. An das Gefühl der Erniedrigung habe er sich über die Jahre gewöhnt und es irgendwann geschafft, das Gefühl in etwas Lustvolles umzukehren. Eine typische Art von Fetiche im psychoanalytischen Sinn. Aber längst nicht alle Männer, die gern finanziell ausgenutzt werden, haben solche Erfahrungen hinter sich.

Gina ist von ihrer Parkbank aufgestanden, von ihrem Sklaven hat sie genug. «Wir bringen dich noch zu deinem Hotel», sagt sie zum hinterhertrottenden Heribert. «Danke, Herrin.» Hörbar für Heribert erzählt Gina: «Viele andere Sklaven verdienen richtig viel Geld und sind es gewohnt, überall sonst der Chef zu sein. Die suchen einfach einen Ausgleich und wollen die Kontrolle abgeben.» Letztens habe sie einen gutverdienenden Sklaven am Geldautomaten getroffen. Der habe 200 Euro abgehoben, sie ihr überreicht, woraufhin sie ihm einmal kräftig zwischen die Beine getreten habe. «Er hat sich dann bedankt und ich bin nachhause gegangen.»

Auch Gina denkt bei ihrer Rolle als Herrin an Genderstereotype. «Mir macht das Ganze Spass, weil es für mich einerseits wie Schauspielern ist. Privat bin ich eher schüchtern. Ausserdem ist es ein gutes Gefühl, Männer zu erniedrigen und sich dafür nicht schlecht fühlen zu müssen.» Wobei die Herrin Gina auch Grenzen kenne. Vor ein paar Monaten habe sie eines ihrer «Zahlschweine» über Skype gesprochen und loggte sich für den Sklaven per Bildschirmteilung sichtbar in dessen Onlinebanking ein. «Er flehte mich an, sein Konto leerräumen. Aber

das konnte ich einfach nicht. Ich hab dann 200 Euro abgehoben und die Session beendet.»

Andere Findommes hätten zugegriffen und den Mann in den finanziellen Ruin gerissen, sagt der lauschende Heribert von hinten. «Herrin Gina melkt ihre Sklaven eher nachhaltig. Sie will für lange Zeit etwas von ihnen haben.» Deswegen blieben viele ihr treu. Dabei ist die Konkurrenz gross. «Letztens hat eine andere Findomme meine Sklaven angeschrieben und wollte sie abwerben», sagt Gina, als sie ins Auto steigt. «Die hat denen sogar Nacktbilder geschickt, was ja nun wirklich gegen jeden Ehrenkodex einer Findomme geht.» – «Mir hat sie auch die Bilder geschickt», sagt Heribert, «waren nicht so toll.» – «Aber du bist ja ein ganz Treuer», reagiert die Herrin nur, ohne ihn anzusehen.

Den 56-jährigen Heribert Wirz hat sie durchschaut. «Gegenüber ihren anderen Sklaven bin ich schon etwas eifersüchtig», hat der am Vormittag während des Wartens gestanden. «Ich will schon möglichst die Nummer eins sein.» Dafür drückt er monatlich gut 600 Euro an seine Herrin ab. Seine Daueraufträge auf das Konto der Herrin, die er stolz zeigt, lauten unter anderem: 100 Euro «Mietzuschuss», 49.99 Euro «Hundekrankenversicherung», 19.90 Fitnessstudio. «Meine Herrin hat auch eine Vollmacht auf mein Konto.» Teil des Thrills sei, dass jeden Moment alles weg sein könnte.

Eine Zeitlang hat Heriberts ausgeprägte Zahlungsbereitschaft das Misstrauen von Ginas Freund genährt. «Ich dachte mir, da stimmt doch was nicht», sagt der in schwäbischem Akzent am Steuer, während er, die rechte Hand auf Ginas Oberschenkel, das Hotel von Heribert ansteuert. «Aber ich will ja nur meiner Herrin dienen», beschwichtigt Heribert von der Rückbank aus. Um das zu beweisen, richtete er vor Monaten zwei weitere Daueraufträge ein: 60 Euro für die Handys von «Herrin + Alpha» und 35 Euro für «Monatsticket Alpha.»

Als Alpha bezeichnet Heribert den Partner von Gina. Sich selbst, der «nur ein Beta» sei, lässt er durch die Herrin von seinem eigenen Lohn ein Taschengeld auszahlen. «Ich bekomme nur 200 Euro», sagt Heribert. Theoretisch könnte Heribert Wirz seiner Herrin Gina jeden Moment die Kontovollmacht entziehen und wieder autark sein. Praktisch kann er das nicht. «Dafür diene ich ihr viel zu gern.»

* Name geändert

Dicke Post.

Über Jahre
behandelte die
Autorin Melodie
Michelberger
ihren Körper wie
einen Gegner.
Bis sie erkannte:
Der wahre Feind
ist ein anderer.

Fotos: Marie Hald



Protagonistin
aus dem Projekt
«I Am Fat» von
Fotografin Marie
Hald: Helene (31).
Sie fand erst spät
heraus, dass
es Menschen gibt,
die aussehen
wie sie und sich
selber lieben:
«Das hat mein
Leben verändert»



Marte (31). Sie begann durch die Body-Positivity-Bewegung, ihren eigenen Körper zu akzeptieren. Und hört seither: «Du strahlst so, hast du abgenommen?»

Dass die Geschichte meines Körpers eine des Versagens, der Scham und des Hasses ist, dessen war ich mir viele Jahre sicher. Ich war überzeugt, dass dieser Körper – mein Körper, der einzige, den ich jemals besitzen werde – mir Hindernisse in den Weg stellt und nie das tut, was ich von ihm will.

Mein Körper und ich waren uns fremd, ich konnte seine Form und Grenzen beschreiben, gut sogar, verstand aber nicht, wie er funktioniert. Oder besser, warum er nicht so funktionierte, wie ich wollte. Wie ich meinte zu wollen. Oder wollen zu müssen.

Ich machte ihn zu einem Gegner, den ich bezwingen muss. Dass ich gegen ihn nicht gewinnen konnte, lag nicht etwa daran, dass es nichts zu gewinnen gab, sondern allein an meiner Unfähigkeit. Weder war mein Wille stark genug, noch arbeitete ich hart genug an mir. Während alle anderen Frauen deutlich besser darin waren, ihren Körper zu optimieren, gelang mir einfach gar nichts.

Aus dieser Überzeugung heraus beschäftigte ich mich über dreissig Jahre lang ständig intensiv mit dem Aussehen meines Körpers. Ich vermass ihn, wog ihn, begutachtete und beurteilte ihn, als wäre er ein Produkt, das ständiger Verbesserung bedarf. Als wäre er ein ungezügelteres Ding, das ständig im Auge behalten werden muss. Nicht ein lebendiger, sich ständig erneuernder Körper, der meiner Seele ein Zuhause gibt.

Jahre lebte ich, als gehörte mein Körper gar nicht zu mir. Als würde er mir im Weg rumstehen und mich von einem besseren, glücklicheren und erfolgreicherem Leben abhalten. Wie viele Dinge verschob ich auf die Zeit, wenn mein Körper endlich «schlank» und in meinen Augen damit automatisch richtig und wertvoll war. Bis dahin wollte ich Kleider nicht tragen, sagte Dates ab, ging nicht mit an den Badesee, bestellte im Restaurant nur ein Getränk und hielt lieber meinen Mund, als Kritik zu äussern. Alles aus

Sorge, man würde mich nicht ernst nehmen, sich über mich, die «Dicke», lustig machen. Also sass ich voll bekleidet an Rios Copacabana, weil ich meinen Körper nicht für einen Bikini-Body hielt. Oder konzentrierte mich beim Sex darauf, den Bauch einzuziehen, damit dieser auf keinen Fall unschön aussieht.

Ich musste vierzig Jahre alt werden, um festzustellen, dass ich mit meinem Körper in einer Zweckgemeinschaft lebte, in der ich so tat, als seien wir nicht in einem Team. Erst dann begann ich, das zu hinterfragen. Wollte ich wirklich die nächsten vierzig Jahre in einem Kampf gegen meinen Körper verbringen?

Wie tief diese gefährliche Überzeugung, dass mein Körper etwas gegen mich hat, sass und immer noch sitzt, stellte ich erschrocken fest, als ich Fotos und meine Tagebücher sichtete, um zu beschreiben, was für ein dickes Kind ich war. Aus zerfledderten Heften und eingedrückten Kartonschachteln zog ich Bilder und Zettel, ich wusste genau, nach welchen Momenten ich suchte, hatte sie exakt vor Augen. Schliesslich dienten sie mir früher als Mahnmale meiner Unzulänglichkeit, als Warnung: So wollte ich auf keinen Fall je wieder aussehen! Oft wollte ich sie lieber zerreißen, so unangenehm waren sie mir, aber ich bewahrte sie aus Sentimentalität – zum Glück – auf.

Jetzt war ich auf der Suche nach Beweisen dafür, dass meine Erinnerung stimmte. Ich wusste doch, dass ich dick war. Ich hätte auf den Namen meiner ersten Katze geschworen: Mein Körper war schon immer unförmig, masslos und unangemessen.

Ich fand gelbstichige Fotos von 1979, auf denen ich im rosa Strickkleidchen glücklich ein gut gefülltes Osterkörnchen in der Hand halte. Fotos meiner Thailandreise 1999, stolz strahle ich im kurzen Taucheranzug und mit nassen Haaren in die Kamera. Und das Bild meines grössten sportlichen Erfolges als Achtjährige, als ich

Beim Sex
zog ich
den Bauch
ein, damit
er auf
keinen Fall
unschön
aussieht

in meinem Lieblingsbadeanzug mit Minnie-Maus-Druck vom Fünfmeterbrett sprang. Ich ordnete die Fotos nach Lebensabschnitten und besonderen Momenten, machte einen Stapel für meine erste eigene Wohnung in Hamburg und meine Einschulung, für mein erstes Musikfestival und meine Abschlussfeier. Strategisch wollte ich nach Abbildungen meiner dicken Identität suchen. Ich erinnerte mich an ein bestimmtes Foto, auf dem ich ein knielanges, schmales Seidenkleid mit Leoprint trage. Ich wusste genau, dass ich mich darin dick fand.

Deswegen zog ich das hübsche Kleid lediglich ein einziges Mal für dieses Foto an. Als ich es endlich in den Händen hielt, ist darauf eine strahlende 23-Jährige zu sehen, das Kleid passt ihr perfekt, sie sieht toll aus. Vielleicht erinnerte ich mich falsch? Vielleicht war es doch ein anderer Moment? Schliesslich sind gut zwanzig Jahre vergangen, seit ich diese Fotos im Januar 2000 mit dem Selbstauslöser meiner Kamera gemacht habe. Ich suchte angestrengt weiter, irritiert von der Feststellung, dass ich gar nicht so dick aussah, wie ich mich fühlte. Fieberhaft überlegte ich: Wo sind die Fotos von der dicken Melanie? Nach und nach holte ich alle Fotos aus der Kiste, bis jeder freie Fleck auf dem Boden meines Wohnzimmers mit meiner Vergangenheit bedeckt war und ich mich nur noch auf Zehenspitzen bewegen konnte. Da lag meine Lebensgeschichte in vielen, vielen Bildern. Kein einziges dieser Fotos zeigte, wie dick ich mich in all der Zeit gefühlt hatte. Das konnte doch nicht möglich sein? Auf keinem sah ich eine Erklärung dafür, warum ich all diese Jahre obsessiv in die Verkleinerung meiner Figur investiert hatte.

War mein Dicksein – der Grund, warum ich über so viele Jahre so hart zu mir war – am Ende eingebildet? Wie absurd! Vollkommen absurd.

Zwischen meiner damaligen Wahrnehmung und dem, was ich heute

sehen kann, klafft eine grosse Lücke. Warum litt ich all die Jahre unter der fixen Vorstellung, dass mein Körper ein einziger, riesengrosser Fehler war? Warum war ich so überzeugt davon, dass mein eingebildet dicker Körper der Grund für meine Unzufriedenheit war und sich alles wie von Zauberhand auflösen würde, wenn ich endlich «schlank» sein würde?

Vor mir lag der Beweis: Ich habe mich nur «dick gefühlt». So «dick gefühlt», dass ich abwechselnd mager-süchtig, sport- und diätabhängig und auf jeden Fall immer unerbittlich zu mir selber war. Aber warum war mein Selbstbild so gestört?

Diese Frage kann ich mittlerweile leicht beantworten: Ich lebe in einer Diätkultur, einer Gesellschaft, die von Diätpropaganda (zuweilen unbemerkt) überschwemmt wird. Vielleicht müssen einige Leserinnen ob dieser bahnbrechenden Erkenntnis ein bisschen schmunzeln, aber ich war ehrlich überrascht, dass mein Selbstbild derart verzerrt war. Und das, obwohl ich mich seit einigen Jahren mit diesem Problem auseinandersetzte und wusste, dass mich sein Einfluss krank machte.

Diätkultur ist viel mehr als «Beach Body»-Mahnungen auf Zeitschriftencovern, Slim-Fast-Werbung an jeder Bushaltestelle oder die Tatsache, dass 99 Prozent der Models bei den Fashion Weeks besorgniserregend dünn sind.

Diätkultur beschreibt eine Gesellschaft, auf der ein unsichtbares Netz aus Definitionen und Glaubenssätzen liegt, das den Wert eines Menschen anhand seines Äusseren definiert. Schlank und dick sind so nicht etwa gleichwertige Varianten, sondern zwei eindeutige Gegensätze. Schlankheit ist dabei das Ideal, das ultimative Statussymbol, nach dem wir alle streben (sollten). Wer als schlank gelesen wird, gilt als schön, gesund und diszipliniert und muss das gar nicht mehr anders unter Beweis stellen, bekommt also eine Poleposition zugewiesen. Damit

Wer als schlank gelesen wird, gilt als schön, gesund und diszipliniert



Sofie (27). Sie will als Fettaktivistin erreichen, dass eine Aussage wie «Ich bin fett» so normal wird wie «Ich habe braune Haare»



Wilde (28). Sie stört vor allem, dass Dicksein mit Ungesundsein gleichgesetzt wird. «Egal wie du aussiehst, jede verdient Liebe»



Keines
der Fotos
zeigte,
wie dick
ich mich
in all
der Zeit
gefühlt
hatte

das funktioniert, muss das Dicksein immer das Gegenteil davon sein: Wer als dick gelesen wird, gilt als hässlich, ungesund und faul. Körperfett ist der sichtliche Beweis für Willensschwäche.

Und das ist ein Tabu. Nicht schlank sein wollen existiert in der Diet Culture als legitime Idee nicht. Sich diesem Wertesystem zu entziehen, erscheint uns absurd, gar anmassend. Wer, bitte, will nicht dünn sein?! So wird eine Gewichtsabnahme in der Regel mit Anerkennung, Bewunderung und Wertschätzung belohnt, die Gewichtszunahme umgekehrt diskreditiert. Zu sagen, ich will gar nicht abnehmen, ist ein Affront für all jene, die die Diet Culture nicht hinterfragen oder gar nicht erst sehen, dass sie existiert. Dünnsein ist gut, und Dicksein ist schlecht – Punkt. So hören sie statt «Ich will nicht dünn sein», ganz im Sinne der Gegensätzlichkeit: Ich will gar nicht schön oder gesund oder erfolgreich sein.

Ich stelle mir Diätkultur als überdimensionales Puzzle mit Tausenden Teilen vor. Die Teile sind so vielfältig und passen scheinbar so gut zusammen, dass sie erst mal gar nicht als zusammengeschustertes Puzzle auffallen. Hinter allem steckt die elementare Botschaft, dass Dünnsein gut und Dicksein schlecht ist. Mir selbst fiel es jahrelang nicht auf, dass die Teile gar nicht zusammenpassten. Dass ich ihre Ecken und Kanten knicken und sie zuweilen mit der Schere stutzen musste, um sie passend zu machen.

Die letzten drei Jahre habe ich in die Dekonstruktion dieses Puzzles investiert. Das ist natürlich sehr kurz im Vergleich zu den vielen Jahren, in denen ich den Versprechungen und Leitsätzen der Diet Culture arglos glaubte. So ist es ernüchternd, aber verständlich, dass meine Körperwahrnehmung bis heute von diesen krankmachenden Überzeugungen und Unwahrheiten beeinflusst ist. Es ist nicht einfach, diese Einflüsse aus meiner Selbstbetrachtung herauszulösen und

mich nicht mit solchen Augen zu betrachten. In der Diätkultur sind wir uns alle einig: Dicksein ist das, was wir nicht sein wollen. Und wenn Einzelne schon dick sein müssen, dann sollten sie sich wenigstens zusammenreissen und ultrahart daran arbeiten, nicht dick zu bleiben. Die konstante Auseinandersetzung mit dem Abnehmen wird zur Lebensaufgabe.

Besonders erschwert wird das, weil «schlank» zwar als Ideal gilt, aber keiner weiss, was das eigentlich heisst. Wann ist eine Person denn «schlank»? Egal wie wenig ich wog oder wie eng das Massband sass, ich fühlte mich immer dick. Mehr noch, diese Unbestimmtheit ist notwendig. In der Diätkultur ist es superwichtig, dass wir nie fertig damit sind, uns «verbessern» zu wollen. So ist es nicht weiter verwunderlich, dass die meisten Bauchweghosen und formende Unterwäsche, die Körper in Richtung Ideal quetschen sollen, in den Konfektionsgrössen 36 und 38 verkauft werden. Es reicht eben nicht aus, wie schmal ein Körper bereits ist. Weniger geht immer.

Wie absurd dieses Konstrukt ist, erkennen wir daran, dass das, was «dick» und was «dünn» ist, sich am laufenden Band ändert. Wir tun so, als wären das absolute Markierungen und jedem klar, wo die Grenze ist, dabei ist das völlig unklar. «Dicksein ist ein Konstrukt», sagt die Autorin und Fettaktivistin SchwarzRund, «was am einen dick ist, ist am anderen richtig.» Die Idee, was Schlanksein sein soll und wie es bewertet wird, veränderte sich im Lauf der Zeit mehrmals und abhängig von Ort und Kontext. Bis heute gibt es dazu keinen Konsens, auch wenn wir häufig so tun. Die allbekannten Rubensfrauen können nicht ohne Weiteres als Beweis dafür herhalten, dass «früher» dicke Figuren in Mode waren, aber sie zeigen, wie sehr sich die Idee davon, was schön ist, ändern kann. In ihrer #BlackFatBellyLove-Ringvorlesung forderte die Fettaktivistin und Politologin Christelle

"Dicksein ist ein Konstrukt. Was am einen dick ist, ist am anderen richtig"

SchwarzRund, Fettaktivistin



Lise (27). Sie ist SchauspielerIn und arbeitet gerade an einem Theaterstück, das davon handelt, dick zu sein: «Ein Thema, das sonst kaum auf die Bühne kommt.»



Kamilla (28). Sie findet den Grund entscheidend, warum jemand abnehmen will.
«Ist es Selbsthass? Dann fang woanders an»

Nkwendja-Ngnoubamdjum uns auf «schöne Frau» zu googeln und die Bilder kritisch anzuschauen: alle Frauen sind weiss, sehr schlank, jung und makellos. Diese starke Limitierung unseres Schönheitsideals ist von Rassismus und Kolonialismus geprägt und sie schliesst alle Körper, die nicht weiss, nicht jung, nicht «schlank» und nicht «makellos» sind, aus. Aber warum muss das so sein?

Sabrina Strings studiert die historischen Hintergründe von Fettphobie und Schlankheitsfetisch in ihrem hervorragenden Buch «Fearing the Black Body – The Racial Origins of Fat Phobia» von 2019. Sie deckt auf, dass zwei Entwicklungen zu unserer heutigen Ablehnung von Dicksein führten: der transatlantische Sklavenhandel sowie der erstarkende Protestantismus. Auch davor gibt es natürlich Hinweise auf die Ablehnung von Fetttheit, aber erst mit diesem Unterbau konnte daraus eine allumfassende, diskriminierende Kultur, eine Diätkultur werden. Rassistische Theorien wurden – oft von Europäern – erfunden, um den für sie profitablen Sklavenhandel zu rechtfertigen. Schwarze Menschen werden darin zu minderwertigen Menschen erklärt, weswegen ihre Ausbeutung

unproblematisch sei. Auf vielen Seiten wurde diese gewaltvolle Idee anhand pseudowissenschaftlicher Methoden detailliert argumentiert. Ein Aspekt davon war, Fettsein mit «gierigen», «wilden» «Afrikanerinnen und Afrikanern» zu verbinden. Auf der anderen Seite schlägt der Protestantismus zunehmend vor, dass übermässiges Essen sündhaft ist.

Europäische Eliten und weisse Amerikaner beginnen, Fettphobie zu nutzen, um sich moralisch überlegen zu fühlen und sich von den vermeintlich zügellosen und deswegen fetten «Anderen» abzusetzen. Gerade in den USA verbanden sich diese Ideen im frühen 19. Jahrhundert, und daraus erwuchs – ganz kurz gesagt – unsere heutige Diätkultur.

Im frühen 20. Jahrhundert kommt dann, so Strings, die Überbewertung des «schlanken Ideals» hinzu, das gerade für weisse Frauen relevant wird. Diese holen sich ihre Abnehmtipps gern aus dem viktorianischen England, um damit ihre religiöse Erleuchtung und rassistische Aufwertung zu demonstrieren. Erst jetzt beginnt die Medizin, sich gegen Fetttheit zu engagieren. Die kalifornische Ärztin Lulu Hunt Peters veröffentlichte 1918 den

ersten Diät-Bestseller «Diet and Health: With Key to the Calories» und schrieb das Buch, als wäre es selbstverständlich, dass alle Frauen Gewicht verlieren wollen. Denn wer dick ist, ist unmoralisch, hat keine Selbstkontrolle, ist gar unpatriotisch, und das ist inakzeptabel, so Hunt Peters. Als potentes Mittel schlägt sie als Erste das Zählen von Kalorien vor.

Sabrina Strings fasst es so zusammen: Fettphobie und die Angst vor der imaginierten «fetten schwarzen Frau» basieren auf rassistischen und religiösen Ideen und sind nicht nur entstanden, um schwarze Frauen zu degradieren, sondern auch, um weisse Frauen zu disziplinieren. Ihr Buch geht in die Tiefe dieser spannenden Geschichte, die so anders ist, als ich sie mir vorgestellt hatte.

Wenn du meinem Teenager-Ich die Frage gestellt hättest, was es denn unter Schlanksein versteht, hätte es mit Sicherheit jede Menge Ausschnitte aus Zeitschriften geholt und dir Bilder von Meg Ryan («Schlaflos in Seattle»), Winona Ryder («Reality Bites») und Chloë Sevigny («Kids») gezeigt. In meinem Tagebuch von 1992 klebt ein Foto, das Kate Moss mit knochigem Brustkorb, weissem Tanktop, Zigarette

riposa

SWISS SLEEP

Stärkt den Rücken.

*
SCHLAF
BONUS

*Wir schenken Ihnen 10% Schlafbonus auf riposa Produkte. Angebot gültig vom 15.3. bis 15.5.2021 in Ihrem Fachhandel. [riposa.ch](https://www.riposa.ch)



Dieser Text stammt aus dem Buch «Body Politics» von Melodie Michelberger (eigentlich Melanie Jaske), das vor Kurzem im Rowohlt-Verlag erschienen ist. Michelberger (45) hat als Redaktorin für «Gala» und «Brigitte» gearbeitet und engagiert sich auf Instagram für die Akzeptanz verschiedener Körper.



Sie weigern sich, sich zu schämen. Sie weigern sich, sich zu verstecken. Und vor allem haben sie genug davon, angestarrt, ausgelacht und auf Social Media Objekte des Spottes und des Hasses zu sein. Für ihr Projekt «I Am Fat» hat die preisgekrönte dänische Dokumentarfotografin Marie Hald (33) junge skandinavische Frauen porträtiert, die darauf bestehen, sie selbst zu sein – und das, was sie nunmal sind: dick.

und verruchtem Blick zeigt. Darüber schrieb ich mit einem fuchsiafarbenen Glitzerfilzstift «Kate» und ein Herzchen. Zu diesem Zeitpunkt war sie 17, ich 15 Jahre alt. Wir waren beide Teenager. Ich magersüchtig in meinem Dorf, sie auf dem Weg zum gefeierten Size-Zero-Topmodel. Der Taillenumfang von Size Zero entspricht übrigens dem durchschnittlichen Umfang eines 8-jährigen Mädchens.

Meine Idee von Dünnssein ist von den Neunzigerjahren geprägt, in denen schmale Hüften, kleine Brüste und flache Bäuche im Vordergrund standen. Gross geworden bin ich mit dem Ideal der 80er, geprägt von Jane Fondas Aerobic Body und dem «gesunden» Look von Supermodels wie Cindy Crawford. Als deren Tochter Kaia Gerber 2017 das erste Mal auf den Laufsteg trat, war ihr Körper viel schmäler als der ihrer berühmten Mutter damals.

Dass dieses Ideal sich schon innerhalb von Jahrzehnten ändern kann, ist deprimierend. Wer soll da mitkommen? Wer sich in den 90ern Richtung «Heroin Chic» hungerte, wäre jetzt, da runde Pos auf einmal «angesagt» sind, richtig schlecht dran.

Es gibt einen grossen Motivator, uns immer wieder glauben zu lassen, dass die Arbeit an unserem Körper nie beendet ist, weil es immer etwas zu verbessern gibt: Geld. Die Diätindustrie macht in Europa geschätzt hundert Milliarden Euro Umsatz pro Jahr. Den macht sie, weil wir überzeugt sind, dass wir fehlerhaft sind. Das Schönheitsideal soll dabei möglichst unerreichbar sein, denn das konstante Empfinden von vermeintlichen Makeln ergibt einen konstanten Bedarf nach helfenden Produkten. Wir brauchen den Detox-Shake, die Fit-Watch, die Kalorienzähl-App, die Kettlebells, den Proteinriegel und den Waist-Trainer.

Wenn die Diät vorbei ist, kommt das Gewicht zurück, denn wenn du deinem Körper einige Zeit Nahrung vorenthalten hast, wird er sie danach wieder einfordern und einlagern. Von den Gefühlen der Schuld und Scham darüber,

dass du es nicht hinbekommen hast, profitiert wieder die Diätindustrie, weil sie dir einen neuen, total überzeugenden Vorschlag machen kann. All jene, die dich immer wieder überzeugen wollen, dass dein Körper nicht richtig ist, verdienen mit deinem niedrigen Selbstbewusstsein Geld. Richtig viel Geld. Wir denken, wir sind unglücklich, weil wir nicht gut aussehen. Aber in Wahrheit ist gar nicht gewollt, dass wir rundum glücklich sind. Sonst würden wir ja nicht mehr so viel Geld für Dinge ausgeben, die uns angeblich glücklich machen.

In den letzten Jahren gingen die Umsätze der Abnehmindustrie zurück, als Konsequenz davon erfinden sich die grössten Player neu: Weight Watchers wird zu WW, die «Brigitte-Diät» heisst jetzt «Brigitte-Balance» (weil sie neben Ernährung und Bewegung auch Meditation beinhaltet) und «FDH» Intervallfasten. Alter Wein in neuen Schläuchen. Alle verdienen damit Geld, dass wir uns schlecht fühlen. Anders schlecht, aber auf jeden Fall schlecht.

Es gibt etliche Beispiele für den Erfindungsreichtum der Branche. Nehmen wir Cellulite, die harmlosen Wellen auf den Fettreserven, die jahrhundertlang in Ruhe gelassen wurden, bis die französische Kosmetikindustrie sie in den 1930ern als Einnahmequelle entdeckte und anfang, «Gegenmittel» zu verkaufen. Magazine waren schnell dabei, diesen neuen Makel zu propagieren. 1968 hiess es dann in der US-«Vogue»: «Cellulite, the new word for fat you couldn't lose before.» Es gibt überhaupt keinen medizinischen oder sonstigen Grund, gegen sogenannte «Orangenhaut» vorzugehen. Ausserdem ist es ziemlich erfolglos, die wenigsten Behandlungen haben den versprochenen Effekt. Aber dennoch: 2015 wurden fast eine Million Tiegel Anti-Cellulite-Crème in Frankreich verkauft. Was wir gemeinhin als schön empfinden, wurde jahrzehntelang in unsere Gehirne gepresst. Ist es wirklich Zufall, dass wir alle einen schlanken Körper, haarfreie

Beine, ein faltenfreies Gesicht und einen fettfreien Körper wollen sollen?

Die Diätkultur zeigt sich in vielen Aspekten unseres Lebens. Wie wichtig es ist, schön zu sein, wird kleinen Kindern, besonders Mädchen, früh einge-trichtert. Schneewittchens Stiefmutter befragt ihren Zauberspiegel, wer die Schönste im ganzen Land sei (und will ihre Tochter ermorden, weil «der Spiegel» diese krönt – von wegen female competition ...). Justus von den «Drei Fragezeichen» wird in wirklich jedem Band als «Dickerchen» aufgezogen. Barbies und Bratz Dolls wären mit ihren überlangen Beinen und super-schmalen Taillen als «echte Menschen» nicht überlebensfähig. Auf der Leinwand begegnet uns die «Dicke» als verzweifelt Schokolade essende Singlefrau («Bridget Jones»), schreiend lustige Ulknudel (Melissa McCarthys Rolle in «Bridesmaids») oder als tragische Figur, die sich ihr Gewicht aus Kummer angeessen hat (Chrissy Metz' Rolle in «This Is Us»).

Während Köche gern ihren runden Bauch präsentieren, fällt mir keine Fernsehköchin ein, die dasselbe tun würde. Oder eine Werbung, in der ein dicker Körper nicht Zielscheibe des Spottes ist. Wieso gab es so einen Aufschrei, als die belgische Gesundheitsministerin Maggie De Block ihr Amt antrat? Warum bekommen Schauspieler Oscars für radikale Abnahme (oder Zunahme, aber nur wenn das Gewicht bis zum roten Teppich wieder weg ist)? Wieso gibt es nicht ganz selbstverständlich überall Sitzgelegenheiten auf denen auch grosse Körper eingeladen sind, Platz zu nehmen? Wieso werden dicke Menschen in Flugzeugen wie Aussätzige behandelt? Warum können Comedians Witze über dicke Menschen machen, und alle lachen mit?

Diätkultur ist allgegenwärtig und berührt alle Bereiche unseres Lebens. Sie in ihrer Gesamtheit zu beschreiben, ist schwierig, weil sie so komplex, diffus und oft widersprüchlich ist. Das macht es so schwer, ihr beizukommen. Aber der Versuch lohnt sich!

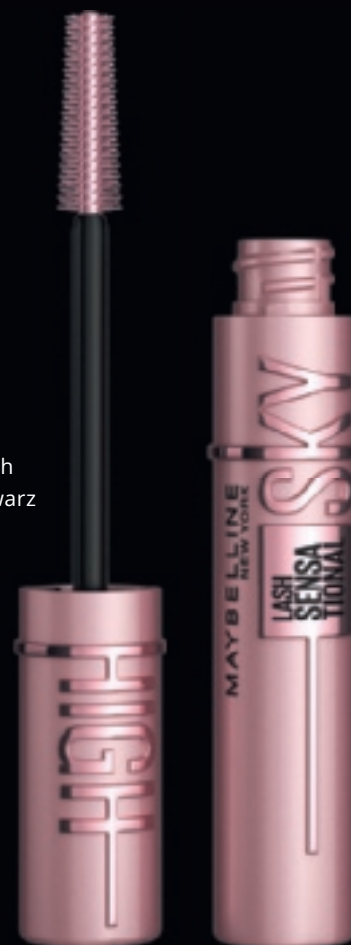
BRACK.CH

LIEFERT NEU AUCH BEAUTY- PRODUKTE.

18.90

Maybelline | Mascara Lash Sensational Sky High Schwarz

Art. 1169165



WETTBEWERB

Tauchen Sie ein in unsere Beauty-Welt

Gewinnen Sie eines von drei Haarstyling-Sets im Gesamtwert von CHF 107.80 und lassen Sie sich von unserer informativen und umfassenden Beauty-Welt auf brack.ch/beauty inspirieren.

Preise inkl. MwSt., Preisänderungen und Irrtümer vorbehalten.
Preise sind reguläre BRACK.CH-Verkaufspreise vom 12. April 2021.
BRACK.CH AG | 5506 Mägenwil | brack.ch | info@brack.ch | [@brackch](https://www.instagram.com/brackch)

**Sonntags empören
wir uns in Billig-Lumpen
über Fast Fashion.**



SonntagsZeit zum Hinschauen

abo.sonntagszeitung.ch

Wir tragen es mit Fassung



Hallo, Haut:
Shirt mit Cutout
des Labels
Helmut Lang

Kürzlich war ich mit der neu ernannten Kreativdirektorin eines Schmuckimperiums zum Videointerview verabredet. Obwohl die Kristalle in allen Farben über den Bildschirm funkelten, erregte etwas anderes meine Aufmerksamkeit: ihr Oberteil. Darauf angesprochen deutete sie auf den Prada-Schriftzug am Rollkragen und sagte lachend: «Wenn meine Mutter das sehen würde!» Die habe das mit den Logos nie so recht verstanden. Ich wage zu behaupten, dass sie eines noch weniger versteht: Dass ihre Tochter einen Tausender lockermacht für einen Rollkragenpulli, der mehr Löcher hat als ein Emmentaler. Dabei ist es gerade das fehlende Material, das der Trägerin ein Loch ins Portemonnaie reisst.

Unsere Mütter haben Löcher in Pullovern gestopft, anstatt dafür zu bezahlen. Obwohl, Aussparungen in Kleidern gab es schon in den Sechzigern. Ab den Siebzigern schnitten Punks Löcher in ihre Klamotten, um durch das gesellschaftliche Raster zu fallen. Und Anfang der Achtziger präsentierte die japanische Comme-des-Garçons-Designerin Rei Kawakubo kaputte Kleidung auf dem Laufsteg. Später brannte sie für Louis Vuitton Löcher in Taschen. Secondhand werden die schon mal für 13 000 Franken gehandelt.

Aktuell sind Cutouts omnipräsent. Dolly Parton liess sich jüngst durch die Aussparung im Ärmel ihres Oberteils gegen Corona impfen. Helmut Lang lichtet Rückenpartien, Fendi perforiert Schuhe und Boss stantzt Ösen in die Kollektion; unzählige kleine Metallrahmen. Sowieso: Rahmen. Auch bei Givenchy: Rücken- und Ellbogenausschnitte in Kristalle gefasst. Ist es das? Wollen wir der Intimität, nach der wir uns sehnen, der Haut, die wir nicht berühren sollen, wenigstens unsere volle visuelle Aufmerksamkeit schenken? Wie einem Bild im Museum, das man nur aus der Ferne – «1.5 Meter Abstand. Bitte. Alle.» – bewundern darf? Nun, das gelingt eingerahmt sicher zielgerichteter, als wenn ganze Körperteile plump unbekleidet daherkämen. Und es würde den Preis der Trendstücke erklären: Was uns lieb und teuer ist, braucht eine entsprechende Fassung. Mona Lisa blickt ja auch nicht aus einem billigen Rahmen.

Leandra Nef

Kult Openair

Redaktion:
Nathalie
De Geyter
Fotos:
Christopher
Kuhn



Leichtgewicht
Korb tasche aus
recyceltem Kunststoff
von FENDI



Luftifuss

Pumps mit Gitter-
gewebe aus bestickter
Baumwolle von DIOR

82



Kettenreaktion

Gliederkette
H Réponse aus Silber
von HERMÈS



Performance
Umhängetasche Viva
aus lasergeschnittenem
Leder von BALLY

84

Mode

Redaktion:
Michèle
Boeckmann
Fotos: Nadine
Ottawa

FEN NE

ART



Transparente Stoffe, Décolletés und Cutouts – die Mode zeigt, wie viel Stärke in der Verletzlichkeit liegt.



Crop-Top aus Chiffon mit Rüschen, Hose aus Lux Fleece, Panties aus Viskose, alles von MIU MIU

Schulterfreies
Minikleid aus
Baumwolle und
Seide mit
Puffärmeln und
Raffungen von
ISABEL MARANT





Bodysuit mit seitlichen Cutouts von KENZO



90

Kleid mit Cutouts
am Oberteil und
plissiertem Jupe,
Mules aus Nappa-
leder, beides von
VERSACE





Slipdress aus
Jersey mit tiefem
Rückenausschnitt
von SALVATORE
FERRAGAMO



Ledergürtel mit strassbesetzter Logo-Schnalle von CHANEL

Smoking-Blazer
aus Wolle und
Mohair, Triangel-
bikini und
Trainerhose aus
Satin, alles von
CELINE





Minikleid aus Leinen von JACQUEMUS bei Tasoni. Mules aus Nappaleder von VERSACE





Crop-Top aus
Lurexmix,
Patchwork-Jupe
aus Chiffon
und Panties,
alles von ACNE
STUDIOS



Zarte Töne

Die Sommermode zeigt Haut – und Gefühl.

- 1 Ohrhänge mit Rosenmotiv von Y/Project ca. 358 Fr. bei thefour eyed.shop 2 Halbtransparentes Strickhemd ca. 165 Fr. von Low Classic 3 Schulterfreies Top aus Satin von Solace London 378 Fr. bei brownsfashion.com
4 Maxikleid mit Beinschlitz 99.95 Fr. von H&M Innovation Colour Story 5 Tasche aus Glasperlen und Metall ca. 460 Fr. von Azur 6 Schlafmaske aus Seide ca. 160 Fr. von Bernadette 7 Highwaist-Bikinihose ca. 435 Fr. von Magda Butrym 8 Asymmetrischer Jupe aus Jersey ca. 320 Fr. von Helmut Lang 9 Lippenstift Rouge Hermès 77 Fr. von Hermès 10 Bra-Top aus Leinen 89 Fr. von Viola & Vesper 11 Schnürsandalen von Yuul Yie 394 Fr. bei farfetch.com

98

Im Detail

Redaktion:
Nathalie
De Geyter
Fotos:
Micha Freutel

SOUL

SCHULTER ZEIGEN



Rippstricktop 370 Fr. und Bootcut-Hose 715 Fr., beides von Coperni bei Tasoni



Top mit Knotendetail 230 Fr. und Midijupe aus Leinen 490 Fr., beides von Rejina Pyo bei Vivian Graf



Minikleid mit Nadelstreifen ca. 490 Fr. von Ganni



Schulterfreies Rippstricktop mit Knopfleiste von Jacquemus ca. 395 Fr. bei mytheresa.com.
Jeans von Sophie D'Hoore 439 Fr. bei The Apartment Store



Tailliertes Top mit Puffärmeln ca. 465 Fr. von Lecavalier. Hose mit Halsträger 59.95 Fr. von H&M Innovation, online erhältlich



Proenza Schouler

Cool wie Patti

Die Rocklegende definierte androgyn.

1 Leinentasche von Missing You Already 80 Fr. bei Vivian Graf 2 Sonnenbrille aus recyceltem Kunststoff 150 Fr. von COS x Yuma Labs 3 Geripptes Tanktop aus Supima-Baumwolle 45 Fr. von Schiesser 4 Silberanhänger Good Day Bad Day ca. 120 Fr. von Alec Doherty 5 Parfum Amazinggreen von Comme des Garçons 109 Fr. bei Marionnaud 6 Boyfriend-Hemd aus Biobaumwolle ca. 395 Fr. von Bite Studios 7 Oversize-Weste ca. 130 Fr. von The Frankie Shop 8 T-Shirt Arbore ca. 85 Fr. von Lou Lou Studio 9 Mid-Rise-Jeans Rosa 254 Fr. von Rag & Bone 10 Boyfit-Wollhose ca. 245 Fr. von Iivirdtla.com 11 Loafers von Martine Rose ca. 435 Fr. bei In-cc.com



Patti Smiths Look
in den Siebzigern
war inspiriert von
Charles Baudelaire
und Jean Genet – und
Keith Richards (Frisur)



Miu Miu

Preppy wie Twiggy

Typisch für den Look des Models: Adrett!

- 1 Rippstrickshirt ca. 325 Fr. von Calle del Mar 2 Ohrclips ca. 165 Fr. von Monies 3 Wendbares Top ca. 140 Fr. von Tereza Rosalie Kladosova 4 Lippenbalsam mit Rosenduft von KNC Beauty 20 Fr. bei Greenlane 5 Häkelkleid ca. 235 Fr. von Cro-Che 6 Sonnenbrille Paula ca. 475 Fr. von Lapima 7 Rippstrickjupe ca. 485 Fr. von Calle del Mar 8 Baumwollhose Tabbie ca. 380 Fr. von Nanushka 9 Halterneck-Badeanzug 399 Fr. von Emilio Pucci 10 Mules Dina ca. 205 Fr. von Camper Lab 11 Tasche Pebble ca. 340 Fr. von Reiken Nen



Das Gesicht der
Swinging Sixties:
Bunt und keck
war Twiggy's
Signature-Stil



1



2



3



4



5



6



7

8



9



10



11



Disco wie Donna

Sexy und glamourös, Summer-Style.

1 Schimmerndes Bodyöl Soleil Blanc von Tom Ford 101 Fr. bei douglas.ch 2 Jeans-Top ca. 40 Fr. von Pull & Bear 3 Bodysuit von Fantabody ca. 80 Fr. bei tylermcgillivary.com 4 Satinkleid mit Wasserfallausschnitt ca. 120 Fr. von Danielle Guizio 5 Wickeloberteil aus Seidensatin von Envelope 1976 ca. 270 Fr. bei net-a-porter.com 6 Rippstrickhose mit Flare-Kick ca. 110 Fr. von & Other Stories 7 Ohrstecker 349 Fr. von Swarovski 8 Hose mit Strassbund von Michael Lo Sordo ca. 445 Fr. bei modaoperandi.com 9 Sonnenbrille Hutsman 129 Fr. von Poppy Lissiman 10 Bikini-Set ca. 220 Fr. von Oséree 11 Strassbesetzte Riemensandalen Gilda von Amina Muaddi ca. 860 Fr. bei luisaviaroma.com



Donna Summer
liebte Glitzer, Leo-
print, Pailletten,
Federn – über-
haupt alles, was
«Party» schreit

110

Bijoux News

Go for Gold

In Kopenhagen entdeckt, im Berner Goldlabor umgesetzt: Die Goldschmiedin Sara Küfer mag die gradlinigen, schlichten Formen des dänischen Designs. Ihre Kollektion FEM ist eine Hommage an die Frau. Der Ohrschmuck aus vergoldetem recyceltem Silber ist handgearbeitet.

460 Fr., goldlabor.ch



Fernweh

Gabrielle Chanel liebte Venedig. Jetzt liess sich auch Patrice Leguèreau, Kreativ-Direktor des Chanel-Schmuck-Designstudios, von der Lagunenstadt inspirieren. Der Ohrschmuck Volute Marine der Haute-Joallerie-Kollektion Escale à Venise symbolisiert die Holzpfähle, an denen die Gondeln anlegen.

Preis auf Anfrage



Rosen für Mama

Das Bracelet aus Sterlingsilber mit den glitzernden Zirkoniasteinen im Brillantschliff und Rosenmotiv hat Schmuckhersteller Pandora eigens als Geschenk-idee für den Muttertag designt. 109 Fr.



Kurz gefragt

Matthias Breschan, CEO Longines

Seit einem halben Jahr führen Sie die weltbekannte Uhrenfirma. Was ist Ihre grösste Herausforderung? All das, was uns in der Vergangenheit stark gemacht hat, zu erhalten und zu verbessern.

Longines hat sich zum Ziel gesetzt, die Umsatzhürde von zwei Milliarden Franken zu knacken. Wie? Im Corona-Jahr haben wir gemerkt, dass zwar die asiatischen Touristen fehlen, wir aber auch im heimischen Markt ein grosses Wachstumspotenzial haben: Das zeigt unter anderem der Erfolg der Linie La Grande Classique de Longines, die sowohl bei Frauen wie auch bei Männern gut ankommt.

Warum gibt es von Longines keine Schmucklinie?

Unsere Kernkompetenz ist die Horlogerie. Die 189-jährige Geschichte von Longines ist einzigartig, die Marke ist wie kaum eine andere in der Schweizer Uhren-industrie verankert.



La Grande Classique de Longines, Perlmutterzifferblatt mit zwölf Diamanten, Quarzwerk, 1380 Fr.

Redaktion: Monique Henrich

Lic ht SPIEL

Wie Sonnenstrahlen im Flacon:
Die Parfums des Frühlings sind hell, frisch, blumig –
und duften nach unbeschwerten Tagen.

Musc Noir von NARCISO RODRIQUEZ FOR HER ab ca. 79 Fr.
Steht für eine neue Weiblichkeit: Sinnlich und mysteriös dank Rosen und Moschus





1 Girl von ROCHAS
ab ca. 49 Fr.
Jung und frisch: Mit
Zitrusakkorden, Holz- und
Blumennoten. Aus
neunzig Prozent natürli-
chen Inhaltsstoffen

2 Love Don't Be Shy
Extreme von KILIAN
ca. 240 Fr.
Ein Mix aus Marshmallows,
Rose und Orangenblüte
in einer stärkeren Version
als das Original

3 Serpent Bohème von
BOUCHERON ab ca. 118 Fr.
Feminin und fröhlich:
Mandarine, Blüten und
weisser Moschus sorgen
für Abwechslung

4 La Dompteuse Encagée
von SERGE LUTENS
ab ca. 150 Fr.
Sinnlich, intensiv und
extravagant: Blumige
Noten vermischen
sich mit Mandelaromen

5 Dolce Rose von DOLCE &
GABBANA ab ca. 73 Fr.
Voller Energie und Lebens-
freude: Ein fröhliches
Bouquet aus Rosen und
Magnolienblüten

6 I Want Choo von JIMMY
CHOO ab ca. 91 Fr.
Ein blumig-orientalisches
und sehr sinnliches
Parfum, das durch wilde
Partynächte begleitet



7 Orphéon von DIPTYQUE
ab ca. 155 Fr.
Der würzige, rauchige
Duft ist perfekt für eine
lange Nacht in einer Bar

8 Trussardi Eau de
parfum von TRUSSARDI
ab ca. 61 Fr.
Ein Hauch italienischer
Eleganz mit floralen,
fruchtigen und ledernen
Komponenten

9 Forget Me Not von
VICTORINOX ab ca. 79 Fr.
Von der Schweizer Natur
inspiriert: Sanft und frisch
mit Bergamotte, Vergiss-
meinnicht und Zedernholz

10 Olympéa Blossom
von PACO RABANNE
ab ca. 137 Fr.
Fröhlich und ausgelassen:
Mit Rose und Johannis-
beere sowie Vanille und
Kaschmirholz

11 004 Eau de parfum
von BON PARFUMEUR
ab ca. 47 Fr.
Ein Parfum für Gin-Lieb-
haberinnen: Frisch und
spritzig durch Wacholder-
beeren, aber auch
warm dank Tabaknoten

2

4

1

3

1 Tobacolor von
CHRISTIAN DIOR ab
ca. 134 Fr.

Eine elegante Mischung
aus süßen Früchten und
rauchigen Tabakblättern

2 Georgeous! von MICHAEL
KORS ab ca. 63 Fr.

Blumig, frisch und unkom-
pliziert: Ein Parfum voller
Energie für jeden Tag

3 Ginza von SHISEIDO
ab ca. 66 Fr.

Blumig, fruchtig und
pikant: Ein Duft aus
Japan, der Gegensätze
zusammenbringt

4 Izia la Nuit von SISLEY
ab ca. 130 Fr.

Fruchtig, floral und holzig
mit einem Hauch von
Vanille: Ein Duft, der nicht
nur abends verführt





1 Tubéreuse Nue von TOM FORD ab ca. 340 Fr.
Tuberoose und Jasmin spielen die Hauptrolle – aber nicht süß, sondern frisch, strahlend und modern

2 A Drop d'Issey von ISSEY MIYAKE ab ca. 75 Fr.
Flieder, Damaszener-Rosen und Orangenblüten sorgen für Sommergefühle

"Ich vermisse meine Leute"

Ana de Armas ist Hollywoods Shootingstar und das neue Gesicht von Estée Lauder. Ein Gespräch über den Duft von Kuba und ihre Rolle als Marilyn Monroe.

Sie trägt eine schlichte, weisse Seidenbluse, neu einen kurzen Pagenschnitt und sitzt bei unserem Zoom-Interview inmitten von blühenden Magnolien. Aus gutem Grund: Der neue Duft von Estée Lauder, für den Ana de Armas Werbung macht, heisst Beautiful Magnolia. Die 32-jährige Kubanerin ist die grosse Abräumerin in Hollywood. Mit Filmen wie «Knives Out», «Blonde», in dem sie Marilyn Monroe spielt, oder dem neuen James-Bond-Streifen «No Time to Die» ist sie zum Superstar avanciert. Eine Rolle, die man ihr aber noch nicht so ganz abnimmt, beim Interview wirkt sie schüchtern und zurückhaltend.

annabelle: Man sagt, Düfte lösen Erinnerungen aus. Geht es Ihnen auch so?
Ana de Armas: Ein Duft bringt sofort Erinnerungen an Orte oder an Men-

schen zurück. Ich habe Parfums zuhause, die mich an besondere Menschen erinnern. Ich verwende diese Düfte nicht, aber ab und zu rieche ich daran. Es ist wunderbar, so in die Vergangenheit zu reisen.

Sie sind in Kuba geboren und aufgewachsen. Was vermissen Sie am meisten an Ihrer Heimat?

Eigentlich alles. Ich vermisse meine Familie und meine Freunde. Die Musik, das Essen, die Atmosphäre. Es fehlt mir auch, dort Filme zu drehen und mit kubanischen Schauspielern und Regisseuren zu arbeiten. Ich vermisse meine Leute und meine Kultur eigentlich jeden Tag. Ich versuche, täglich mit diesen Menschen in Kontakt zu bleiben, besonders während dieser schwierigen Pandemie-Zeit. Ich glaube, das gibt mir die nötige Bodenhaftung.

Wieso haben Sie mit 19 Jahren Ihre Heimat verlassen und sind nach Spanien gegangen?

Es war die richtige Zeit dafür. Ich wollte mehr arbeiten. Kuba ist ein kleines Land mit nur wenigen Rollen in Filmen oder im Theater. Kuba war keine Herausforderung mehr für mich. Spanien bot mir die Möglichkeit, als Schauspielerin zu wachsen und neue Jobs zu bekommen. Ich wollte die spanische Filmszene kennenlernen und ausserdem hatte ich auch noch Familie in Spanien.

Heute leben Sie in Hollywood. War es schwierig, als Schauspielerin dort Fuss zu fassen?

Das Schwierigste war, geduldig und fokussiert zu bleiben. Zu wissen, warum ich hierhergekommen bin und auf die richtigen Rollen zu warten. Ich



«Der tägliche
Kontakt mit der
Heimat gibt mir
Bodenhaftung»:
Ana de Armas

„Es war viel schwieriger, jemanden wie Marilyn Monroe zu spielen – alle glauben sie zu kennen“



Beautiful Magnolia ab ca. 78 Fr.
von Estée Lauder

habe versucht, mich gut vorzubereiten und daran zu glauben, dass ich dort hin komme, wo ich hin will.

Was bedeutet es für Sie, das neue Gesicht von Estée Lauder zu sein?

Es ist ein neuer Abschnitt in meinem Leben. Ein neues Abenteuer. Und es ist eine tolle Zusammenarbeit, auf die ich stolz bin. Denn was die Marken-gründerin Estée Lauder vor Jahren ge-schaffen hat, ist beachtlich. Es ist eine Firma, die Frauen feiert.

Was mögen Sie am meisten am neuen Parfum Beautiful Magnolia?

Ich mag, dass der Duft sehr blumig ist. Aber trotzdem frisch, natürlich und leicht. Mit gefällt auch das Flacon sehr gut.

Wie oft tragen Sie Parfum?

Eigentlich jeden Tag. Sogar im Trai-ning oder beim Joggen.

Tragen Sie bei der Arbeit verschiedene Parfums für verschiedene Rollen?

Eigentlich nicht. Das habe ich nur ein-mal gemacht, als ich Marilyn Monroe gespielt und dabei ihren Lieblingsduft getragen habe.

Wie haben Sie sich sonst noch auf die Rolle der Marilyn Monroe vorbe-reitet?

Das war ein langer Prozess. Ich hatte extrem Glück, dass ich so viel Zeit hatte, mich darauf vorzubereiten. Heute ist das nicht mehr selbstver-ständlich. Filme werden in wenigen Wochen gedreht und man hat oft kaum Zeit, sich wirklich tief mit der Rolle auseinanderzusetzen. Ich bin so froh, dass dies bei «Blonde» möglich war.

Wie lang hatten Sie denn Zeit?

Ich drehte gerade den Film «Knives Out», aber ich konnte jeden Abend zwei Stunden Sprachunterricht für

«Blonde» nehmen. Das war zwar ziem-lich anstrengend, aber es hat sich gelohnt. Insgesamt dauerte die Vorbe-reitung fast acht Monate. Die intensive Vorbereitung hat sich definitiv aus-gezahlt.

Sie mussten also Marilyn Monroes Art zu sprechen lernen. Wie war das?

Ziemlich schwierig, denn ich bin Ku-banerin. Aber wenn man jemanden wie Marilyn Monroe spielt und glaub-würdig sein will, muss das wirklich perfekt sein. Denn ihre Stimme und ihre Art, zu sprechen, sind ein wichti-ger Teil von ihr, sie sind auch Teil ihres Charakters. Man kann in ihrer Stimme ihre Zerbrechlichkeit hören.

Ist es also schwieriger, eine reale Per-son zu spielen als eine erfundene?

Es ist viel schwieriger! Besonders je-manden wie Marilyn, den die ganze Welt zu kennen glaubt. Sie ist eine Ikone, sie zu spielen war eine riesige Herausforderung für mich.

Danach drehten Sie den neuen Bond-Film: Wie haben sich die Vorbereitun-gen unterschieden?

Für diesen Film hatte ich nicht viel Zeit. Zwischen Marilyn und Paloma, meiner Rolle im Bond-Film, vergingen nur knapp drei Wochen. Ich musste schnell anfangen, für die Stunts zu trainieren. Ein ziemlich hartes Trai-ning, aber mein Stunt-Team hat mir sehr geholfen.

Was haben Sie für Pläne in nächster Zeit?

Ich hatte ziemlich viel zu tun in den letzten zwei Jahre. 2021 erscheinen drei Filme, in denen ich zu sehen bin: «Bond», «Blonde» und «Deep Water». Im Moment arbeite ich an einem weiteren Netflix-Film, der «The Grey Man» heisst. Etwas Erholung wäre nicht schlecht.

HOLLYWOOD COLLECTION

© 2021 OPI PRODUCTS INC.



I'M REALLY AN ACTRESS...

...eine von 12 neuen Farben, erhältlich als **Infinite Shine**, als **klassischer Nagellack** und bei anerkannten OPI Partnern mit Maniküre-Service-Angebot ebenfalls als **GelColor**-Anwendung.



O·P·I

40 YEARS OF COLOR

www.opiswiss.ch

 www.instagram.com/OPI_SWISS

 www.facebook.com/OPISWISS

122

Beauty News



Über-sinnlich. Si Eau de Parfum Intense von Giorgio Armani betört mit Johannisbeeren-Nektar, Isparta-Rose, Davana, Patchouli und Benzoecharz.

Ab ca. 88 Fr.



Sanfte Alternative. Vier Produkte umfasst die neue Ageless-Gesichts- pflegelinie von Bare Minerals: Sie enthält pflanzenbasiertes Phyto-Retinol, das Irritationen vor- beugen soll.

Ca. 65 Fr. bis ca. 80 Fr. bei Marionnaud

Men's World – Maximal wirksam

Babor lanciert die erste Pflege-Ampulle für Männerhaut. Die Need for Speed Instant Energy Ampoules sollen einen Energieschub verleihen und die Haut frisch und gesund aussehen lassen. 7x2 ml ca. 33 Fr.



Ciao, Bella!

Bergamotto di Calabria von Acqua di Parma entführt dank Bergamotte-Noten direkt nach Süditalien. Den frischen, zitronigen Duft gibt es jetzt als limitierte Edition. Ca. 100 Fr.



Grüne Welle

Paul Mitchell bringt mit der Linie Clean Beauty elf vegane und tierversuchsfreie Haarpflegeprodukte mit einem hohen Anteil an natürlichen Inhaltsstoffen auf den Markt. Erhältlich in den vier Kategorien Everyday, Hydrate, Smooth und Repair.

Ca. 34 Fr. bis 40 Fr.

Redaktion: Niklaus Müller, Nadine Schmid



124

Beauty News

Farben der
Freiheit. Mit der
veganen Lid-
schattenpalette
Wild West
ergänzt Urban
Decay seine
Naked-Eye-
shadow-Linie.

Zwölf Farben, ca. 66 Fr.

ANZEIGE

CAUDALIE

Vinoperfect

Das Serum gegen Pigmentflecken
neu definiert.

Wirksamer, natürlicher.

Ein Kult-Serum gegen Pigmentflecken

Jetzt mit Inhaltsstoffen zu 98% natürlichen Ursprungs, beugt das Vinoperfect Serum für mehr Ausstrahlung & gegen Pigmentflecken dem Erscheinen von Pigmentstörungen vor und korrigiert jede Art von Flecken, unabhängig von ihrer Ursache:



- ✓ Sonne
- ✓ Akne
- ✓ Hormonstörung
- ✓ Vorhandene Flecken

Nicht photosensibilisierend. Geeignet für Schwangere & stillende Mütter.

Das Sommer-Duo gegen Pigmentflecken

Für eine makellose, strahlende und lang anhaltende Bräune schenken wir Ihnen die Sonnencreme LSF50 25ml für das Gesicht, die Sie nach Ihrem Vinoperfect Serum⁽¹⁾ auftragen können.



Formel für gut bewertet bei den Produktbewertungs-Apps.⁽²⁾

INHALTSSTOFFE
98%
NATÜRLICHEN URSPRUNGS

vegan

0% Parabene, Phenoxyethanol,
Phthalate, Mineralöle,
PEG, Silikone, Inhaltsstoffe
tierischen Ursprungs.

1%
FOR THE
PLANET
MEMBER

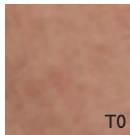
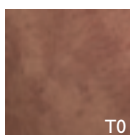
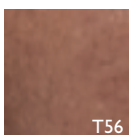
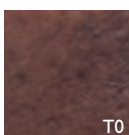
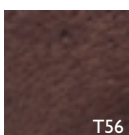


Wirksam gegen Pigmentflecken
bereits ab dem 1. Flakon⁽³⁾

Färbung der Pigmentflecken

-63%⁽⁴⁾

Wirkt bei jedem Hauttyp⁽⁴⁾

Vorher	Nachher	Vorher	Nachher
			
			
			

Nicht retuschierte Fotos

IN IHRER APOTHEKE, AUF CAUDALIE.COM UND
IN IHREM CAUDALIE BOUTIQUE SPA

(1) Angebot gültig in teilnehmenden Apotheken, auf caudalie.com und in den Caudalie Boutique SPAs. Angebot nicht kombinierbar mit anderen Angeboten, gültig solange der Vorrat reicht. Unverbindliches Bildmaterial. (2) November 2020. (3) Klinische Studie, Selbsteinschätzung, 56 Tage, 65 Frauen. (4) Klinische Studie, Dermatologische Bewertung, 56 Tage, 65 Frauen, 91% der freiwilligen Testpersonen.



Highlight mit Plus

Die Foundation Prisme Libre Skin-Caring Glow von Givenchy soll für ein strahlendes Finish des Make-ups sorgen. Durch einen Pflegeanteil von neunzig Prozent verbessert die Foundation zudem die Haut Tag für Tag.

Ca. 67 Fr. bei Sephora



Farbfreude

Die veganen, pflanzenbasierten Nagellacke von Ozn überzeugen durch ihren Glanz und lange Haltbarkeit. Es gibt sie in mehr als sechzig Farben, alle made in Germany.

Ca. 18 Fr. bei nishes.ch



Summ-Summe.
Guerlain feiert den Weltbienentag vom 20. Mai und spendet einen Fünftel des weltweiten Umsatzes von drei Tagen an Projekte, die das Wohl der Bienen im Fokus haben.

#GuerlainForBees #WorldBeeDay

Reinigungskraft

Das Tigergras Centella soll früher verwundeten Tigern bei der Heilung der Haut geholfen haben. Das koreanische Beautylabel Erborian verwendet diesen Inhaltsstoff in der Cleansing-Reihe, die zur Doppelreinigung des Gesichts als Öl und Gel erhältlich ist.

Öl ca. 37 Fr., Gel ca. 33 Fr.



Kneipp

Glück, das wirkt

Achtsamkeit

GEHT UNTER DIE HAUT

GLÜCKS-
MOMENTE
SEIT
130 JAHREN

Gut für dich & deine Haut: Die neue Kneipp® Gesichtspflegeserie **MINDFUL SKIN** mit natürlichen Wirkstoffen aktiviert deine Haut von innen und ist dank nachhaltiger Verpackung auch gut für die Umwelt.

Entdecke die ganze Serie: kneipp.world/mindfulskin



Time-out



The Dolder Grand, Zürich

Mein erster Gedanke: «The Dolder Grand» liegt ungefähr drei Kilometer von meiner Wohnung in Zürich entfernt. Die Anfahrt mit Tram und Dolderbahn dauert nur 32 Minuten, mit dem Auto wäre ich sogar doppelt so schnell. Auf dem Weg zum Hotel frage ich mich: Kann ich mich erholen, wenn ich gar nicht wirklich verreise?

Mein zweiter Gedanke: Ich kann, und wie! Obwohl ich mein Zuhause vom Balkon meines Hotelzimmers sehen kann, bin ich weit weg. Ich fühle mich in einer anderen Welt, einer anderen Zeit. Ein bisschen wie eine Königin in einem Schloss. Was ja durchaus naheliegt bei der

Architektur dieses Hauses: Giebel, verzierte Balkone und Türmchen mit Fähnchen. Der ursprüngliche Pomp-Bau entstand vor mehr als hundert Jahren und zog bald allerlei Berühmtheiten an, darunter etwa Albert Einstein und später Thomas Mann, Sophia Loren und die Rolling Stones.

Mein Lieblingsort im Hotel: Auf dem Liegestuhl auf der Terrasse des 4000 Quadratmeter grossen Spa – mit der Sonne im Gesicht, ein Glas Rosé trinkend.

Mein Highlight: Das Dessert namens Wald im Restaurant Saltz. Es sieht aus wie Wald und schmeckt tatsächlich auch danach. Kreiert wurde es vom

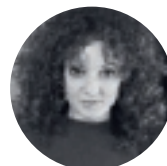
Patissier des Hauses, der TV-Bekanntheit Christian Hümb's.

Das hat mich überrascht: Das Hotel, das im Übrigen zu den Leading Hotels of the World gehört, ist eigentlich ein Museum. Im ganzen Gebäude gibt es Werke von Künstlern wie Andy Warhol, Urs Fischer, Salvador Dalí oder Fernando Botero.

Für wen ist das Hotel geeignet?

Für alle, die den Alltag hinter sich lassen, aber nicht weit reisen wollen. Und für alle, die Luxus, Kunst und Fine Dining mögen und das nötige Kleingeld dafür haben.

The Dolder Grand, Kurhausstrasse 65, 8032 Zürich, thedoldergrand.com, DZ ab 690 Fr.



Deluxe-Relaxen im Naherholungsgebiet: Autorin Yvonne Eisenring

~~Don't~~ Believe the Hype

129

Day-Mascara von Kess

Meine Wimpern sind mein Heiligtum, sie werden gehegt und gepflegt. Um sie richtig in Szene zu setzen, soll eine Mascara sie schön trennen und auf der ganzen Länge umhüllen. Dies verspricht die Marke Kess mit ihrer Day-Mascara. Ich finde, es gibt bereits sehr viele gute und günstige Mascaras auf dem Markt – und in meinem Make-up-Täschchen. Angesichts des recht hohen Preises erhoffe ich mir von der Day-Mascara, dass diese meine Erwartungen auch voll erfüllt.

Kess hat nicht übertrieben. Meine Wimpern sind nach einmaligem Auftragen lang und schön gefächert, ohne jedoch künstlich zu wirken. Die Mascara hält den ganzen Tag, ohne zu verschmieren oder abzubröckeln. Gleichzeitig lässt sie sich leicht abschminken – so bleibt einem der Panda-Look am nächsten Morgen erspart. Ein kleines Minus: Beim Verschliessen des Mascara bin ich am Rand angekommen und die Bürste ist geknickt. So leicht sollte das eigentlich nicht passieren. Benutzen lässt sich die Mascara aber noch immer tadellos. Kurz: Ich bin Fan.

Nadine Schmid, Beauty-Praktikantin

Day-Mascara von Kess ca. 27 Fr.

Der Experte meint:

«Erst seit Juni 2019 auf dem Markt, hat das junge Berliner Kosmetiklabel Kess bereits viele Fans, auch in der Schweiz. Kein Wunder, denn die reduzierten Verpackungen und die nachhaltigen, veganen Inhaltsstoffe sind voll im Trend und die Qualität der Produkte überzeugt. Alles made in Germany.»

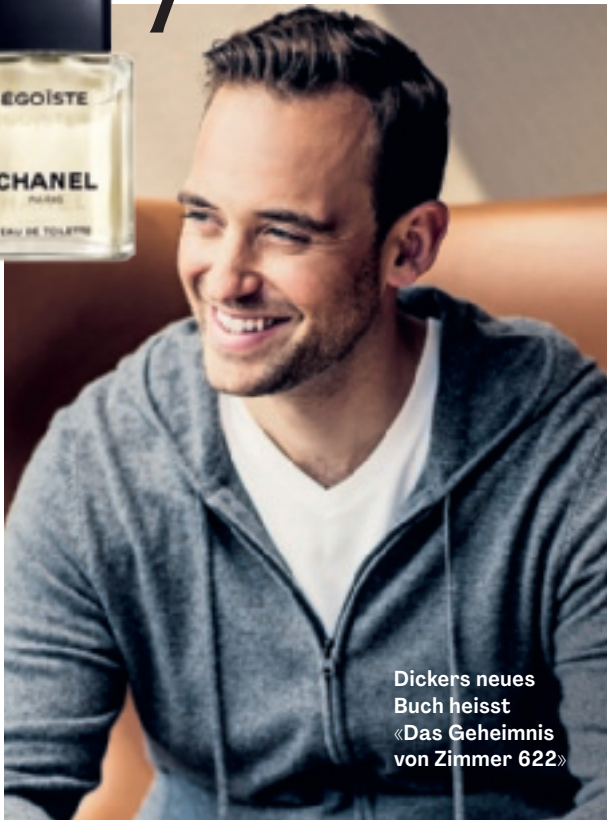
Niklaus Müller, Leitung Beauty



Meins



1



Dickers neues
Buch heisst
«Das Geheimnis
von Zimmer 622»

Joël Dicker (35),
Schriftsteller



2



3

130

Zuhause In Genf
Immer im Kühlschrank
Trutenfleisch
Lieblingsrestaurant
«Moishes Steakhouse»
in Montreal
Lieblingsmöbel
Das Tipi meines Sohnes
Aktuelle Lektüre
Barack Obama: «Ein
verheissenes Land»
Lieblingsgetränk
Kaffee (3)
Liebstes Objekt
Ein Kerzenständer, den
ich von meinem Gross-
vater geerbt habe
Guilty Pleasure
Mac & Cheese
Lieblingsserie
Die französische
Serie «Le bureau des
légendes»
Verstecktes Talent
Ich bin ein guter Musiker
Da möchte ich mich
hinbeamen
New York
Ich werde wütend,
wenn
... ich hungrig bin
Superkraft, die ich
gern hätte
Fliegen können
Aktuelles Projekt
Mein neues Buch «Das
Geheimnis von Zimmer
622» (Piper-Verlag)
Bringt mich zum Lachen
Mein Sohn
Bringt mich zum Weinen
Meine Frau
Weckt nostalgische
Gefühle
Skiferien mit der Familie
Lieblingsmusiker
Der Jazzpianist Michel
Petrucciani

Lieblingsfilm
Der Animationsfilm
«Sing»
Eine Entdeckung, die ich
kürzlich gemacht habe
Airplay
Lieblingszeitung
«New York Times» (2)
Letzter Ferienort
Griechenland
Ich wünschte, ich
könnte
... im Bett arbeiten
Duft
Egoïste von Chanel (1)
Sport
Crossfit und Joggen
Eine Beautysünde
Ich benutze andauernd
Handcrème
Etwas, das ich früher
nicht an mir mochte,
heute aber schon
Meine Zehen
Der schönste Mensch
der Welt
Meine Frau
Folge ich auf Instagram
Dem französischen
Sternekoch
Jean-François Piège
Fashion-No-Go
Bunte Hosen
Flohmarkt
Am liebsten jenen in
der Portobello Road
in London
Uhr
Eine Casio
Schmuck
Mein Ehering
Liebster Onlineshop
Ich shoppe nicht online
Sieht an mir
immer gut aus
Jeans und T-Shirt
Fashion-Ikone
Keira Knightley



So nehmen Sie an der Verlosung teil:

Per Telefon:
0901909 022
(1.50 Fr./Anruf).
Hinterlassen Sie
Ihren Namen,
Ihre Adresse und
Telefonnummer.

Per SMS: Nachricht
mit ANLOS und
Namen/Adresse an
3113 (1.50 Fr./SMS).

Chancengleiche
Teilnahme ohne
Zusatzkosten
online unter
[annabelle.ch/
glueckslos](http://annabelle.ch/glueckslos)

**Teilnahmeschluss:
17. Mai 2021**

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 mit Wohnsitz in der Schweiz und Liechtenstein. Pro Person wird nur eine Teilnahme berücksichtigt. Mitarbeitende von Kärcher AG und Medienart sind von der Verlosung ausgeschlossen

Gewinnen Sie

einen von acht Akku-Hartbodenreinigern FC 7 Cordless
Premium von Kärcher im Wert von je 619 Franken.

Der Hartbodenreiniger entfernt alle Arten von trockenem und feuchtem Alltagsschmutz in einem Arbeitsgang. Die vier gegenläufig rotierenden Reinigungswalzen, die permanent mit Frischwasser und Reinigungsmittel befeuchtet werden, nehmen den Schmutz zuverlässig auf und wischen den Boden, egal ob Laminat, Steinplatten, PVC oder geöltes Parkett. Dunklere Ecken leuchten die LEDs so gut aus, dass kein Krümel unentdeckt bleibt. Infos: kaercher.ch

Outdoor Special

Zuhause ist dort, wo das Herz ist – und das will hinaus an die frische Luft! Ob auf dem Balkon oder der Terrasse, im Garten oder unterwegs: Wir zeigen, wie es draussen noch schöner wird.





Ob im alten Bulli
oder im modernen
Wohnmobil: Das
grosse Revival
vom Zuhause auf
vier Rädern



Verschwindibus Lust auf Minimalismus und Abenteuer.

1 Klapptisch Arc en Ciel von Emu 215 Fr. u. a. bei goodform.ch 2 Teekrug von Falcon Enamelware in Pillabox Red 45 Fr. bei kitchener.ch 3 Sitzsack Slim Pop von Fatboy 359 Fr. bei hautecuisine.ch 4 The Rolling Home präsentiert: Die Vanlife-Kultur. Kunth-Verlag, München 2019, 256 Seiten, ca. 52 Fr. 5 LED-Leuchte PC Portable von Pierre Charpin für Hay 85 Fr. bei connox.ch 6 Stuhl S34 aus der Kollektion Thonet all Seasons von Thonet, flexibel gestaltbar, 946 Fr. u. a. bei mooris.ch 7 Outdoor-Teppich Mona von Pappelina ab 255 Fr. u. a. bei goodform.ch 8 Mobile Gas-Outdoorküche von Petromax 230 Fr. u. a. bei mooris.ch

136



Bodenschätze

Schönste Wachstumsprognosen im Biogärtchen.

1 Trinkglas Planet Earth von Theresienthal, mundgeblasen mit Bienengravur, 218.90 Fr. bei artedona.com 2 Bienenhotel Bee's Inn von Side by Side 36 Fr. u. a. bei nundo.ch 3 Sonnenschirm Retro von Jan Kurtz 159.90 Fr. bei jan-kurtz-shop.de 4 Sessel Farmer von Gerd Lange für Cor, Reedition von 1960, ca. 986 Fr. bei cor.de 5 Gartenbank Peka von Ferm Living 1199 Fr. u. a. bei connox.ch 6 Krug Rig-Tig von Stelton 30.90 Fr. u. a. bei connox.ch 7 Gartenschlauch von Garden Glory, diverse Farben, 20 Meter Länge, 140 Fr. bei breuninger.ch 8 Geflochtener Drahtkorb für die Gemüse-Ernte 67 Fr. bei manufactum.ch 9 Outdoor-Stuhl und -Esstisch aus Massivholz von Børge Mogensen für Carl Hansen 234 Fr. (Stuhl) und 555 Fr. (Tisch) u. a. bei einrichten-design.ch



Ob auf dem
Balkon oder der
Terrasse, im
Schrebergarten
oder auf dem
Land: Nutzgärten
sind im Trend

138

Outdoor-Küche
Frame ca. 4500 Fr.
von Fantin
mit dreiteiliger
Workbench und
Arbeitsplatte
aus Edelstahl





Zwischenräume

Drinnen oder draussen? Am liebsten mittendrin!

1 Beistelltische Porcini von Lorenza Bozzoli für Dedon je 965 Fr. u. a. bei gartenmoebelcompany.de 2 Tischleuchte Meridian von Ferm Living 179 Fr. u. a. bei globus.ch 3 Outdoor-Teppich Silhouette von Jaime Hayon für Nanimarquina ab 2839 Fr. u. a. bei nunido.ch 4 Pflanzentöpfe Snøhetta aus der Terra-Kollektion von Georg Jensen, 3er-Set, 133 Fr. bei 1stdibs.com 5 Outdoor-Sofa Florida von Rodolfo Dordoni für Minotti, Preis auf Anfrage 6 Outdoor-Waschbecken Bjhon von Angelo Mangiarotti für Agape, Preis auf Anfrage 7 Wohndecke Marta von #lavie, diverse Farben, 89.90 Fr. bei pfister.ch 8 Sessel Adell ab ca. 400 Fr. von Lievore + Altherr Désile Park für Arper



Traumdestination Paradiesische Zustände auf Balkonien.

1 Fächer Accra von Baba Tree 45 Fr. u. a. bei stadtlandkind.ch 2 Hängematte Bregnac 190 Fr. von AM.PM für La Redoute Home 3 LED-Solarleuchte aus Bambusgeflecht von Globo 78.90 Fr. bei lampenwelt.ch 4 Pflanzenübertöpfe inklusive Untersetzer von Hay ab 12 Fr. bei nordish.ch 5 Hamamtuch Bolu 35 Fr. von Urbanara 6 Loungechair Coco 310 Fr. von Mojo-Boutique 7 Beistelltisch Nanded von House Doctor 209 Fr. u. a. bei galaxus.ch 8 Selbstbewässerungssystem Jangal Tiger von Doiy für den Blumentopf 16.30 Fr. u. a. bei connox.ch 9 Freistehende Outdoorbadewanne Vieques von Patricia Urquiola bei Agape, Preis auf Anfrage



Das von den Zürcher Architekten Daniel Abraha und Stephan Achermann entworfene Hotel Mond auf Sri Lanka: Die Fenster sind nur angelehnt, um die Meeresbrise jederzeit hereinzulassen



Die grosse
Sehnsucht nach
gelebter
Gemeinsamkeit
mit Familie,
Nachbarn,
alten und neuen
Freunden





Willkommen!

Endlich wieder Sommerparties und Tavolatas.

1 Sonnenschirm Classic Nude/Mustard Mou 5006 von HK Living ca. 320 Fr. bei livingandcompany.com 2 LED-Lichterkette Smoky 39.90 Fr. bei pfister.ch 3 Hängesessel Kida von Stephen Burks für Dedon 3578 Fr. u. a. bei gartenmoebelcompany.de
 4 Etagère Rotary Tray von Jasper Morrison für Vitra 56 Fr. u. a. bei globus.ch 5 Tisch Novo von AYTM, diverse Farben und Grössen, ab 586 Fr. u. a. bei connox.ch 6 Stapelbarer Hocker Centro Stool von OK Design, diverse Farben, 219 Fr. u. a. bei goodform.ch 7 Multiroom-Lautsprecher Beoplay M5 mit Touchsteuerung von Bang & Olufsen 650 Fr. bei bang-olufsen.com 8 Outdoor-Sofa Fenc-e Nature von Philippe Starck für Cassina ca. 2000 Fr. u. a. bei bruno-wickart.ch
 9 Feuerschale Umolo 500 Fr. von AM.PM. für La Redoute Home

Schluss mit "Shit-Design"

Die Produktdesignerin Hella Jongerius fordert ein radikales Umdenken in der Branche – weg von der Wegwerfkultur.

Hella Jongerius schätzt das Nichtperfekte: Geschirr, bei dem jedes Teil etwas anders aussieht, Sofas, die dank asymmetrischer Elemente wie eine optische Täuschung wirken. Das ist so gar nicht «strak», wie die Niederländer gern zu straffen Entwürfen sagen – und das ist, worin sich Jongerius von ihren Landsleuten unterscheidet. Der 57-Jährigen ist es gelungen, zur wichtigsten Produktdesignerin Hollands aufzusteigen – und als eine der wenigen Frauen im Geschäft weltweit Anerkennung zu genießen. Im Kreativteam von Vitra ist sie für Farben und Materialien zuständig, für Ikea hat sie Vasen entworfen und für den New Yorker Stoffhersteller Maharam Möbelbezüge. Ihre Stücke wurden im Moma in New York und im London Design

Museum gezeigt. Ihre Ausstellung «Breathing Colour» im Gewerbemuseum Winterthur, in der sie ergründet, wie Farben die Wahrnehmung von Formen verändern, wurde bis August verlängert. Derweilen eröffnet sie mit «Kosmos weben» im Martin-Gropius-Bau in ihrer Wahlheimat Berlin schon die nächste Einzelausstellung. Mit annabelle spricht Hella Jongerius darüber, welche Verantwortung Designerinnen heute haben.

annabelle: Hella Jongerius, vor ein paar Jahren haben Sie Ihre Branche mit einem Manifest wachgerüttelt, in dem Sie sogenanntes Shit-Design kritisierten. Was hat Sie aufgeregt?

Hella Jongerius: In meinem Berufszweig wird zu viel gestaltet, um die

Wirtschaft am Laufen zu halten. Neue Produkte kommen auf den Markt, damit sich das Rad des Kapitalismus weiterdreht. Ich glaube, wir Designerinnen haben eine Verantwortung, darauf zu achten, dass unsere Entwürfe einen sehr triftigen Grund haben, produziert zu werden. Ich möchte nicht nur der Industrie die Schuld geben. Auch die Konsumenten nehme ich in die Pflicht.

Was können Konsumentinnen tun?

Beispielsweise auf Wegwerf-Produkte verzichten. Diese Becher, Bestecke und Teller aus Plastik, die nach dem Picknick im Abfall landen, finde ich furchtbar. Benutzen, beschmutzen, entsorgen. Das können wir uns nicht leisten. Die Menschen schauen inzwischen doch genauer hin, woher ihr



Hella Jongerius bei der Installation von «Upside Down – Reading the Archive», 2017

Luftige Steine:
«Woven Bricks»
von Hella Jonge-
rius, 2019



"Objekte sollen uns etwas bedeuten. Ich glaube, sie sind unsere stummen Partner im Leben"

Essen kommt, wie wir Tiere behandeln, da darf ich auch erwarten, dass sie sich beim Shopping informieren, aus welchen Materialien ein Produkt gefertigt ist.

Analog zum Essen sollen wir uns um Slowdesign bemühen?

Genau. Kaufen Sie Dinge, die lang haltbar sind! Säubern Sie diese regelmässig, geben Sie sie zur Reparatur, wenn sie kaputt sind! Das hilft, eine Beziehung zu den Dingen aufzubauen. Objekte sollen uns etwas bedeuten. Ich glaube, dass sie unsere stummen Partner im Leben sind.

Was tun Sie etwa mit Geschenken, die Ihnen missfallen?

Ich werfe nichts weg. Zuhause in Berlin habe ich einen Schrank, in den lege ich Geschenke, die ich nicht gebrauchen kann. Wenn jemand Geburtstag hat oder Freunde zu Besuch kommen, öffne ich den Schrank und sage: Hier, nehmt euch was raus, das euch gefällt! Das ist doch ein schöner Wirtschaftskreislauf.

Was liegt momentan im Schrank?

Decken, Vasen, Zauberwürfel, viele von diesen Malbüchern, in denen man ein Bild selbst zu Ende malen muss. Manche Leute glauben, das sei für eine Kreative genau das richtige Geschenk.

Wie würden Sie Ihr kreatives Motto beschreiben?

Mein Prozess ist dem einer Künstlerin ähnlich. Es ist nicht das Produkt, das mich interessiert, sondern die Her-

ausforderung, innerhalb enggesteckter Parameter einen neuen Ansatz zu finden. Nehmen Sie mein Projekt für die UN-Lounge.

2013 haben Sie zusammen mit dem Büro von Rem Kohlhaas die «North Delegates' Lounge» im New Yorker Uno-Hauptquartier restauriert.

Die Delegierten halten in der Lounge Meetings in kleiner Runde ab, und kommen zwischendurch zu informellen Gesprächen in der Mitte zusammen. Man weiss nie, wie gross die Gruppe ist. Sie brauchen deshalb einen aktiv einsetzbaren Stuhl, den man leicht bewegen kann – daher habe ich die vorderen Stuhlbeine mit Rollen bestückt. Mein Entwurf für die Business Class der KLM ist das komplette Gegenteil. Stundenlang sitzen die Passagiere in dieser Flugzeugröhre fest. Der Sitz darf nicht bewegt werden. Dafür braucht es andere Materialien, die robuster sind, aber gleichzeitig angenehm genug, um darauf zu liegen. Ich habe mich für Wolle, erdige Töne und Lederstützen entschieden.

Jasper Morrison nennt seinen Ansatz «supernormal», ihm geht es um schlichtes, funktionales Design. Passt das auch zu Ihren Ideen?

Ich finde seine Einstellung gut, dass er sich Gedanken um die Normalität macht. Aber ich fürchte, ich brauche mehr. Ich habe keine Angst davor, der reinen Funktionalität noch etwas Dekoration hinzuzufügen. Um Menschen zu verführen, braucht man etwas Verschönerung.

Ihr Hamburger Kollege Peter Schmidt, der das Logo von Jil Sander gestaltet hat, begehrte in seiner Arbeit gegen die Hässlichkeit um sich herum auf. Wogegen rebellieren Sie?

Gegen die Leere von Design, wenn es nur um Stil geht und der Mensch nicht mitgedacht wird. Ein Objekt muss mehr sein als geschmackvoll oder neu. Noch so ein Wort, das ich nicht mag. «Neu» hat keine Substanz, sagt nichts über die Qualität von Design aus.

Als Produktdesignerin entwerfen Sie jedes Jahr neue Dinge, ansonsten könnten Sie Ihren Job gleich an den Nagel hängen.

Ich meine nicht, dass man nichts erfinden darf. Aber die blosse Masse an Neuheiten, die jedes Jahr auf den Markt kommen – wer braucht das? Zu oft wird das Adjektiv «neu» nur als Marketingtrick benutzt, um den Menschen etwas zu verkaufen.

Nach Ihrem Studium haben Sie selbst mehr Innovation gefordert und wurden 1993 Teil des Droog-Kollektivs in Amsterdam, das konzeptuelles Design propagierte. Was war der Impuls?

Es war eine Reaktion auf die Designwelt um uns herum, in der es entweder spiegelblanke Entwürfe von Philippe Starck gab oder die kräftigen Farben der Memphis-Design-Bewegung aus Italien. Unsere Ideen waren künstlerischer, spielerischer. Wir wollten nicht mehr mit rostfreiem Stahl arbeiten. Stattdessen haben wir bei Droog Leuchten aus Milchflaschen oder Bänke wie Baumstämme erdacht.





«In der Branche ist eine Revolution im Gange»: Hella Jongerius

Aufgewachsen sind Sie in den 1970er-Jahren. Hielten Sie die Welt um Sie herum für einen hässlichen Ort, der von Ihnen verschönert werden musste? So habe ich damals nicht gedacht. Ich hatte nur einen Traum: ein Hippie zu werden. Ich sah die Hippies in Amsterdam, sie schienen mir frei zu sein, machten den ganzen Tag, was sie wollten, und rauchten Joints. Das wollte ich damals auch.

Die Künstlerin Katharina Grosse ist zur selben Zeit aufgewachsen und erinnert sich noch an die gelbe Popelinejacke und himbeerfarbene Cordhose ihrer Kindheit. Haben Sie eine ähnliche Farberfahrung aus dieser Zeit?

Ich erinnere mich genau an die Tapete meines Kinderzimmers mit rosa- und lilafarbenen Blumen darauf. Mein Bett stand direkt an der Wand, jedes Mal vor dem Einschlafen sah ich auf die Muster und malte sie mit meinen Augen nach.

Mit Farben beschäftigen Sie sich viel in Ihrer Arbeit, für die Ausstellung in Winterthur haben Sie Ihre Entwürfe zu Formen und Farben zusammengetragen. Sie beklagen gern, dass wir in Wohnungen zu wenig experimentierfreudig sind. Warum haben wir Angst vor Farben zuhause?

Die Menschen vertrauen ihrer Intuition nicht mehr. Sie haben Angst, dass

sie eines Tages der Farbe müde werden. Also gehen sie auf Nummer sicher und kaufen Dinge in Schwarz, Weiss oder Rot. Gerade Schwarz und Weiss verschlucken die Formgebung eines Objekts. Bei den eigenen Kleidern sind Menschen übrigens viel experimentierfreudiger. Aber ein Outfit können sie nach fünf Minuten wechseln, eine Inneneinrichtung nicht. Ich glaube, die Leute folgen einem Grundsatz: Je teurer, desto konservativer.

Wird die Welt ein besserer Ort, nur weil die Dinge schöner aussehen?

Ich hoffe doch. Dazu zählt auch, dass wir uns der Aufgabe stellen, nachhaltiger zu werden und den ökologischen

Fussabdruck zu reduzieren. Wir müssen bei allen Materialien und Produktionsprozessen umdenken. Da ist eine grosse Revolution im Gange.

Das sagt nun wirklich jede Branche über sich. Glauben Sie mir, es passiert. Alle Firmen, die ich kenne, überlegen sich, wie sie Gegenstände so herstellen, dass die Käuferin sie leichter reparieren kann und bei einem Schaden nicht gleich wegwerfen muss. Es sind ja nicht bloss ein paar Hippies, die fordern, dass der Planet gerettet werden muss.

Was wird sich in den kommenden Jahren verändern?

Kunststoffe, zu deren Herstellung Erdöl verwendet wird, verschwinden. Wir müssen umdenken beim Thema Leder: Das Gerben mit Chrom gilt als umweltschädlich. Mit den Erfahrungen der Pandemie deuten sich neue Herausforderungen an. Welche Stoffe können wir auf Oberflächen im öffentlichen Raum noch benutzen, ohne dass sie von den Menschen als Keimerreger abgelehnt werden? Holz wird verstärkt benutzt, als nachwachsender Rohstoff aus der eigenen Region – sodass man nicht den Amazonasurwald rodet.

Denken Sie auch über Lösungsansätze für das Homeoffice nach?

Momentan beschäftige ich mich gerade mehr mit Webverfahren. Ich bin wie in einer Blase, weil ich bald eine Ausstellung dazu im Berliner Martin-Gropius-Bau eröffne. Ich versuche zu erklären, wie uns solche Produktionsprozesse in der Zukunft helfen können.

Zu welchen Ergebnissen sind Sie gekommen?

Inzwischen können wir mit Maschinen dreidimensional weben, daraus entstehen dicht gewobene Strukturen, die für Stützsysteme oder Wände in Wohnungen dienen. Damit verringern wir den Anteil von Beton, einem der ökologisch schlimmsten Baustoffe. Das wird für die Zukunft relevant werden.

«Breathing Colour», Gewerbemuseum Winterthur bis zum 22. 8., gewerbemuseum.ch

«Kosmos weben», Martin-Gropius-Bau, Berlin, bis 15. 8., gropiusbau.de



Neuheiten entdecken
**IM GARTEN
ZUHAUSE**

Hunn Gartenmöbel AG | www.hunn.ch

150

Check-in

Redaktion:
Jacqueline
Krause-Blouin &
Stephanie Hess



Südtiroler Hide-aways

Lederhosen und Hirschgeweihe? Von wegen! In diesen fünf Hotels zeigt sich das Südtirol von seiner modernsten Seite.



Hier liefern wir uns aus

Das «Forestis» wächst aus dichtem, dunkelgrünen Tannenwald hervor. Und diese Umgebung spiegelt sich im Berghotel auf 1800 Meter über Meer an vielen Orten wieder. Neben dem denkmalgeschützten Hauptgebäude mit verwitterter Holzfassade ragen drei unterschiedlich hohe Türme in den

Himmel, die Baumstämmen nachempfunden sind. In den unteren Stöcken liegt der Spa auf 2000 Quadratmetern. Die Suiten oberhalb sind in dezent-luxuriösem Design eingerichtet. Hauptakteur sind die scharfkantigen Dolomiten, die sich gewaltig vor dem Fenster auftürmen. Die pure Natur ist

wichtig im «Forestis»: Man badet im Quellwasser – es soll zu den reinsten der Welt gehören –, atmet die Höhenluft, genießt die vielen Sonnenstunden. Hier ist man den Elementen ausgeliefert. Auf gute Weise.

Hotel Forestis, Brixen,
DZ mit Frühstück ab ca. 500 Fr.



Ruhe für den geplagten Geist

Was brauchen gestresste Menschen von heute, um wirkliche, nachhaltige Entschleunigung zu erfahren? Das haben sich Klaus und Carmen Alber gefragt, als sie 2016 das spektakuläre Hotel Miramonti auf 1200 Metern oberhalb von Meran eröffnet haben. Vielleicht eine finnische Sauna aus

Glas und Kiefernholz, die sich wie ein gut gehütetes Geheimnis zwischen den Bäumen versteckt? Waldbaden im Forest-Therapy-Package? Fine Dining mit Blick auf die Bergwelt? Oder doch einen Infinitypool mit Aussicht auf die Lichter von Meran? In der Abenddämmerung, hoch über der

Stadt, aber die Zivilisation noch im Blick, entspannt es sich vermutlich am besten. Wenn im Hotel Miramonti Design und Natur verschmelzen, findet der geplagte Geist die lang ersehnte Ruhe.

Hotel Miramonti, Hafling, DZ mit Frühstück ab ca. 390 Fr.



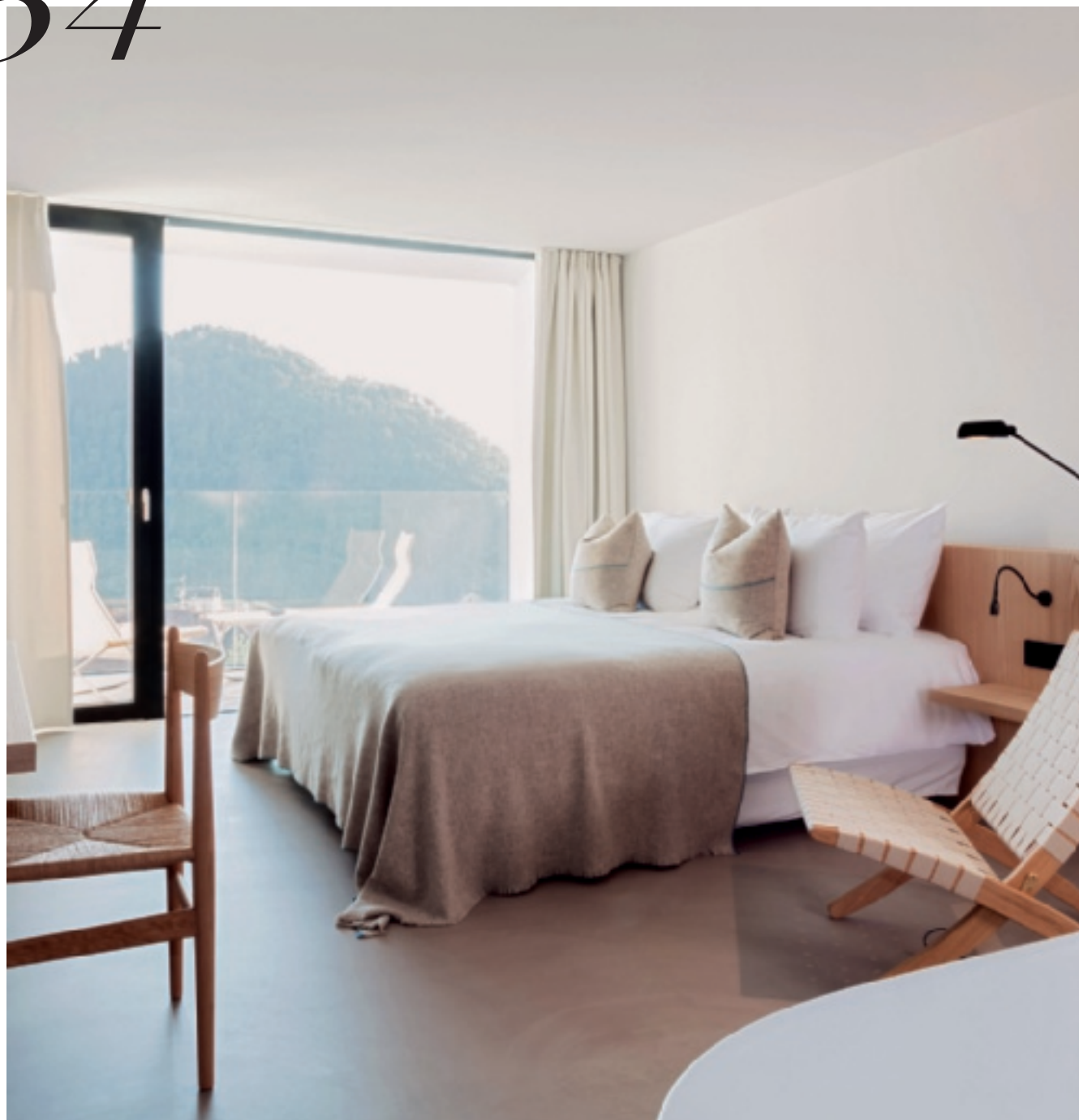
Kein Konzept, einfach schön

Aussen geometrisch. Innen dann die pure Lebensfreude. Das Hotel Muchele nahe Meran ist anders als viele moderne Häuser seiner Art. Hier erwartet einen kein reduziertes nordisches Design in gedeckten Farben, sondern viel Buntheit, viel Lässigkeit, Möbel, die etwas einladend Ausladendes an

sich haben, urgemütlich und unkompliziert wirken. Sie stammen vom italienischen Designlabel Morso, mit dem die Schwestern Martina, Priska und Anna Ganthaler, die das Hotel in der dritten Generation führen, seit vielen Jahren zusammenarbeiten. Jede der drei Frauen hat ihre Begabung: Priska

ist diplomierte Sommelière und leitet gemeinsam mit Martina das Hotel. Anna kümmert sich um das Spa. Ein Konzept? Das gebe es nicht, sagen die drei. «Wir umgeben uns einfach gern mit schönen Dingen.»

Hotel Muchele, Burgstall bei Meran, DZ mit Frühstück ab ca. 320 Fr.



Schlichtheit statt Karomuster

Karogardinen und erlegte Tiere an den Wänden? Nicht doch! Das «Schgaguler» ist von Lederhosen-Klischees so weit entfernt wie seine Gäste nach dem Einchecken vom stressigen Alltag. Seit die Brüder Peter und Tobias Schgaguler das Haus übernommen haben, entspannt man sich in den acht Zimmern

im klaren Nordic-Design-Chic, liest Romane im Carl-Hansen-&-Søn-Stuhl und seift sich in der freistehenden Badewanne mit Aesop-Produkten ein. Der Mailänder Architekt Peter Pichler hat dem schneeweissen Gebäude eine Aura reduzierter Modernität verliehen. Den Roten aus dem hauseigenen

Weinkeller trinkt man in der Bar mit Blick auf die Dolomiten. Das Cheminéefeuer knistert leise vor sich hin und man wünscht sich, dass das verlängerte Wochenende ewig dauert.

Schgaguler-Hotel, Kastelruth,
DZ pro Person inkl. Halbpension
ab ca. 115 Fr. pro Person



Wo Grenzen verschwimmen

Hier hat man kein Brett vor dem Kopf – nicht mal Wände. Eine Fassadenseite dieser Hide-aways des Hotels Adler Lodge Ritten ist voll verglast. Da geht der Blick gleich nach dem Aufstehen weit hinaus, auf den Naturteich, den Wald oder über die wilde Almland-schaft, dahinter wachsen die Berge in

den Himmel. Direkt von der Terrasse aus köpflert man ins Wasser, legt sich dann auf die Holzplatten und lässt sich von der Sonne trocknen. Nachts zählt man vom Sofa aus die Sterne. Auch der Spa-Bereich dieses Fünfsterne-hotels, wo drei verschiedene Saunen einheizen, ist in einzelnen Hütten

untergebracht. Nicht zuletzt, weil sich die schlichten Giebelbauten mit der schwarzen Holzfassade so unaufgeregt in die Umgebung einfügen, verschwimmen hier die Grenzen zwischen innen und aussen, Mensch und Natur.

Adler Lodge Ritten, Oberbozen, Chalet (all inclusive) ab ca. 600 Fr.

Horoskop



Stars und Sternchen

Das annabelle-Horoskop
vom 30. April bis 20. Mai

Text: Alexandra Kruse Collage: Augustynka @ Cosmopola

STIER

21. April – 20. Mai

Also da ist aber eine im wahrsten Sinne des Wortes in ihrem Element! Was rund um den 1. Mai, den absoluten Ehrentag von Stieren (sagenhafte vier Planeten in Ihrem Zeichen!), auch kein Wunder ist. Mein Tipp: Feiern Sie Beltane! Das ist ein uraltes, keltisches Fest der Fruchtbarkeit und des Optimismus sowie die heilige Hochzeit des Männlichen und Weiblichen. Heizen Sie Ihrem inneren Freudenfeuer so richtig ein, springen Sie über Ihren Schatten und schwingen sich auf Ihren imaginären Besen. Der Neumond am 11. Mai ist Ihr ganz persönlicher Neumond im Jahresrad. Auch hier dürfen Sie Ihre Wünsche in den Himmel schicken – in welcher Form auch immer. Ich fände eine Friedenstaube am schönsten. Da wir allerdings im Jahr 2021 endlich kapiert haben, dass auch Tiere Rechte haben, machen Sie Ihr Ritual lieber mit einer imaginären Taube.

ZWILLINGE

21. Mai – 21. Juni

Fast ist es so weit. Die Sonne wechselt am 20. in Ihr Zeichen und – Oh lord, have mercy – Sie können schon mal von den Scorpions «Wind of Change» auf Powerplay hören, ganz egal, ob Sie es mögen oder eben nicht. Denn: Die Sterne pusten einen unglaublichen Wind unter Ihre Segel – wie Sie diesen Wind nutzen, bleibt natürlich Ihre Entscheidung. Die Sonnenfinsternis am 10. Juni in Ihrem Zeichen wird eingeleitet mit einer Mondfinsternis am 26. Mai zum Vollmond – das heisst, alles, was Sie jetzt schon so nervös macht, sind Vorzeichen. Oder Vorwehen, wenn Sie so möchten. Nutzen Sie den Neumond am 11. Mai und denken Sie daran: Atmen. Atmen. Atmen.

KREBS

22. Juni – 22. Juli

Na? Was hat der Vollmond im Skorpion so mit Ihren inneren Landschaften angestellt? Das Weinen hat vollkommen zu Unrecht einen schlechten Ruf. Als Advokatin der gelebten Emotionen kann ich Tränen als Gefühlsausdruck nur befürworten. Wir weinen allgemein viel zu wenig. Als Krebs und damit erstem Wasserzeichen des Tierkreises haben Sie die heilige Pflicht, auch für die zu weinen, die es nicht können. Der Mai bringt Krebsen endlich sicheren Boden unter den Füßen und so langsam sind auch die ersten Triebe zu erkennen. Bitte trampeln Sie nicht gleich darauf herum und schauen Sie einfach, was sich zeigen möchte – auch wenn das eventuell so gar nicht in Ihren Plan passt. Vom 13. Mai an ist der Jupiter in den Fischen. Träumen Sie gross. Sehr gross.

LÖWE

23. Juli – 23. August

Roar. Sie haben die Wahl, was Sie als Nächstes tun möchten: Entweder Sie bündeln Ihre Kräfte und gehen die Dinge ausnahmsweise mal sehr gezielt und konzentriert an, oder Sie erkennen, dass Sie genau das eben nicht können und lassen sich schlicht helfen. Beides total okay. Das Allerwichtigste ist, dass Sie endlich in Ihre natürliche Führungsrolle kommen und anerkennen, dass Sie dazu geboren sind, das Rudel zu leiten und Verantwortung zu übernehmen – so wie es Löwinnen eben tun! Und falls Sie den einen oder anderen Wunsch in Ihrem Herzen tragen: Am 5. und 6. Mai lässt der Eta-Aquariiden-Meteorstrom bis zu fünfzig Sternschnuppen pro Stunde über unseren Nachthimmel ziehen.

JUNGFRAU

24. August – 23. September

Anfang Mai, wenn Merkur, Venus und die Sonne sich durch gigantische Konjunktionen mit dem Uranus, unserem kosmischen Zauberer, und dem Mathelehrer Saturn zusammentun, werden wir sehr direkt spüren, dass sich das kosmische Wetter ändert. Wenn dann am 13. Mai der Jupiter in das Zeichen der Fische eintaucht, regnet es wirklich den ein oder anderen Glitzerfunken Hoffnung vom Himmel. Bis zum 28. Juli wird Jupiter im Fisch eine Quelle der Inspiration sein, aus der wir kollektiv schöpfen können und dürfen. Die Zeit der Stiersonne ist auch immer die Zeit, die unsere Werte neu bestimmt – also machen Sie sich klar, was Sie wirklich in diese Welt bringen möchten. Ideal ist der Neumond im Stier am 11. Mai, der eine direkte Verbindung zum vergangenen Vollmond am 30. Januar hat.

WAAGE

24. September – 23. Oktober

Wenn der Jupiter vom 13. Mai bis zum 28. Juli aus dem Zeichen des Wassermanns in die Fische wechselt, dann wird das eine Wirkung auf uns alle haben. Viele Dinge erscheinen plötzlich irgendwie magischer, in einem neuen Licht – Beziehungen, die plötzlich wieder auferstehen, Dinge, die wie von Geisterhand einen enormen Schub erfahren, Probleme, die sich einfach in Liebe und Wohlgefallen auflösen. Für Waagen sind in dieser Zeit Gesundheits- und Selflove-Fragen von ganz besonderer Bedeutung. Es ist ein idealer Moment, um mit bestimmten Themen (gerade rund um die Verdauung) wirklich, wirklich in die Tiefe zu gehen.

SKORPION

24. Oktober – 22. November

Na? Haben Sie den Vollmond in Ihrem Zeichen gut überstanden? Im eigenen Zeichen ist er so was wie ein Geburtstag, einfach dass man nicht den Solar Return, sondern eben den Lunar Return feiert. Der abenteuerlustige Jupiter in den Fischen (vom 13. Mai bis zum 28. Juli) stellt ein paar Fragen an Ihre Flexibilität. Und damit sind nur am Rande Ihre Yoga-Fähigkeiten gemeint. Ihr Herrscherplanet, der Pluto, befindet sich dazu noch in der Rückläufigkeit (bis zum 6. Oktober!) und reißt damit oft die besonders sorgfältig zugepflasterten Wunden wieder auf – damit alles schön und ohne wüste Narbe heilen kann. Trotzdem: Aua!

SCHÜTZE

23. November – 21. Dezember

Die Sache mit dem rückläufigen Pluto haben wir sehr sorgfältig besprochen und dementsprechend wundern wir uns auch nicht, wenn der eine oder andere Schuh, und sei er von Bottega, doch mal drückt. Weil das Universum aber immer wieder für Ausgleich und Gerechtigkeit sorgt, ist der Regent Ihres Zeichens, der Jupiter, ab dem 13. Mai auf dem Weg in den Fisch, ans Meer. Bikini einpacken und hinterher! Wobei es «Haus am Meer» wohl besser trifft, denn in dieser Zeit ist Ihr viertes Haus, das Haus der Familie, beleuchtet. Also nicht wundern, wenn plötzlich die perfekte Wohnung oder Immobilie auftaucht.

STEINBOCK

22. Dezember – 20. Januar

Auf in eine ganz neue Energie – sehr spannend, denn ab dem 13. Mai (und dann noch einmal später im Jahr) besucht der hochgeistig-rasante Jupiter Ihr drittes Haus. Das bedeutet für Sie, dass Sie Ihre Community

finden. Schauen Sie sich also bis zum 28. Juli ganz proaktiv um: Wen möchten Sie in Ihrer Crew haben, welches Talent fehlt noch und wie kann man diese Person erreichen? Auch ist es ein idealer Moment, um Ihr Publikum zu finden und sich zum Ausdruck zu bringen. Los, nur Mut! Wir brauchen Ihre Stimme – jetzt mehr denn je! Versuchen Sie, die wichtigsten Termine zu vereinbaren, bevor Jupiter vom 20. Juni bis zum 18. Oktober rückläufig wird.

WASSERMANN

21. Januar – 19. Februar

Vor dem Neumond am 11. Mai im Zeichen des Stieres haben wir eine Menge Venus-Action. Unter anderem rutscht unsere Liebesgöttin in das Zeichen der Kommunikation, die Zwillinge. Die Venus ist nicht unbedingt Ihr Go-to-Planet, aber als Wassermann aka Wasserfrau sind Sie es, die explizit stilbildend für die Beziehungen der Zukunft sind. Dementsprechend bitten wir Sie, sich auf diese Rolle vorzubereiten und eben auch Modelle zu leben, die für andere noch absolut far out sind. Nehmen Sie also wirklich kein Blatt vor den Mund und sprechen Sie über all das, wofür sich Ihre Mitmenschen schlicht und einfach schämen. Tun Sie es, damit wir alle weiterkommen. Vielen herzlichen Dank!

FISCHE

20. Februar – 20. März

Erinnern Sie sich an den Moment in «Mary Poppins», als in der Kirschbaumallee der Wind dreht? So ähnlich wird es sein, wenn am 13. Mai der Jupiter in Ihr Zeichen floatet. Die nächsten Wochen können wirklich zu den schönsten des Jahres werden. Jupiter lässt das expandieren, auf was Sie sich fokussieren – also, überlegen Sie gut, mit wem oder was Sie Ihre Zeit verbringen möchten. Das gilt explizit auch für das, was Sie den ganzen Tag denken, auch über sich selber.

WIDDER

21. März – 20. April

So langsam, aber sicher werden wieder mehr von unseren himmlischen Freunden rückläufig. Den Anfang macht Pluto, dann Merkur im eigenen Zeichen ab dem 29. Mai. Dazu befinden wir uns in der Eclipse Season, das ist ein bisschen so wie Aprilwetter: Alles ändert sich schneller, als einem lieb ist. Aber eins ist sicher: Wir haben zweitweise bis zu vier Planeten im Stier, da ist es gar kein Wunder, dass wir alle wahnsinnig fest Lust auf Genuss in jeder Form haben.

Offizielle Sondermünze 2021

50 Jahre Schweizer Frauenstimmrecht



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swissmint



www.swissmintshop.ch
info@swissmint.ch

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

Business und
Bildung

Events und
Veran-
staltungen

Lebens- beratung

**SHANA Hellsehen ohne
Hilfsmittel Geistige Heilerin.**
Fernenergie schnelle kompetente
niveauvolle Soforthilfe!
079 266 13 18
0901 57 57 57 / Fr. 3.50/Min.

**Zeileninserate sind möglich in
allen Rubriken.** Weitere Infor-
mationen erhalten Sie unter der
Telefonnummer 044 248 40 47
sowie unter:
annabelle@goldbach.com

Lebensberatung
Echtes Medium! Ich brauche
nur deine Stimme. Kann sagen
was kommt + wann.
Ich helfe sofort am Telefon:
0901 180 180. Fr. 1.99/Min.

Lebensberatung
Samira unterstützt Dich mit
Herz und bringt Klarheit in Dein
Leben.
0901 555 244, Fr.2.50/Min.
www.samirahellsehen.ch

Fragen über Ihre Zukunft?
Beratung in allen Lebenslagen,
Engelskarten mit Julia.
0901 45 55 45, Fr. 2.50/min.

Lebensberatung
Sorgen/Ängste/Liebe?
0901 800 788 Fr. 2.50/Min.
Montag - Freitag ab 20 Uhr
Samstag/Sonntag 24 Stunden

Lebensberatung
Hellseherin. Ich sehe was war,
was ist und was sein wird.
Rufen Sie an:
0901 160 160. Fr. 1.99/Min.

Lebensberatung
Top Medium Carolyn. Zukunfts-
orientierte, liebevolle Beratun-
gen. Hilft dir täglich in allen Le-
benssituationen.
0901 222 121, Fr.2.77/Min.

Lebensberatung
**Einfühlsame, seriöse u. kom-
petente Lebensberatung.**
Vertrauensv., langjähr. u. dis-
krete Erfahrung. Frau Berger
079/9617070 (whatsapp auch)

Liebe und Freundschaft

Lebensberatung
Kaffeesatzlesen, Kartenlegen,
Astrologie, Numerologie 0901
000 690 Fr. 2.90/Min. Deutsch/
Türkisch. : 076 - 711 70 05 /
www.kaffeesatzstube-maharaa.ch

Liebe und Freundschaft
Bewegte Gleichgesinnung
Kunstmalerin im Seefeld sucht
gleichgesinnte Damen. Möch-
ten Sie auch reden, lachen, sich
bewegen, Kultur gemeinsam er-
leben? info@kunstmieten.ch

Mit Ihrer Spende fördern wir
engagierte Forscherinnen
und Forscher. PK 30-3090-1

krebsforschung schweiz
Damit Heilung zur Regel wird.



IKP
EDUQUA

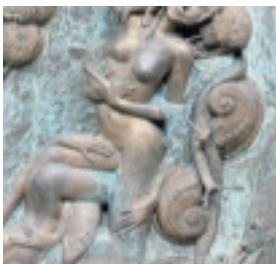
«Berufsbegleitende,
anerkannte Weiterbildung
mit Diplomabschluss.»

**Dipl. Ernährungs-Psycho-
logische(r) Berater(in) IKP**

Mehr Infos?
ikp-therapien.com
Tel. **044 242 29 30**

IKP Institut ZH und BE
Seit 30 Jahren anerkannt

Tempel der Göttinnen



Für Frauen, die im geschützten
Rahmen ihre erste Tantra-
Massage erleben möchten.

www.temple-der-göttinnen.ch



**Jederzeit abflugbereit –
Dank Ihrer Unterstützung**



Medizinische Hilfe aus der Luft.

Jetzt Gönnerin oder Gönner werden: 0844 834 844
oder www.rega.ch





Mode

& Other Stories: Infos
Tel. 0049 30 40 58 50 32;
stories.com

Ace & Tate: Niederdorfstr. 22,
Zürich, Tel. 043 500 21 82;
Infos Tel. 0044 20 35 14 22 72;
aceandtate.com

Acne Studios: Infos
Tel. 0045 33 14 00 30;
acnestudios.com

Alec Doherty:
alecdohertyjewellery.com

Amina Muaddi: aminamuaddi.com
Azur: azur.world

Bally: Freie Strasse 88, Basel,
Tel. 061 271 96 77; Kramgasse 55,
Bern, Tel. 031 311 54 81; 18, rue du
Marché, Genf, Tel. 022 310 22 87;
Via Nassa 42, Lugano, Tel.
091 922 00 41; Bahnhofstr. 20,
Zürich, Tel. 044 224 39 39;
Infos Tel. 00800 1851 1851;
bally.com

Bernadette:
bernadetteantwerp.com

Bite Studios: Infos Tel. 0046
102 22 10 00; bitestudios.com

Browns Fashion: Infos
Tel. 0044 20 75 14 00 43;
brownsfashion.com

Calle del Mar: calledelmar.us

Camper: Niederdorfstrasse 28,
Zürich, Tel. 043 243 61 04;
Infos Tel. 0049 21 1828 23 70;
camper.com

Celine: 47, rue du Rhône, Genf,
Tel. 022 312 14 60; Storchengasse
23, Zürich, Tel. 043 344 72 60;
Infos Tel. 0033 1 56 89 07 91;
celine.com

Chanel: Bahnhofstrasse 39,
Zürich, Tel. 044 211 17 81; 43, rue
du Rhône, Genf, Tel. 022 316 11 00;
Infos Tel. 0033 1 42 86 28 55;
chanel.com

Comme des Garçons:

Infos Tel. 0033 1 42 33 05 21;
comme-des-garcons.com

Coperni: us.coperniparis.com

COS by H&M: 7, rue de la
Tour-Maitresse 7, Genf, Tel.
022 317 96 60; Bahnhofstrasse 53,
Zürich, Tel. 058 515 09 70;

Marktgasse 14, Zürich, Tel.
044 253 63 30; cosstores.com

Cro-Che: cro-che.com

Danielle Guizio:
danielleguizio.com

Dior: 60, rue du Rhône, Genf, Tel.
022 310 62 55; Bahnhofstrasse 13,
Zürich, Tel. 044 215 68 80; Infos
Tel. 0033 1 40 73 73 73; dior.com

Douglas: Infos Tel. 0840 00 33 44;
douglas.ch

Emilio Pucci: Infos
Tel. 0039 02 86 46 48 18;
emiliopucci.com

Envelope 1976:
envelope1976.com

Fantabody: fantabody.com

Farfetch: farfetch.com

Fendi: 62, rue du Rhône,
Genf, Tel. 022 319 30 10;

Infos Tel. 0039 06 33 45 01;
fendi.com

Frankie Shop:
thefrankieshop.com

Ganni: Infos Tel. 0045 33 32 44 57;
ganni.com

Givenchy: Infos Tel.
0033 1 44 31 50 23; givenchy.com

Greenlane: Mühlegasse 21,
Zürich, Tel. 044 261 02 35;
greenlane.ch

H&M: Info Tel. 0800 66 55 90;
hm.com

Helmut Lang: Infos Tel.
888 850 54 02; helmutlang.com

Hermès: Freie Strasse 107, Basel,
Tel. 061 283 04 90; Theater-

platz 13, Bern, Tel. 031 312 05 40;
43, rue du Rhône, Genf, Tel.
022 819 07 19; 1, rue de la Paix,
Lausanne, Tel. 021 312 33 22;

Piazzetta Maraini, Lugano, Tel.
091 914 92 20; Bahnhofstrasse 31,
Zürich, Tel. 044 211 41 77;
hermes.com

Isabel Marant:
isabelmarant.com

Jacquemus: Infos
Tel. 0033 1 73 54 19 51;
jacquemus.com

Kenzo: Infos Tel.
0033 1 73 04 20 03; kenzo.com

KNC Beauty: kncbbeauty.com

Lecavalier: lecavalier.studio

LN-CC: ln-cc.com

Lou Lou Studios: louloustudio.fr

Low Classic: lowclassic.com

Luisaviaroma: Infos

Tel. 0039 055 28 36 21;
luisaviaroma.com

Lvir: lvirtla.com

Magda Butrym:
magdabutrym.com

Marionnaud: Infos Tel.
044 826 72 67; marionnaud.ch

Martine Rose: martine-rose.com

Michael Lo Sordo:
michaellosordo.com

Missing You Already: mya.kr

Miu Miu: Palace Hotel,
Via Serlas 27, St. Moritz, Tel.
091 986 63 80; miumiu.com

Moda Operandi:
modaoperandi.com

Monies Jewelry: monies.dk

Mytheresa: Infos Tel. 0049
89 679 70 71 00; mytheresa.com

Nanushka: Infos Tel. 0036
703 94 19 54; nanushka.com

Net-a-porter: Infos Tel.
0800 002 417; net-a-porter.com

Oseree: oseree.com

Poppy Lissiman:
poppylissiman.com

Proenza Schouler: Infos
Tel. 001 212 228 81 81;
proenzaschouler.com

Pull & Bear: pullandbear.com

Rag & Bone: rag-bone.com

Rejina Pyo: rejinapyo.com

Salvatore Ferragamo:
104, rue du Rhône, Genf, Tel.
022 818 13 61; Bahnhofstrasse 40,
Zürich, Tel. 044 211 23 91;
Infos Tel. 0039 02 76 01 15 41;
salvatoreferragamo.it

Schiesser: Infos
Tel. 071 672 48 38; schiesser.ch

Solace London:
solacelondon.com

Sophie Buhai: sophiebuhai.com

Swarovski: Freie Strasse 2,
Basel, Tel. 061 261 83 83; Markt-

gasse 3, Bern, Tel. 031 311 77 22;
Bahnhofplatz 7, Zürich, Tel. 044
211 10 20; Infos Tel. 0800 577 599;
swarovski.com

Tasoni: St. Peterstrasse 1, Zürich,
Tel. 044 221 94 56; tasoni.com

Tereza Rosalie Kladsova:
terezarosaliekladsova.cz

The Apartment Store:
Löwenstrasse 1, Zürich,
Tel. 043 243 15 51;

theapartmentstore.ch

Tom Ford: Münsterhof 17, Zürich,
Tel. 044 221 02 50; tomford.com

Tyler McGillivray
tylermcgillivray.com

Versace: Bahnhofstrasse 12,
Zürich, Tel. 044 508 72 82;
90, rue du Rhône, Genf,
Tel. 022 310 22 43; Via Nassa 46,
Lugano, Tel. 091 921 14 32;
versace.com

Viola & Vesper: Infos
Tel. 009 053 74 40 57 08;
viola-vesper.com

Vivian Graf: Nüscherstrasse 1,
Zürich, Infos Tel. 078 315 91 93;
viviangraf.com

Y Project: yproject.fr

Yuma Labs: yuma-labs.com

Yuul Yie: yuuljie.com



Gewinnen Sie

einen Aufenthalt im Hotel Walther in Pontresina GR im Wert von 1500 Franken.

Verbringen Sie eine dreitägige Erholungszeit in Pontresina, in der Grandezza eines Hauses mit 114-jähriger Geschichte. Eine Familienangelegenheit seit drei Generationen. Geniessen Sie das exklusive Zusammenspiel aus modernem Komfort in Ihrer Junior-Suite, Jugendstil-Charme, Engadiner Traditionen und einer fantastischen Natur. Weitere Highlights sind das Frühstück, der Willkommensapéro, je ein Abendessen im Grand Restaurant und in der Steinbock-Gaststube, der Afternoon Tea mit Kaffee, Tee und Kuchen, ÖV und Sommerbergbahnen inklusive.

Hotel Walther, Via Maistra 215, 7504 Pontresina, Tel. 081 839 36 36, hotelwalther.ch

südafrik. Partei	↘	Lebensabschnitt	↘	eh. dt. Airline Alphabet	nord-amerik. Wildrind	↘	↘	Teil schott. Namen	Modezentrum in Spanien	Vorzeichen	Ge-spräche mit Gott	↘	↘	Flugabwehrkanone (Kw.)
Vorn. v. Schauspielerin Wörner	→	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	Vorn. d. Autorin Danella †
kleiner Verein	→	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Rinderwahn-sinn	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Solo-stücke in der Oper	→	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Abbild e. Vorlage	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Erfinder e. Kaltwasser-kur	→	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Vorn. v. Knight-ley	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘

So nehmen Sie an der Verlosung teil:

Per Telefon: 0901 909 026 (Fr. 1.50/Anruf). Hinterlassen Sie Ihren Namen, Ihre Adresse und das Lösungswort

Per SMS: Nachricht mit ANPREIS, Lösungswort und Namen/Adresse an 3113 (Fr. 1.50/SMS)

Chancengleiche Teilnahme ohne Zusatzkosten online unter annabelle.ch/preisraetsel

Teilnahmeschluss: 17. Mai 2021

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 mit Wohnsitz in der Schweiz und Liechtenstein. Pro Person wird nur eine Teilnahme berücksichtigt. Mitarbeitende von Hotel Walther und Medienart sind von der Verlosung ausgeschlossen

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Das Lösungswort aus annabelle No. 5/2021: TRAMPOLIN

Vorschau



Splash!

Die schönste
Bade- und
Strandmode
... und die wich-
tigsten Antworten
zum Thema
Sonnenschutz

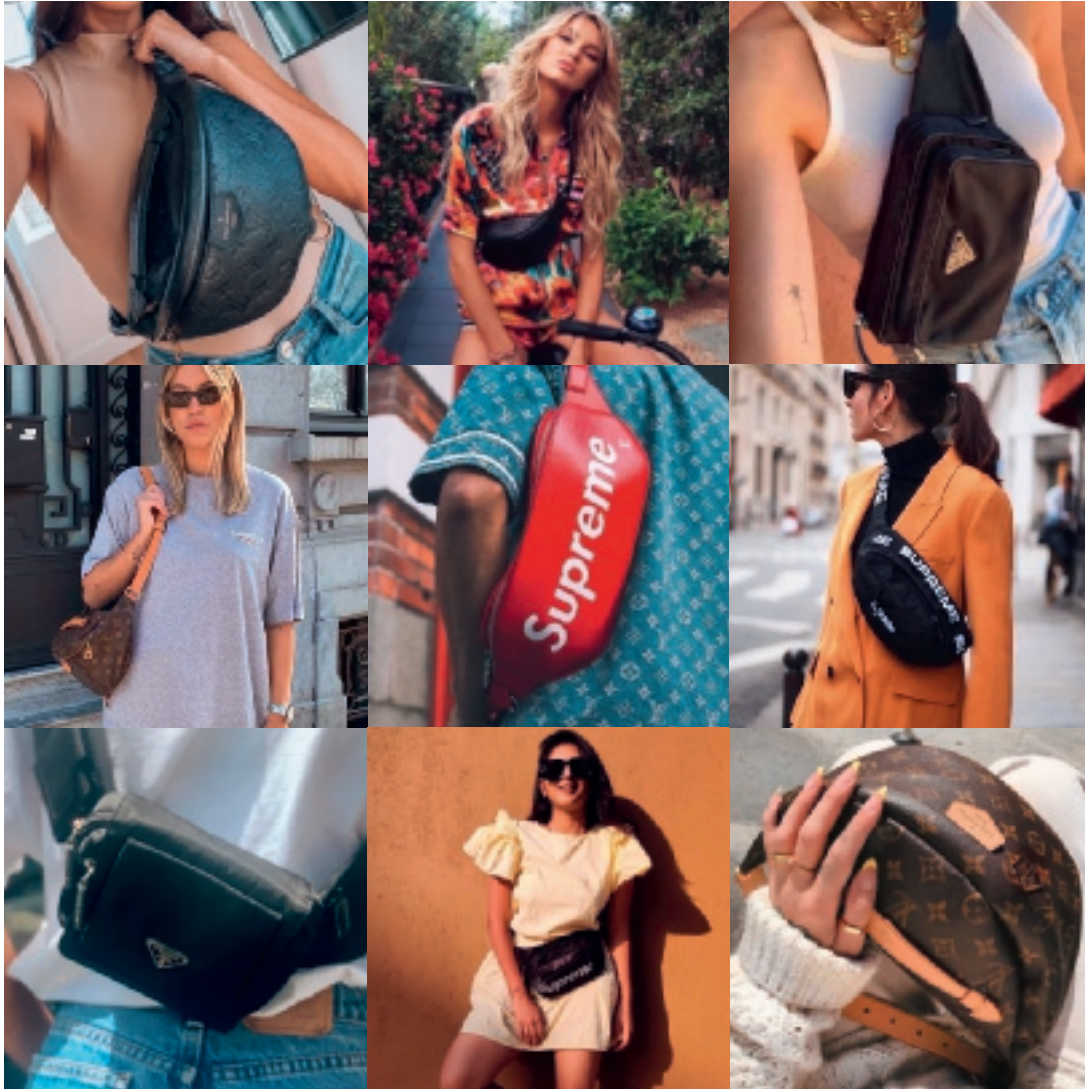
Ausserdem:

Null Bock: Warum
Frauen die Lust
am Sex vergeht
Afrikanische
Wissenschaftle-
rinnen und ihr
Kampf gegen
Vorurteile und
Traditionen

Die nächste
annabelle erscheint
am 21. Mai

Lesen Sie auf annabelle.ch:

It's Taurus-Time: Die Stier-Zeit hat begonnen! Was das für uns heisst, verrät annabelle-Astrologin Alexandra Kruse in ihrer neuen Videokolumne



Die Bauchtasche

Wird getragen mit: Laisser-faire und Label Also known as: das Handtäschli
 für den Mann Heiliger Gral: Louis Vuitton x Supreme Bumbag #lifegoal: Trip ans
 Coachella Soundtrack: Pop (und heimlich auch Deutschrap) Lektüre: Reclam-
 Bändchen Guilty Pleasure: anstehen für den nächsten Designer-Drop Drink: Wodka
 Red Bull mit Bio-Strohalm Spirit Animal: Känguru Glaube: ans Bauchgefühl
Lebensmotto: «sun's out, bum's out» Das sagt Mama: Fährst du weg? Das sagt der
Schwarm: Sind da Schmetterlinge drin?

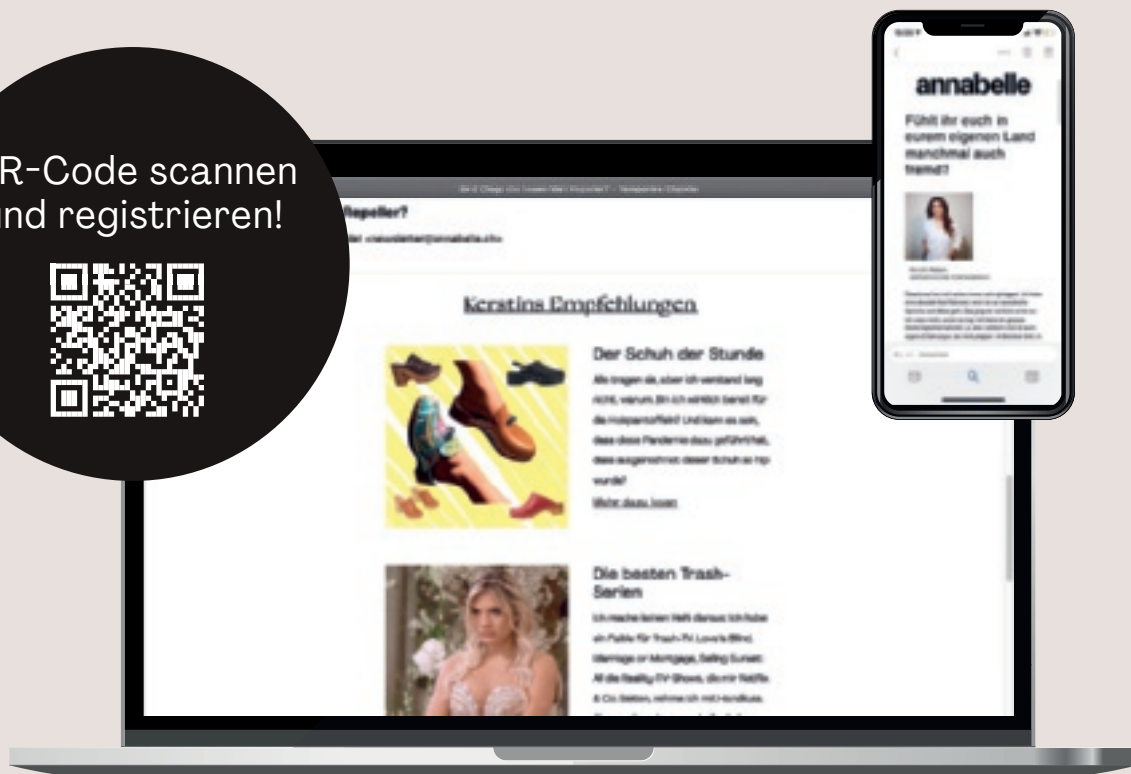
Welch wundersame Artenvielfalt doch herrscht im modischen Biotop! Die Rubrik «One of Us» spürt
 Insignien und Dresscodes nach – und seziert die Lebenswelten der Spezies mit spitzer Feder

ANNANEWS

Gute Stories, kein Spam!

Zwei Mal pro Woche erhalten Sie liebevoll kuratierte Post aus der annabelle-Redaktion mit den neusten Artikeln, Empfehlungen und attraktiven Wettbewerben!

QR-Code scannen
und registrieren!



annabelle

Für alles, was wir sind.

J'adore
THE NEW EAU DE PARFUM
INFINISIME



DIOR