€ 6,00 | Ausgabe 2 | 2014 | Sommer

DAS LIFESTYLE-MAGAZIN FÜR BONN/RHEIN-SIEG

3&50 exklusiv

Mehr Leben · Mehr Stil · Mehr Heimat

Vespa
BE MY BABY

HAUPT SACHE SOMMER

DAZZELING BLUE
SO LEUCHTET DIE MODE

Erfrischende
DRINKS

32
Tipps für Sonnentage

KALTES GLÜCK

SMOKEN
FÜR ECHTE KERLE

www.53-exklusiv.de

4 198441 806001 02

Stellen Sie sich vor, Sie treffen Ihre Jugendliebe wieder.
Und alles ist wie früher.

Warum nur vorstellen?
Der neue 911 Targa 4S.

Bei uns im Porsche Zentrum Bonn.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

PORSCHE

Porsche Zentrum Bonn

Fleischhauer PZ GmbH
Brühler Straße 2
53119 Bonn
Tel.: +49 228 41010-0
Fax: +49 228 41010-914
info@porsche-bonn.de
www.porsche-bonn.de

Kraftstoffverbrauch (in l/100 km): innerorts 13,9–12,5 · außerorts 7,7–7,1 · kombiniert 10,0–9,2; CO_2-Emissionen: 237–214 g/km.

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn Sie diese Zeilen lesen, sind viele von Ihnen sicherlich schon auf Ferien eingestellt oder sitzen bereits auf gepackten Koffern. Endlich einmal kein Termindruck, keine Hektik – nur Zeit für sich, Freunde und Familie.

Doch halt: Bevor Sie sich kopfüber in das süße Nichtstun oder auch in den Aktivurlaub stürzen, nehmen Sie sich ein paar Momente Zeit und gewinnen Sie beim Lesen dieser aktuellen Ausgabe von 3&50 exklusiv einen kleinen Vorgeschmack auf Ihren Urlaub.

Hier weht Ihnen ein laues Sommerlüftchen um die Nase, denn wir sind mit der Vespa unterwegs. Nach unserer aufregenden Begegnung mit Mods und Rockern brauchen wir dringend eine Pause. Wir legen einen kurzen Zwischenstopp ein und genießen ein schönes, aber nicht zu ausgiebiges Sonnenbad – mit Lichtschutzfaktor, versteht sich. Am späten Nachmittag geht es weiter. Wir sind zum Smoken eingeladen, dazu trinken wir einen leckeren Cocktail. Alkoholfrei natürlich, denn wir müssen ja noch nach Hause fahren.

Ein schöner Tag neigt sich langsam dem Abend entgegen. Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, um es sich auf Balkon oder Terrasse mit einem Schmöker – vielleicht von Krimiautor Rudi Jagusch – gemütlich zu machen. Sie mögen lieber Hörbücher? Kein Problem. Eine angenehme Beleuchtung liefern uns Outdoor-Leuchten, die den Abend im Freien ins schönste Licht rücken und eine behagliche Wohnzimmer-atmosphäre zaubern. Sogar mit einem Touch von Rokoko.

Sie möchten plötzlich doch nicht mehr wegfahren: Andalusien, Türkei, Ostsee – alles egal. Das wundert uns nicht. Sie haben unsere Tipps für eine entspannte, aber abwechslungsreiche Zeit in unserer Region gelesen – Urlaub, ich bleibe!

Ob Sie zu Hause bleiben oder es Sie in die weite Welt zieht. Wir wünschen Ihnen einen schönen Sommer. Im Herbst lesen wir uns wieder!

Viel Spaß wünscht Ihnen

Ihr Peter Rothe

Herausgeber

Fotos: Cover: George Mayer/fotolia, Editorial: Martin Theobald

Mein grünes Zimmer

Wohnraum
unter freiem Himmel

· Steinarbeiten
· Gartengestaltung
· Gartenpflege
· Zaun- und Toranlagen

LEGI Zaun- und Toranlagen
Verkauf und Montage

LENTZEN
Garten- und Landschaftsbau GmbH

Marktstr. 92
53229 Bonn
Tel: 02 28 / 48 29 03
lentzen-garten@t-online.de
www.lentzen-bonn.de

INHALT

MEHR STIL

Hauptsache Sommer

Lockig sei das Haar in diesem Sommer. Die neuesten Trends für schicke Frisuren und das passende Make-up dazu

10 Eine Vespa und ein leichtes Leben

In Bonn und um Bonn herum bringt der Motorroller einen Hauch italienisches Flair auf die Straßen. Und das mit bewegter Geschichte

34 Pantone 18-3949

Die Farbmischer von Pantone haben unter anderem ein sattes Blau zur Farbe des Jahres erklärt. Wir bringen es zu Ihnen nach Hause

54 Geschüttelt und gerührt

Derya Akgün, neuer Barchef im Kameha Grand, über den Geschmack frischer Früchte und klassische Drinks, die stets und immer schmecken

62 First Class

Secondhand ist immer wieder Trend in der Mode. Die wichtigsten Läden gibt es inzwischen im Internet

63 Stylish und edel

Der Brillenmacher Maybach setzt auf außergewöhnliche Materialien, die er für seine Sehhilfen nutzt

78 Geplant wie!

Knigge-Tipps für das Geschäftsessen mit Kunden und Auftraggebern sowie Feiern im Kreise von Kolleginnen und Kollegen

MEHR LEBEN

Lasst Rosen blühen

Sie ist die Königin der Gärten, die Botin der Liebe und die Blüte der Verführung. Dabei gibt sie sich in der Pflege recht anspruchslos

20 'O sole mio!

Sommer, Sonne, Wonnenschein: Ein Sonnenbad ist wohltuend und gesund, wenn man wichtige Tipps beachtet

26 Rosenzeit

Rosenrot: Die edle Blume bereichert nicht nur jedes Bouquet, sondern macht sich auch prima in Gelees, als Likör oder in Cremes.

36 Viel Rauch um Fleisch

Grillen war gestern, Smoken ist heute. Rauch gart Grillfleisch sanfter und macht es würziger. Noch dazu ist die Methode gesünder

42 À la carte

Kobe-Rind gilt als die teuerste Rinderart der Welt. Das gut marmorierte Fleisch eignet sich ausgezeichnet für einen Hamburger

44 Grünes Gold

Olivenöl darf in keiner Küche fehlen. Doch woran erkennt man ein gutes, wohlschmeckendes Öl? Und was bedeutet „extra vergine“?

50 Kaltes Glück

So schmeckt der Sommer: nach Birne und Parmigiano. Zudem: die fünf besten Eisdielen in Bonn

64 Golftraum auf der Alpensüdseite

Aktiv in der Natur und vor dem beeindruckenden Panorama der Alpen: Mehr Leben und Erleben geht nicht

80 Spot an!

Gartenleuchten setzen Bäume, Blumen und Rabatten in Szene. Dabei dürfen sie gerne auch barock sein

Sommer 2014

MEHR HEIMAT

Urlaub: Ich bleibe!

Ferien in Bonn geben Zeit für manch überraschende Entdeckungstour in der Region - mit diesen Tipps für spannende Touren

72 Dom oder nicht Dom?

Darf ein Mann aus dem Vorgebirge den Kölner Dom sprengen? Rudi Jagusch macht es in seinem neuesten Werk spannend

96 Familientraditionen

Klaus und Thomas Gerwing über Traditionen, die Geschichte des Badens und warum es in Oberdollendorf so schön ist

100 Kompetenz rund ums Bad

Keine Angst vor der Modernisierung des Badezimmers: Auf den Bonner „BadMacher Tagen“ beraten die Experten des badteams Bonn-Rhein-Sieg

106 Schnitzeljagd

Geocaching führt über Stock und über Stein: Die moderne Form der Schatzsuche ist zum Trendsport geworden

MEHR GESUNDHEIT

Eine Frage der Ästhetik

Menschen überzeugen mit einem Lächeln. Natalie Paulsen und Ömür Pak sorgen dafür, dass es strahlend ist

86 Thema Prostatakrebs

Der Bonner Urologe Matthias Schmidt über Heilungschancen und Behandlungsmethoden bei Prostatakrebs

88 Ewiges Leben

Mutter Natur heilt etwa mit dem Kraut der Unsterblichkeit, Brahmi und Ginseng. Diese wachsen auch im heimischen Kräuterbeet

90 Besser leben mit Diabetes

Dr. med. Stephan Kern im Gespräch: Wie sich mit der Diagnose „Diabetes“ das Leben ändert, aber die Lebensqualität nicht ändern muss

STANDARDS

03 Editorial
06 Momente
18 News & Trends
76 Neue Bücher, Filme und Musik
110 Hinter den Kulissen
112 Termine
114 Herstellernachweis
116 Treffpunkt
118 Vorschau & Impressum

Fotos: La Biosthetique, Piaggio, P. M. J. Rothe, Falombrid/iStock/thinkstock, mathess/istock/thinkstock, Kristallglasfabrik Spiegelau GmbH, Valentyn/Volkov/iStock/thinkstock, Samsung

Kühles Nass

„Platsch!“ Mehr braucht es nicht an Worten. Ein einziges reicht, um das Gefühl von Erfrischung, Kühle und Tiefe im ozeanblauen Nass zu beschreiben. Der Berliner Künstler Sven Hoffmann ist auf Wasserfotografie spezialisiert und tut Gutes: Mit seinem Projekt Aqua Globalis (www.aquaglobalis.com) unterstützt er Initiativen, die sich sauberem Wasser widmen. Nachahmenswert!

Heißer Sommer

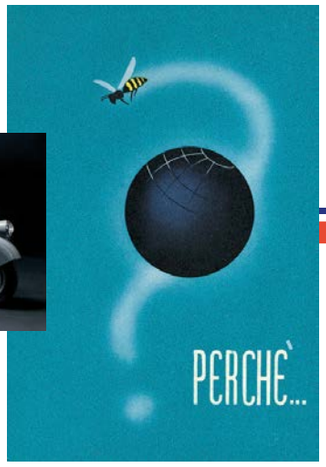
Schön wie eine Sonnenblume, in einem Meer leuchtend gelber Blüten. Wogend im Wind. Sacht säuselnd. Die Ewigkeit des Augenblicks. Keine Blume steht so sehr für einen heißen Sommertag, der die Sehnsucht auf die Reise schickt. Paula träumt sich fort. Willkommen im Sommer dieses Jahres, an dessen schöne Momente wir uns noch lange erinnern werden. ■

Fotos: Mykola Velychko/iStock/thinkstock, Sven Hoffmann

Eine Vespa und ein leichtes Leben

Der Clou war ihre Leichtigkeit – sowohl im Design als auch in der Handhabung. Das machte die Vespa in den Sechzigerjahren zum Kultobjekt einer stilbewussten Jugend. Die „Mods" setzten den Trend, der uns heute noch bewegt – gerne auch nach Feierabend, etwa raus zum Heimatblick oder zum Arp-Museum nach Remagen.

1946: Vespa 98: Die Mutter aller Motorroller fährt durch Italiens Straßenbild.



1955: Vespa 150: Der Scooter durchbricht die 100 Sachen-Schallmauer

Dabei war der Anfang des Vespa-Kults gar nicht so friedliebend: Denn einmal im Jahr wurde sich geprügelt. Im ganz großen Stil. Im englischen Seebad Brighton. Damals. In den Sechzigerjahren. Sie fuhren aus dem Swinging London in die Beschaulichkeit an der britischen Kanalküste, um sich „eins über die Mütze“ zu geben. Rocker und Mods. Der Unterschied, der die Schläge setzte, war: die Rocker kamen mit dem Motorrad, die Mods mit der Vespa. Dazwischen lagen Welten. Das war nicht nur pure Prügelei, sondern das war die Auseinandersetzung um Lebensstil, um Jugendkultur, um ewigwährende Coolness. Gewinner gab es keine in diesem Kampf zwischen Upperclass Kids und Arbeiterkindern. Doch ein Sieger stand bald fest: die Vespa. Der Motorroller aus Italien ist heute noch Kult, während Rocker sich in Bandenkriegen verlieren und Mods längst eine Fußnote in der Geschichte sind. Und mit dem Kult blieb vor allen Dingen eines: ein Lebensgefühl.

Ein Herz und eine Krone

Da waren zunächst ein Herz und eine Krone. Ein amerikanischer Film – mit dem Originaltitel „Roman Holiday“ – aus den Fünfzigerjahren mit Audrey Hepburn und Gregory Peck in den Hauptrollen. Die Handlung ist schnell erzählt: Eine Prinzessin (Hepburn) aus einem Fantasieland ist auf Staatsvisite in Rom. Sie bricht aus dem höfischen und diplomatischen Zeremoniell aus und macht eine Sause in der Stadt des Dolce Vita. Begleitet wird sie von einem amerikanischen Journalisten (Peck), der auf die große Story hofft, sich dann – wie sollte es auch anders sein – in die anmutige Prinzessin verliebt. Rom erkunden die beiden nicht mit dem Taxi und nicht mit der Limousine, sondern mit der Vespa. Damit war der Grundstein zum Mythos des leichten Lebens, des süßen Nichts und der Ewigkeit des Augenblicks gelegt. Hinzu kam, dass Peck selbstredend in einem maßgeschneiderten Anzug auf dem Roller saß, während Hepburn – wie immer ganz stilsicher – im Look der Fiftys Mode und Ton angab. Diese Stilsicherheit übernahmen die Mods etwa zehn Jahre später. Sie waren stets gut gekleidet, edel im Geschmack und vor allen Dingen mobil. Doch nicht mit öltriefenden Ketten, knatternden Auspuffrohren, offenliegenden Motoren, sondern mit diesem Hauch von Noblesse, die eine Vespa ausstrahlt, wenn sie sich ihre Schlupflöcher im Stadtverkehr sucht. Die Geschichte der Vespa beginnt bereits 1946. Enrico Piaggio gibt die Serienproduktion des Motorrollers in Auftrag. Eigentlich war er Flugzeugbauer, doch nach dem Krieg war das Geschäft mit den Fliegern mühselig. Also erhoffte er sich eine neue Einnahmequelle. Und fand sie. Grund dafür war auch das geschickte Marketing, das Piaggio unternahm, um seine Vespa zunächst an den Mann, dann auch an die Frau zu bringen. Schon in den Fünfzigerjahren gehörte der Motorroller zum Straßenbild italienischer Städte wie der VW Käfer zu deutschen Dörfern. Die Mods machten daraus später ihren eigenen Film: Quadrophenia kam zwar erst Ende der Siebzigerjahre in die Kinos, basierte aber auf dem legendären Album von The Who. Mit all den Hits, dem ganzen Sound einer Epoche, dem Willen, dem Werden, dem Fernweh – und auch der Korrektheit.

Stiff Upper Lip

Die Vespa war und ist Stil. Aber auch eine Aussage. Eine eindeutige. Wer sich heute für den Roller entscheidet, der will nicht mit einer Harley Davidson in den Sonnenuntergang biken, der will nicht im übertechnisierten Wagen stundenlang einen Parkplatz suchen, sondern sich als Stadtmensch zielsicher fortbewegen oder spontan einen Ausflug wagen. Er möchte unabhängig sein, den Fahrtwind spüren. Im gehörigen Maß. Das kann man mit einer Stiff Upper Lip abtun und belächeln. Doch in den Städten ist die Vespa durchaus ein Vehikel der Zukunft. Günstig im Verbrauch, wendig, urban. Auch in Bonn gibt es diesen Mythos. Der Vespa-Club Bonn lebt diesen Kult und lädt Vespa-Interessierte gerne zu heimeligen wie hemdsärmeligen Clubabenden ein.

Mittwochs abends wird auch Bonn zur Vespa-Hauptstadt – am Rhein. Am Fähranleger Niederdollendorf trifft sich die „Fähr Gang“ zur ▶

1968: Vespa Primavera , die beliebteste aller Zeiten

1996: Vespa ET: jetzt auch mit Einspritzmotor

1972: Vespa 200 Ralley: 116 Sachen Spitze

1970: Vespa 50 Elestart: Jetzt auch mit Elketrostarter

2002: Vespa GT: Perfekt mit Wasserkühlung

Mod Target: Die „Rockade“ (aus Rock und Kokade) war das Symbol der Mods. Entlehnt haben sie es der britischen Luftwaffe, aber mit friedliebenden Gedanken.

► gemütlichen Tour am Rhein entlang, hoch ins Siebengebirge, quer durch die Stadt. Die Mitglieder des Vespa-Club Bonns gehen gerne auf große Fahrt. Gerne auch über und durch die Alpen ins Heimatland des Motorrollers.

Ein Sprint

Aber eine Vespa ist längst nicht nur dem Hauch der Sechzigerjahre und italienischer Grandezza verhaftet, sondern bleibt mit neuen Modellen stets aktuell. Im Dezember letzten Jahres brachte Piaggio die Vespa Primavera auf den Markt, in diesem Jahr folgte die Vespa Sprint. Diese unterscheidet sich von der Primavera nur in zwei Details: Ihre Scheinwerfer sind eckig und nicht rund, die Aluminium-Gussräder wurden filigraner gearbeitet und haben einen größeren Durchmesser. Damit ist die Sprint für viele die schönste Vespa, die allerschönste Vespa, die es je gab.

Der Fahrbericht: Die Vespa Sprint bringt maximal 80 Sachen Spitze. Die Motorisierung entspricht nicht dem, was man von einem Vehikel, das „Sprint“ heißt, erwartet. Die 125er-Version mit ihrem 10,7 PS starken, Dreiventil-Einzylinder-Motor bewegt das 130 Kilogramm schwere Gefährt ausreichend. An Ampelkreuzungen kommt man gut aus den Puschen. Dafür ist die CVT-Automatik verantwortlich, die das Gasgeben sanft und geschmeidig in Vortrieb umsetzt.

Doch einmal in Fahrt, wäre etwas mehr Spritzigkeit einfach mehr Sprint. An Technik haben die Motorroller traditionell nur das, was sein muss. Das dann aber qualitativ hochwertig: Chromspiegel, Sitzbezug, die Bedienung der Frontklappe oder den Stauraum unter dem Sitz, der angenehmerweise auch großen Helmen eine Heimat gibt, wenn man unterwegs ist. An Gadgets gibt es ein spartanisches Instrumentarium mit Tachometer, Wegstreckenzähler und eine Zeituhr. Licht und Blinker lassen sich gut und bequem bedienen. Auch optisch machen die Schalter eine bella figura, sofern man das von Bedienelementen in der Motorroller-Industrie behaupten kann.

Über Stock und über Stein

Als einziger Motorroller der Welt basiert die Vespa Sprint auf einer Stahlkarosserie. Das zahlt sich im Fahrkomfort aus, wenn es über Bonns Straßenbahnschienen, Schlaglochpisten oder Schüttelstraßen geht. Der Federweg von jeweils circa sieben Zentimetern vorne wie hinten dämpft, was das Bonner Straßenbauamt nicht ausbügeln kann. In puncto Sicherheit wäre ein Antiblockier-System das Nonplusultra, mindestens ein Einkanal-ABS, das das Vorderrad auf regennassen, laubbedeckten, irgendwie rutschigen Straßen im Zaum hält.

Dafür gibt es die neueste Vespa in vier Trendfarben, ob frisch wie ein Sommerregen oder auch in zeitlosem Schwarz – wer Eleganz liebt, lebt und fahren möchte. Wer sich um die Umwelt sorgt, dem sei gesagt, dass die Sprint gerade einmal drei Liter Super auf einhundert Kilometer benötig. Die Abgasreinigung erfolgt nach Euro-Drei-Norm. Wohlan!

Im vergangenen Jahr wurden bei Piaggio 130.000 Vespas gebaut. Zehn Jahre zuvor waren es nicht einmal die Hälfte, die das Werk in Italien verließen. In diesem Jahr rechnet man mit einem weiteren Plus und noch mehr begeisterten Vespa-Fans, denn dazu summt die neue Sprint zu schön, zu schick und zu gut. Weltweit fahren rund 17 Millionen Roller von Piaggio durch die Metropolen Asiens, an den Traumstränden Südamerikas oder durch die Weiten Australiens. Das ist die Summe aus fast 70 Jahren Vespa-Geschichte mit mehr als ►

Das neueste Modell aus dem Hause Piaggio: Vespa Sprint

Filmreif

Die Vespa als Hauptdarstellerin in:

Up the Junction (Peter Collinson), UK 1967: Der Plot erinnert ein wenig an Dirty Dancing, oder umgekehrt. Romanze über Klassengrenzen führt zur ungewollten Schwangerschaft. Dann ein Unfall und die Tragödie ist perfekt.

Quadrophenia (Franc Roddam), UK 1979: Der Kultfilm für alle Vespa-Fahrer. Er dreht sich um den Clash britischer Jugendlicher in den Sechzigerjahren. Dazu die Musik von Pete Townshend.

Absolute Beginners (Julien Temple), UK 1986: In den Achtzigern wurde das Lebensgefühl der Mods recycelt. Der Popper brauchte seinen eigenen Film, der natürlich in Vorgriff auf die Neunzigerjahre in Notting Hill, dem Londoner Julia-Roberts-Tummel-Viertel spielt. Die Musik schrieb David Bowie. Das Titellied wurde zum Hit.

Roman Holiday, dt.: Ein Herz und eine Krone (William Wyler), USA 1953: Noch Fragen? Der Film, mit dem sich Audrey Hepburn in die Herzen der Kinogänger „vespate". In Wintermonaten gerne als Wiederholung an grauen, kalten, nebligen Sonntagnachmittagen im Zweiten Deutschen Fernsehen (ZDF). Schade, dass Hepburn in Frühstück bei Tiffany mit langweiligen Taxis durch New York City gurkt.

Die Vespa 90 aus dem Jahr 1966. Mit Reserverad.

Style

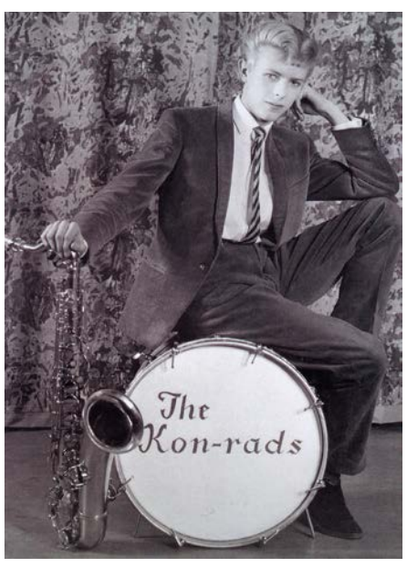
Perfekt angezogen:

Es braucht keinen besonderen Style für die Vespa-Fahrt durch Bonn. Doch bevor man seinen Roller mit merkwürdigen Aufklebern verunstaltet, ist eines Pflicht: das „Mod Target" in Blau, Rot und Weiß. Das Erkennungszeichen der Mods, das heute auch noch die Modemarke Ben Sherman ziert. Dazu gehört ein Parka. Wichtig: Helm ist Pflicht!

Hörbar

Diese Titel gehören auf die Playlist einer jeden Vespa-Tour:

Booker T & The MGs: Green Onions (1962)
The Impressions: You Ought To Be In Heaven (1966)
John Lee Hooker: Dimples (1964)
Jimmy Smith: Got My Mojo Working (1966)
Smokey Robinson & The Miracles: Going To A Go-Go (1966)
The Ronettes: Be My Baby (1963)



Mod par excellence: David Bowie schrieb die Musik zum Film Quadrophenia, bevor er im Glam-Rock seine wahre Berufung und seine schrillsten Outfits fand. Zu bewundern noch bis zum 10. August in der Bowie-Ausstellung in Berlin.

www.de.vespa.com
www.vespaladen.de
www.vespa-club-bonn.de

Die Vespa 946: moderne Technik in zeitlosem Design. Das sei die Übersetzung des amerikanischen Traums in italienisches Dolce Vita, jubelte seinerzeit die Presse.

► 150 Modellen, jeder Menge Filmszenen und Statusobjekten für die ein oder andere Jugendkultur.

Klassiker mit Nummer 946

Das spürt man immer noch. Es ist das Italienische. Der Verweis auf die Geschichte, die Fortführung der Eleganz, das Fortschreiben von Formensprache, etwa im Design. Ein wenig Reminiszenz an die Sechzigerjahre hat die Vespa Sprint dann doch, denn mit ihrem Namen erinnert das Gefährt an ein Modell aus dem Jahr 1965. Die Vespa 150 Sprint war bis Mitte der Siebzigerjahre die Sportversion der Vespa. Noch deutlicher wird der Designanklang bei der Vespa mit der „946“ im Namen. Das ist Dolce Vita pur. „946“ erinnert an den 23. April 1946, als Enrico Piaggio die erste Vespa zum Patent anmeldete. Diese Ur-Vespa schaffte immerhin 60 Kilometer pro Stunde, verbrauchte nur zwei Liter Benzin auf einhundert Kilometern. Das Design orientierte sich an den fließenden, weichen Linien der damaligen US-amerikanischen Moderne.

Genau daran knüpft das Modell „946“ an und vereint die klassischen Vorzüge einer Vespa mit moderner Technik. Zu den Pluspunkten zählen die Sitzposition wie auf einem Holland-Rad, der freie Durchstieg zwischen Sattel und Vorbau, die tragende Blechkarosse und vor allem die Agilität und die Grazie, mit der sich auch diese Vespa ihren Weg durch Städte und Stadträume bahnt.

An zeitgemäßer Technik hat die „946“ ein ABS-System mit an Bord sowie eine Traktionskontrolle, die die Angst auch vor glitschigen Straßenbahnschienen nimmt. Die Motorleistung liegt immerhin bei 11,6 Pferdestärken, die etwa 90 Stundenkilometer an Geschwindigkeit schaffen. Der Kraftstoffverbrauch liegt bei etwas über drei Litern Benzin auf einer Strecke von einhundert Kilometern. Das Retro-Modell überzeugt durch kleine, feine Details wie handgenähte Griffe, Modellplakette in der Box oder die verchromte Aluminiumblende mit Gravur „Ricordo Italiano 2013“. Überhaupt Aluminium: Es findet sich an Lenker, Felgen, Seitenabdeckung, vorderem Kotflügel, Spiegel- und Sitzbankhalterung. Dazu kommt ein Scheinwerfer mit LED-Licht. So viel Eleganz, so viel Technik haben ihren Preis, aber man fragt auch nicht bei einem Dolce & Gabbana-Anzug oder einer Tasche von Prada, ob das wirklich, wirklich sein musste.

Zum Petersplatz

Zurück zur Geschichte des Scooters: Sieben Jahre später, also 1953, gibt es ein erstes Facelifting für den Motorroller. Eine neue, leicht veränderte Version kommt auf den Markt. Sie schafft immerhin 75 Stundenkilometer und hat den Scheinwerfer nicht mehr auf dem vorderen Kotflügel, sondern oben am Lenker. Das ist im Dunkeln viel praktischer. Schon im Juni 1956 überschreitet die Produktion die Millionengrenze. Zur zweiten Million vier Jahre später gewährt Papst Johannes XXIII. Vespa-Fahrern eine Audienz auf dem Petersplatz. Himmliches Knattern für die päpstlichen Ohren. Mit dem Roller fahren fortan nicht nur mehr die Italiener zur Arbeit, zum Einkauf, in die Ferien. Oder zu Freunden, quer durch die Stadt.

Aber sicher doch: Das Gefühl kann man auch heute noch haben. Es gibt geführte Touren durch die Ewige Stadt auf dem Sattel einer Vespa. Keine Angst vor dem südeuropäischen Verkehr: Wer möchte, kann sich einen Piloten dazubuchen, dann geht es vier Stunden lang durch enge Gassen, über quirlige Plätze, zu den besten Cafés und den wichtigsten Sehenswürdigkeiten. Aber wie lautet ein altes Sprichwort: „In Rom sei ein Römer!“ Also rauf auf die 50-Kubik-Vespa und selbst Gas geben, Führerschein vorausgesetzt (www.bicibaci.com, Preis auf Anfrage, Reservierung ein Tag im Vor-

Edel sei der Helm, schick und schütze: Aus der 946-Edition mit Swarovski-Kristallen. Preis auf Anfrage.

Die Vespa, deutsch: „Wespe", leitet ihren Namen nicht nur vom Klang des Motors, sondern auch von ihrer Silhouette ab.

aus). Auch Thementouren sind möglich (scooteroma.com). Diese können einen ganzen Nachmittag dauern oder führen genau die Route entlang, die Audrey Hepburn und Gregory Peck vor sechzig Jahren filmreif wählten. Auch hier kann zwischen Selbstfahrer- und Beifahrer-Tour gewählt werden.

Wer zunächst in Bonn und Umgebung üben möchte, bevor er römisches Pflaster unter die Räder bringt, dem sei ein Ausflug ins Ahrtal, nach Maria Laach oder eine Fahrt ins Vorgebirge zum Heimatblick empfohlen. Der Fahrtwind, der Klang, die Wespe für ein leichtes Leben. ■

Fotos: mrdoomits/istock/thinkstock, Fuse/thinkstock, jianghaistudio/istock/thinkstock, deciseveimages/istock/thinkstock, uptonpark/istock/thinkstock (2), Piaggio (11), Victoria & Albert Museum (London)

Vespa SERVICE

KÜBLER

alles für Rollerfreunde

Preis ab 6990.- € (Modell 2013)

Königswinterer Str. 1 53227 Bonn-Beuel Tel 0228 47 05 47 www.kuebler-bonn.de

NEWS & TRENDS

Lasst uns den Sonnentag genießen! In geselliger Runde und im eigenen, ganz eigenen Kosmos! Die Lounge-Insel von Extremis zaubert dazu einen Hauch Karibik auf die Terrasse oder in den heimatlichen Garten. In perfektem Weiß erinnert das Outdoor-Möbel an das Interieur eleganter Yachten und lindert das ärgste Fernweh.

Sitzgruppe „Kosmos" von Extremis, ab 4.900 Euro

Systemkamera „NX mini, 9 - 27 mm" von Samsung, ab 479 Euro

Bitte lächeln!

ES IST SELFIE-ZEIT: HIER, HEUTE, ÜBERALL. DIE „NX MINI" ZAUBERT DAZU DAS PERFEKTE BILD VON FREUNDEN UND FAMILIE.

Design-Dusche „LampShower" von Axor, ab 1.020 Euro

LICHT Brause

DIESE DUSCHE LÄSST SIE NICHT IM DUNKELN STEHEN! AUS DER SERIE AXOR VON HANSGROHE GIBT ES DIESES PFIFFIGE BAD-UTENSIL, DAS AUCH DANN LEUCHTET, WENN DAS WASSER FLIESST. KEIN BRAUSEN IM DUNKELN MEHR.

Heidelbeere, Blaubeere, Mollbeere, Bickbeere, Zeckbeere: Wohl keine Frucht hat so viele Namen wie dieses unscheinbare Heidekrautgewächs. Für die Redaktion jedenfalls Grund genug sie zur Frucht der Saison zu machen. Im Eis oder als Pfannkuchen. Köstlich!

Lautsprecher „SoundLink® Bluetooth® Speaker III" von Bose, ab 269 Euro

KLANG Wunder!

Musik teilen, Stil beweisen: Das gelingt mit dem Sound-Link® Bluetooth® Speaker III von Bose. Er bringt Volumen, Klarheit und Tiefe zu Gehör, lässt sich bequem und kabellos mit dem eigenen Smartphone oder Tablet verbinden und macht damit den Musikgenuss im Kleinen und die Party im Großen nahezu grenzenlos - und das für 14 Stunden. So lange reichen die Akkus. Und damit nicht genug: Abdeckungen in verschiedenen Farben geben dem Lautsprecher eine unverwechselbare und persönliche Note.

Zeit für LUXUS

Sie lebt nicht hinter dem Mond, sondern geht mit dem Himmelsgestirn: Die Mondphasenanzeige der Portugieser Perpetual Calendar ist ganz, ganz großes Theater auf einer winzigen Bühne. Auch sonst lässt die Zeitmaschine so gut wie keine Wünsche offen: ewiger Kalender, Anzeige der Jahreszahl, Sieben-Tage-Automatikwerk mit Pellaton-Aufzug sowie einer Gangreserve-Anzeige.

„Portugieser Perpetual Calendar" von IWC Schaffhausen, Preis auf Anfrage

Fotos: Extremis, Samsung, Axor, Bose, IWC Schaffhausen, mak.nina/iStock/thinkstock

’O sole mio!

Endlich Sommer! Blauer Himmel, strahlender Sonnenschein, ein laues Lüftchen – herrlich! Sonnenlicht ist für uns lebenswichtig. Wir brauchen es unter anderem, um Vitamin D zu bilden und damit das Immunsystem zu stärken. Doch was ist mit unserer Haut? Wie viel Sonne verträgt sie und ist im Sommer die perfekte Bräune ein Muss? Wir gehen auf die Suche nach wahrer Sommerschönheit und der richtigen Dosis Gesundheit.

AFTER-SUN

Alte Sonnenanbeterregel: Nach dem Sonnenbad ist vor dem Sonnenbad und dazwischen hat die Pflege Vorrang. Mit After-Sun-Produkten, die regenerieren und schützen. Annemarie Börlind: After Sun, um 11 Euro. Nivea: In-Dusch Erfrischende After Sun Lotion schon während des Duschens, ab 6 Euro. Schaebens: After Sun Maske, um 1 Euro.

„Spieglein, Spieglein an der Wand, wer hat die schönste Haut im Land?“ Ist es jemand mit brauner oder mit heller Haut? Auf diese Frage gibt es keine eindeutige Antwort. Das Schönheitsideal unterliegt einem ständigen Fluss. Schaut man sich etwa Nicole Kidman an, ist die Sache klar: Vornehme Blässe ist derzeit in. Doch Frau oder Mann mit leicht gebräunter Sommerhaut ist auch sexy. Denn ein sommerlicher Teint ist ebenfalls ein Zeichen für Vitalität, für Entspanntheit und auch Sommer. Also: Was nun? Soll man den Sommer im Schatten verbringen und jeden klitzekleinen Sonnenstrahl vermeiden? Oder sich bedenkenlos sonnenbaden?

Schauen wir zunächst ein paar Jahrhunderte zurück. Früher stellte sich die Frage nicht. Ein Teint wie Alabaster war das Schönheitsideal, ein Ausdruck von Anmut, Grazie und Eleganz lag in der vornehmen Blässe. Adelige Damen und Herren zauberten sich mit viel Puder einen makellosen blassen, nein, weißen Teint – bar jeder Natürlichkeit. Doch gerade diese zählt heute wieder. Unsere Empfehlung deshalb: Auf das richtige Maß kommt es an! Zweitens: Vorsicht ist die Schwiegermutter der Hautalterung! Drittens: Der Mensch braucht Sonnenschein: zum Überleben!

Brechen wir zunächst eine Lanze für die Sonne: Man braucht sie nicht nur fürs „vermeintlich“ gute Aussehen, sondern Menschen brauchen Licht zum Leben. Sonnenlicht. Fehlt ihnen dieses, zeigt der Körper nach einer gewissen Zeit Mangelerscheinungen. Das Immunsystem reagiert am schnellsten; man wird anfällig für Erkältungen, aber auch für Depressionen. Das hilfreichste Gegenmittel: Vitamin D. Es wirkt sich positiv auf den Gemütszustand aus, dient dem Aufbau der Knochen, hemmt sogar das Wachstum bestimmter Tumore. Seine körpereigene Produktion wird durch die Sonne angeregt. In unseren Breitengraden ist von März bis Oktober und dann vor allem in der Mittagszeit die Intensität der UVB-Strahlen im Sonnenlicht ausreichend, um den Körper ausreichend mit Vitamin D zu versorgen. Es dürfen dann allerdings nur wenige Wolken am Himmel und mindestens ein Viertel unseres Körpers muss unbekleidet sein, um genügend Sonnenschein aufzunehmen. Dann reichen drei- bis viermal pro Woche zehn bis 15 Minuten Sonne aus, um Vitamin D zu bilden.

Meistens ist unser Körper deutlich mehr „angezogen“, der Himmel ist bedeckt, es ist zu kühl für ein gesundes Sonnenbad und überhaupt: Die meiste

KÖRPER

Gehört zu jeder Grundausstattung: Sonnenschutz, den man auch vor der Mittagspause im Freien, auf Arme, Dekolleté und Beine aufträgt. Wichtig ist: großzügig auftragen und einziehen lassen. Ob Sonnenmilch oder Spray ist letztendlich Geschmackssache. Ambre Solaire: Dry Protect, LSF 20, ab 13,50 Euro. Sonnenspray von Annemarie Börlind, LSF 20, ab 15 Euro. Chanel: UV Essentiel, LSF 30, ab 48 Euro.

Zeit des Tages sitzen wir ohnehin im Büro. Wenig Chancen für die Vitamin-D-Synthese in unserer Haut. Selbstredend nehmen wir diesen Hilfsstoff auch über die Nahrung auf. Um einen Speicher anzulegen, der auch in sonnenarmer Zeit ausreicht, ist dies allerdings zu wenig. Reich an Vitamin D sind vor allem fetter Fisch und Schweinefleisch. Davon dann allerdings vier Kilogramm täglich. Mahlzeit! Alternativ geht auch noch Lebertran. Doch wer mag den schon?! Also: Raus in die Sonne!

EINE FRAGE DER DOSIERUNG

Jedoch: Zu viel Sonne macht krank. Vor ein paar Jahren ging man noch scharenweise in Solarien, um sich bedenkenlos die vermeintlich gesunde Bräune auf die Haut zu brennen. Heute ist man schlauer und die Einsicht um die krebserregende Gefahr von UV-Strahlen ist gewachsen. Man besinnt sich wieder auf die vornehme Blässe. Richtig so, denn dunkel gebräunte oder gebrannte Haut altert schneller und wird eher faltig. Die Analogie zum Grillhähnchen ist allseits bekannt, man mag zwar die knusprige, gut gebräunte Haut, doch wehe, sie bleibt zu lange in der Pfanne.

Hellere Haut bleibt länger glatt und weich, so wirkt sie einfach jünger. Also greifen wir zum Sonnenschutz, zu Cremes, Hüten, Kappen und Kleidung, die vor UV-Strahlen schützt, – und sperren die Sonne aus. Die Vernunft liegt irgendwo in der Mitte, im gesunden Mittelmaß. ▶

SONNENWIESEN

Neben dem heimischen Balkon hat Bonn so manch feine Liegewiese für ein Sonnenbad: Der Klassiker ist die Hofgartenwiese. Den größten, ruhigsten und direktesten Platz an der Sonne gibt es selbstredend im Rheinauenpark. Wiese satt, wohin das Auge schaut. Wer Schatten bevorzugt, wird am Gestade des Rheins fündig. Am Wochenende sollte ein Ausflug in die Siegauen möglich sein oder direkt an den Rotter See bei Troisdorf. Hier gibt es eine Liegewiese an der Badebucht.

ANTI-AGE

Zur täglichen Pflege in der Sommer- und Sonnenzeit sollten unbedingt Anti-Age-Produkte gehören. Sie beugen der Hautalterung vor, schützen und bewahren gleichzeitig den Sommerlook. Nuxe Sun: Crème Délicieuse Visage Haute Protection, LSF 30, ab 14 Euro. La prairie: Anti-Aging Day Cream, LSF 30, um 140 Euro. Lancaster: Sun Age Control, ab 40 Euro.

► *KENNE DEINEN HAUTTYP*

Der Mode- und Gesundheitstrend geht zur frischen helleren Haut. Sonne in Maßen ist in, doch bitte nicht ohne guten Schutz. Dazu ist es wichtig, dass Sie unbedingt Ihren Hauttyp kennen und – noch wichtiger – auch beachten! Keine falsche Scham, kein falsches Fachverständnis: Wenn Sie sich unsicher sind, dann lassen Sie sich von Ihrem Hautarzt, in einer Apotheke oder bei einer Kosmetikerin beraten. Sie alle geben Ihnen auch entsprechende Empfehlungen für den passenden Lichtschutzfaktor, den Sie benötigen.

Übertreiben Sie es nicht: Ein Sonnenbad ist ein Sonnenbad ist ein Sonnenbad. Machen Sie es wie zu Hause, wenn Sie in der eigenen Badewanne entspannen: Auch hier liegen Sie sicherlich nicht stundenlang im kälter werdenden Wasser. So ist es auch an der frischen Luft: Das Sonnenbad ist keine quälende Marathonveranstaltung, sondern eine wohlbedachte Zeit der Entspannung, des Wohlfühlens und absolut stressfrei. Andererseits: Hierzulande gibt es ein Vermummungsverbot. Also: Lets the sunshine in und genießen Sie den Sommer mit allen Sinnen und mit gesunder Haut.

ZEHN REGELN FÜR DEN SONNENGENUSS

Für ein entspanntes Sonnenbad gibt es zehn einfache Regeln. So ist die Sonne zwischen zwölf Uhr und 15 Uhr zu meiden. Geben Sie der Haut Zeit, sich an die Sonne zu gewöhnen. In den ersten Tagen in sonnigen Gefilden lieber im Schatten bleiben. In der prallen Sonne möglichst sonnendichte Kleidung tragen und nie auf eine Kopfbedeckung verzichten. Dann: Alle unbedeckten Körperstellen mit Sonnenschutzmitteln eincremen, und das eine halbe Stunde zuvor. Denn nur so kann sich die Wirkung voll entfalten. Den Sonnenschutz mehrmals täglich erneuern. Aber: Nachcremen verlängert nicht die Schutzwirkung. Beim Baden nur wasserfeste Sonnencremes verwenden und diese nach dem Abtrocknen nochmals auftragen. Wichtig: Bei Medikamenten auf Nebenwirkungen in der Sonne achten. Sicherheitshalber den Arzt fragen. Auf Deodorants und Parfüms verzichten, um Pigmentflecken zu vermeiden. Mit Kindern in den ersten Jahren grundsätzlich nicht in die Sonne gehen und später nur mit entsprechender Kleidung. Und schließlich: Die Haut nicht im Solarium vorbräunen. Denn die UV-Strahlung von Höhensonnen ist zehnmal so hoch wie bei normalem Sonnenlicht. ■

4 HAUTTYPEN

TYP 1: EXTREM EMPFINDLICH
Haar: rötlich oder hellblond. Augen: blau. Sonstige Merkmale: Sommersprossen und sehr helle Brustwarzen. Die Haut wird nicht braun, nur die Sommersprossen werden mehr. Eigenschutzzeit: nur bis zu 10 Minuten.

TYP 2: EMPFINDLICH
Haar: blond. Augen: blau oder grün. Sonstige Merkmale: oft Sommersprossen, mäßig braune Brustwarzen. Haut wird nur leicht braun. Eigenschutzzeit: bis 20 Minuten.

TYP 3: NORMAL EMPFINDLICH
Haar: dunkel- oder hellbraun. Augen: braun oder grau. Sonstige Merkmale: kaum Sommersprossen und gut pigmentierte Brustwarzen. Auch in ungebräuntem Zustand ist die Haut leicht getönt. Dieser Typ wird relativ leicht braun, ist der Normaltyp in Mitteleuropa. Eigenschutzzeit: bis zu 30 Minuten.

TYP 4: UNEMPFINDLICH
Haar: meist dunkelbraun. Augen: braun. Sonstige Merkmale: keine Sommersprossen, dunkle Brustwarzen. Wird in der Sonne sofort braun. Eigenschutzzeit: bis zu 40 Minuten.

GESICHT

Aufmerksamkeitszone Gesicht: Alternativen zu Sonnencremes und Sonnenmilch gibt es inzwischen viele. Wer ganz auf Sonne verzichten möchte, dem hilft das Pigmentrouge (etwa von Bobbi Brown). bare Minerals: Natural Sunscreen, LSF 30, ab 30 Euro. Bobbi Brown: Shimmer Brick, ohne LSF, ab 43 Euro. Lippenbekenntnis bringt der Sonnenstick Eau Thermale von Avène, LSF 30, ab 8,90 Euro.

HAARE

Im Sommer brauchen Haare besonders viel Pflege: Sonne, Salzwasser und Chlor setzen zu. Pflegeprodukte sollten Glycerin enthalten, denn das spendet Feuchtigkeit und macht auch die Haare wieder geschmeidig. Furterer: Schützendes Sommerfluid, ab 14 Euro. Kérastase: Bain Après-Soleil, ab 16 Euro.

Fotos: Ryan McVay/Digital Vision/thinkstock, Wavebreakmedia Ltd/Wavebreak Media/thinkstock, whitetag/iStock/thinkstock, Schaebens/beautypress.de, Börlind/beautypress.de (2), Nivea/beautypress.de, L'Oreal/beautypress.de (2), Chanel/beautypress.de, Lancaster/beautypress.de, La prairie/beautypress.de, Nuxe/beautypress.de, Avène/beautypress.de, bareMinerals/beautypress.de, Bobbi Brown/beautypress.de, Furterer/beautypress.de, Stockbyte/Stockbyte/thinkstock, Fuse/thinkstock

Rosen ZEIT

Sie duftet unbeschreiblich, hat Dornen und ist trotz dieses spitzen Makels das Symbol für Vollkommenheit, Schönheit, Anmut und Lebensfreude. Bereits in der Antike galt sie als die Blume der Liebe und Verführung: Die Rose weckt auch heute noch Leidenschaft und verkörpert vollkommene Harmonie. Die Königin der Blumen ist ein einmaliges Geschenk der Natur und für die Kosmetik ist Rosenöl ebenso kostbar wie wirkungsvoll.

Die außergewöhnlichen Aromen und Duftstoffe der Rose werden in Teesorten, edlen Essigen und Gewürzmischungen oder in Gelees, in Mineralien aus dem Toten Meer, in pflegendem Badesalz oder einem cremigen Milchbad mit duftenden Blüten eingefangen. Ein positives Körper- und Lebensgefühl verschafft beispielsweise eine Massage mit feinstem Rosenöl. Dabei ist die Gewinnung von Rosenöl sehr aufwendig. Um den bestmöglichen Auszug zu erhalten, sollten die Blüten frühmorgens, kurz vor ihrer vollen Entfaltung geerntet werden. Dieser Aspekt ist essenziell, da mit steigenden Tagestemperaturen der Gehalt des Öls in den Blüten abnimmt. Um das Öl der Blüten zu extrahieren, müssen sie sofort weiterverarbeitet werden. Dabei ergeben vier Tonnen Blüten gerade einmal einen Liter Rosenöl. Schauen Sie doch einmal, wo kostbares Rosenblütenöl überall seine Wirkung entfaltet, und wenn Sie dann noch mehr Wissenswertes über Rosen erfahren möchten, lesen Sie auf unserer Gartenseite weiter. ■

Pflegend

ZEIT FÜR EIN ROSENBAD. Zarte Rosenblüten schwimmen auf der Oberfläche. Lush: Badetablette Tisty Tosty, pro Stück ab 5,75 Euro **WEICHE HÄNDE.** Pflegende Handbutter versorgt trockene Haut intensiv mit Feuchtigkeit. The Body Shop: Wild Rose Nourishing Hand Butter Wild Rose, 100 ml, ab 14 Euro **FEUCHTIGKEITSSPENDEND.** Der zarte Duft von indischer Rose und heilendem Himalaya-Honig legt sich sanft auf die Haut. Rituals: Chakra Water, 50 ml, ab 16,50 Euro

Duftend

KLASSISCH ELEGANT. Die Rose in einer Interpretation mit ätherischem Eukalyptus und zitrischer Frische. Klar strukturiert und pointiert, verkündet dieser Duft Anmut durch stilles Selbstbewusstsein. Frau Tonis Parfum: NO. 39 Rose de France, 100 ml, ab 88 Euro **EINLADUNG AN DIE ZÄRTLICHKEIT.** Roses de Chloé erinnert an einen frisch geschnittenen Strauß Damaszenerrosen. Chloé: Roses de Chloé, Eau de Toilette, 50 ml, ab 69 Euro **UNBEKANNTE TIEFEN.** Ein unwiderstehlicher Kontrast aus kühler Mandarine in der Kopfnote und der verführerischen Sinnlichkeit einer Rose in der Herznote. Davidoff: Cool Water Sea Rose Coral Reef, limitierte Sommeredition, 100 ml, ab 39 Euro **EINGEHÜLLT.** Ein eleganter samtiger Duft für den ganzen Körper. Lush: Turkish Delight Smoothie (Duschcreme), 200 g, ab 29,50 Euro

Aromatisch

WOHLTUEND. Entspannung für Körper und Geist bringen die beruhigenden Aromen des Kräutertees mit Ingwer und Rose von Rituals: Rose Wisdom, 20 Teebeutel, ab 4,50 Euro (+ Refill Dose, ab 3,50 Euro) **EXTRAVAGANTER GESCHMACK.** Feines Rosengelee aus unbehandelten Wildrosenblüten, Renner & Fischer Feinkost Manufaktur: Rosenblüten, 210 g, ab 5,90 Euro **KÖSTLICH.** Eine blumige Legende in kleine Fläschchen abgefüllt. Dallmayr: Rosenliqueur, 0,1 l, ab 6,50 Euro

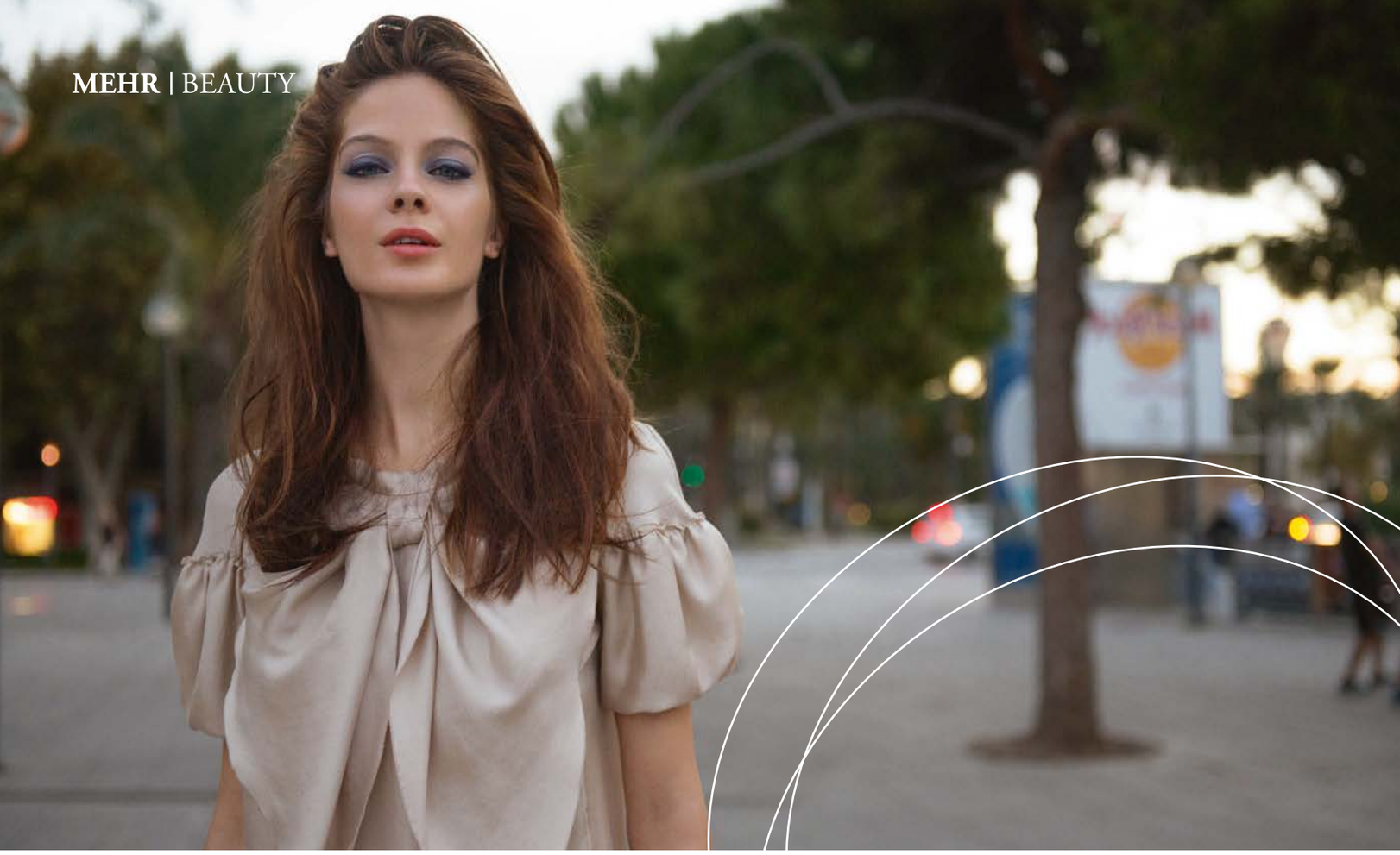
Fotos: Lush Fresh Handmade Cosmetics (2), The Body Shop Germany GmbH, Rituals cosmetics (2), Frau Tonis Parfum Berlin, coty prestige (2), Renner Fischer, Dallmayr

Hauptsache SOMMER

Vom entspannten Tag am Strand bis zum glamourösen Auftritt am Abend: „Playful casual Glam" ist der Trend in diesem Sommer. Gearbeitet wird mit einem vielfältigen Spektrum an Haartexturen, so sind, von Locken über Wellen bis hin zu coolen Beach-Looks, wirklich viele Varianten und Haartypen mit dabei. Die Looks zeigen eine verspielte Natürlichkeit und Glamour zugleich. Volumen, Form und Proportion spielen eine große Rolle.

Lässig und zeitlos: Der Sonnenhut schützt die langen Haare vor dem Austrocknen und hat durch die breite Krempe das gewisse Etwas. Die Haare fallen in entspannten Wellen bis über die Schultern.

Ein Tag am Meer: In diesem Jahr entweder mit viel Volumen oder natürlich fallendem Haar. Der Stil Playful casual Glam nimmt Anleihen bei den Achtzigerjahren ohne zum Föhn zu greifen und ein übermächtiges Hair-do zu zaubern. Das passende Make-up dazu legt einen leuchtenden Akzent auf die Augen. Der Lidschatten darf gerne überzeichnen.



„Playful casual Glam" ist der Frisurentrend der Saison. Glam ist nichts anderes als Glamour. Die Frisuren von Schauspielerinnen wie Stephanie Powers aus der Serie „Heart to Heart" (Hart aber herzlich) erleben ihr voluminöses Comeback. Doch im Unterschied zu damals wirken die Frisuren in diesem Jahr einfach, natürlich und verspielt, ob am Strand oder an einem lauen Abend.

Wichtig bei langem Haar: Das Gesicht bleibt frei. Die Haare werden in einer zarten Rolle nach außen gedreht und bilden so den Rahmen für leuchtende Augen und zarte Rottöne auf den Lippen. Bei langen Haaren ist dabei wichtig, dass sie Schutz bekommen und gekräftig werden. So bleiben sie nicht nur gesund, sondern lassen sich auch bequem und einfach frisieren. Feines Haar braucht insbesondere Unterstützung und Halt.

Wer von Natur aus mittelblond ist, wird sich auf die hellen Sonnenlichter freuen, die UV-Strahlen den Haaren aufsetzen. Wer chemisch ein wenig nachgeholfen hat, muss dagegen etwas aufpassen. Die Sonne bleicht nach und macht das Haar auch poröser. Sehr stark aufgehelltes Haar beim Sonnenbaden deshalb am besten unter einem Hut in Sicherheit bringen. Außerdem bei der Pflege besonders sorgfältig sein. Gefürchteter Nebeneffekt der Sonne bei aufgehelltem Haar: Der Farbton verändert sich – das schöne Beigeblond vergilbt. Bester Tipp: Auf jeden Fall einen hochwertigen Conditioner verwenden.

Für langes Haar: Silky Spliss Repair beugt Spliss vor und kittet poröse und ausgefaserte Spitzen, ab 25,40 Euro. Für feines Haar: Volume Powder zaubert mehr Volumen, ab 19,20 Euro, die Texture Cream sorgt für die perfekte Form, ab 24,90 Euro. Alle Produkte von La Biosthetique. Der Schlapphut von McBurn komplettiert den Look, ab 74,90 Euro. Mit dem Satin Hair 7 von Braun lässt sich das Haar schonend stylen, ab 39,90 Euro.

Fotos: La Biosthetique (7), BRAUN/beautypress.de, McBurn

Frischer Wind für Ihre Haare

Unser Friseur-Salon ist für unsere Kunden eine Wohlfühloase. In edler, ruhiger und entspannter Atmosphäre arbeiten 20 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit großer Begeisterung und bieten Ihnen Kompetenz für Haar, Haut und Make-up. Wir verwenden ausschließlich Produkte von La Biosthetique, Paris. Lassen Sie sich von uns verwöhnen! In unserer Cut & Color Area dreht sich alles um Ihr Haar, Stylings & Färben. Danach und zwischendurch können Sie auf unserer Dachterrasse herrlich entspannen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Top Friseur im Herzen von Bonn!

HAGEMANN
HAIR · BEAUTY · MAKE UP · LA BIOSTHETIQUE
TOP SALON DES JAHRES

Michael Hagemann | Rathausgasse 20 | 53111 Bonn | 0228 65 50 40
www.michael-hagemann.de | www.facebook.com/hagemann.bonn
Mo-Di 9-18:30 Uhr | Mi 9-21:30 Uhr | Do 10-19 Uhr | Fr 9-20 Uhr | Sa 8:30-16 Uhr

Ohrhänger von
Stella & Dott
ab 69 Euro

Kleid von
Long Tall Sally
ab 120 Euro

Bikini von
Gottex ab 92 Euro

Ledersandale
von Buffalo
ab 79,90 Euro

Tee-Getränk von Feel Good ab 2 Euro

Küchenhelfer von Kitchen Aid ab 559 Euro

Uhr von Guess ab 249 Euro

Für den Herrn: Bermuda von René Lezard ab 119,90 Euro

Bluse von byMi ab 139 Euro

„Je tiefer das Blau wird, desto tiefer ruft es den Menschen in das Unendliche, weckt in ihm die Sehnsucht nach Reinem und schließlich Übersinnlichem. Es ist die Farbe des Himmels“, sagte Wassily Kandinsky, russischer Maler, Grafiker und Kunsttheoretiker. In diesem Jahr wurde die Farbe Blau wiederentdeckt. Genauer gesagt ist es Dazzling Blue: Das schillernde, glanzvolle und umwerfende Blau ist zum optischen Hingucker in Mode, Wohnwelt und Make-up avanciert.

Jedes Jahr dominieren andere Farben die Welt. Mit verantwortlich hierfür ist das Pantone Colour Institute aus New Jersey, das regelmäßig seine Scouts ausschickt, die sich auf die Suche nach den aktuellen Trends machen. Sie stöbern in Nachtclubs, schlendern durch angesagte Modeläden, analysieren Blogs und Videoclips – immer auf der Jagd, was gerade „in“ ist und Einfluss auf Mode, Kunst und Kultur hat.

2014 entdeckten die Scouts auf ihren Streifzügen Dazzling Blue – keine neue Erfindung, aber in diesem Jahr ein „Muss“ in jedem Kleiderschrank, Wohnzimmer oder Bad. Die Farbe mit der Pantonenummer 18-3949 wirkt kühl, lässig und unnahbar zugleich – ob als Schmuckstück am Handgelenk, brillant glänzend auf Nägeln und Lidern oder als Hingucker bei den Wohnaccessoires. Blau wird wie jeder Farbe eine besondere emotionale Wirkung und Symbolik zugeschrieben. So steht die Farbe von Luft und Wasser für Vertrauen, Sehnsucht, Phantasie, geistige Erkenntnis, Wahrheit, aber auch für Ruhe und Entspannung.

Dazzling Blue wirkt für sich alleine ausdrucksstark, lässt sich aber auch gut mit anderen Farben kombinieren. Kontrastreich mit Weiß, Sand oder Silber, ebenso mit Schwarz und sehr schön auch mit anderen kühlen Blautönen. Dazzling Blue funktioniert auf jeder Modeebene: sportlich, sexy oder klassisch elegant. Ein Designobjekt in Dazzling Blue zieht immer die Blicke auf sich. ■

Nagellack „Lots of Lux“ von Essie ab 7,95 Euro

Teelicht von Leonardo ab 4,95 Euro

Handspiegel von Kare Design ab 189 Euro

Armband von Immerdein ab 495 Euro

Brille von Lagerfeld ab 167 Euro

Fotos: Long Tall Sally/fashionpress.de, Stella & Dot, Gottex, Buffalo, harneshkp/iStockthinkstock, René Lezard, Guess, KitchenAid, Lagerfeld, Feel Good/MBG Group, byMi/fashionpress.de, L´Oreal, Leonardo, Kare Design, Immerdein/fashionpress.de

VIEL RAUCH UM FLEISCH

„Wo Rauch ist, ist auch Feuer!" Wer kennt sie nicht, diese alte Weisheit, und wurde sie beim Grillen nicht vermieden, wie das Grillfeuer das Regenwasser meidet? Zu Unrecht, denn am Ende zählt der Geschmack. Nichts anderes.

„Rauch ist besser als Flamme." Das behaupten die Grillexperten von heute, mit Inbrunst und Nebelschwaden. Denn gerade der Rauch mache das Fleisch herzhaft, saftig und lasse es behutsam garen. So gesund war das Grillen noch nie. Und: Recht haben sie! In der Fachsprache heißt das Smoken. Das macht zwar viel Qualm, doch wenn man einen guten Smoker zu Hause hat, dann überzeugen die Vorteile. Das Grillgut muss im Smoker nicht fortwährend gewendet werden, es gart sanft und leise vor sich hin, es kann nicht einmal anbrennen. Damit bleibt jedem Gastgeber mehr Zeit für die Gäste in gemütlicher Runde.

Doch wie das Grillen hat sich auch das Smoken längst zu einer eigenen Wissenschaft entwickelt, die aber durchaus beherrschbar ist. Die Grundsatzfrage ist: Welcher Rauch soll es sein? Denn der Rauch wird durch das verwendete Holz bestimmt und jedes Holz hat seine ganz eigenen, besonderen Eigenschaften, die es beim Smoken voll entfaltet. Weitaus mehr und geschmackvoller als beim Grillen. Besonders beliebt sind Birke, Buche, Eiche, Erle, Hickory, Wachholder und Walnuss. Eiche ist der Allrounder für Fisch, rotes Fleisch und Schweinefleisch und sorgt für ein besonders schweres Raucharoma. Birke hingegen ist milder und geeignet für Geflügel und Schweinefleisch. Es gilt also die Regel: Zart zu zart. Kräftig zu kräftig. Exotisch wird es mit Obsthölzern, etwa Apfelholz. Das sorgt zwar nicht für eine Apfelnote, wird aber wegen seines süßlichen Geschmacks in den USA gerne zum Räuchern etwa von Bacon verwendet. Besonders Wagemutige smoken mit dem blumigen Rauch von Fliederholz Meeresfrüchte und Lamm und mit dem fruchtigen Aroma von Weinreben jedes Fleisch.

Einen Wermutstropfen gibt es allerdings: Für die spontane Runde unter Freunden ist Smoken nicht der Burner, denn Smoken braucht Zeit und Muße, vor allen Dingen aber einen Smoker, ►

ZUM PERFEKTEN ABEND AM SMOKER ODER GRILL GEHÖRT AUCH IMMER DAS PASSENDE GETRÄNK: WEINLIEBHABERN SEI EIN FRUCHTIGER ROSÉ ETWA AUS DEM LANGUEDOC ODER DER PROVENCE EMPFOHLEN. EIN KÜHLES PILS ODER WEISSBIER, GERNE AUCH ALKOHOLFREIES HEFE, RUNDEN DEN ABEND AB.

ALLES FÜR EINEN PERFEKTEN GRILLABEND: ① DER BBQ FAN VON DIZBEE, AB 7,50 EURO. ② BRENNEISEN „DEINS" UND „MEINS" VON MICHELIN ÜBER BULL UND BEAR, AB 24,95 EURO. ③ BOURBON GRILL WOOD VON BOURBON BARREL FOODS AB 10,20 EURO. ④ DOUBLE KICKS HOT SAUCE AB 6,50 EURO. ⑤ HAMBURGER PRESSE VON SAGA-FORM AB 12,95 EURO. ⑥ DER EDEL-SMOKER GTX 1500 VON BRENNWAGEN, UM 6.990 EURO.

► der sich kaum mit wenigen Handgriffen zum nächsten Grillplatz transportieren lässt. Mit und unter Freunden, ebenso und en passant, nach Feierabend und zwischendurch sollte man ganz konventionell grillen. Entweder zu Hause oder auf einem ausgewiesenen Grillplatz. Hier werden wir spießig: Nein, wir halten nichts von wilden Grillplätzen, von sinnfreier Kokelei oder einem brennenden Inferno, auf dem Fleisch in Aluschalen gen Garpunkt leidet und diesen verpasst. Schlimmer noch, denn wir werden noch spießiger und räumen nach dem Grillen auf, nehmen unseren Müll mit und hinterlassen den Platz so sauber, dass das nächste Barbecue starten kann. Das hat auch seinen Vorteil für andere Passanten. Denn, seien wir ehrlich, nichts sieht unappetitlicher aus als die Hinterlassenschaften eines Lagerfeuers am kommenden Morgen. Grillen ist Genuss. Grillen ist Leidenschaft. Grillen ist ein Abend mit Freunden. Nicht mehr. Vor allem aber nicht weniger. Das Barbecue im Sonnenuntergang hat nur zehn einfache Regeln: Die wichtigste ist, nur erstklassige Zutaten zu verwenden. Denn gutes Grillgut bringt ein gutes Ergebnis. Das Fleisch, Gemüse oder was immer man auf den Grill packen möchte, wenn möglich, am Tag zuvor marinieren, das macht es zart und schmackhaft. Das gilt nicht nur für das Fleisch, sondern auch für viele Gemüsesorten. Eine marinierte Paprika, ein gebeizter Maiskolben sind auch für Fleischfanatiker ein absoluter Genuss. Auch wenn diese das nicht zugeben werden.

Vor dem Grillen das Öl abtupfen und das Fleisch trocken auf den Grill legen. Dabei sollte der Rost möglichst heiß sein und die Kohle gleichmäßig durchglüht und mit einer weißen Ascheschicht überzogen sein. Große Stücke erst nahe der Glut, dann

DIE BESTEN GRILLPLÄTZE BONNS

1. IM PARK

Im Rheinauenpark gibt es zwölf ausgewiesene Grillplätze, die ohne Voranmeldung genutzt werden dürfen. Daher gilt: Wer zu erst kommt, grillt zu erst. Romantisch sind die Plätze am See auf der Bonner Seite, den schönsten Sonnenuntergang hingegen gibt es auf der Beueler Seite.

2. ZUR WM

Der Grillplatz am Sportplatz Oberer Lyngsberg, Philosophenring, Heiderhof, kann ohne vorherige Reservierung genutzt werden. Er garantiert aber schnellen Familienanschluss, denn der Grillplatz wird gern, oft und ausgiebig von den Sportfreunden genutzt.

3. IM WALD

Der Grillplatz der Waldfreunde liegt am Wesselheideweg in Duisdorf. Er ist nicht unbedingt lauschig, hat daher auch eine Toilettenanlage. Weitere Infos im Internet unter:
www.waldfreunde-duisdorf.de

4. AM WEIHER

Im Ennert liegt die Grill- und Schutzhütte „Am Hardtweiher". Fest gemauert, überdacht und doch mitten in der Natur – mit Blick auf den namensgebenden Weiher.
www.bonn-holzlar.de

5. IM PARK

Fernab der Großstadt-Hektik, sofern es diese in Bonn gibt, lässt sich im Naturpark Siebengebirge grillen. Der Grillplatz Nasseplatz darf nur bis 20 Uhr genutzt werden, wenn man mit seinen Gästen den 500 Meter langen Weg von der Margarethenhöhe schafft.
www.naturpark-siebengebirge.de

weiter weg am Rand des Rosts platzieren. Alufolie oder Aluschalen verhindern, dass Fett auf die Kohle tropft und unerwünschte Flammen das Grillgut versengen. Kurzgebratenes ist gar, wenn auf der Oberseite Saftperlen austreten – ansonsten gilt der Gabel-Drucktest wie beim herkömmlichen Braten. Rindfleisch während des Grillens nie und niemals mit der Gabel anstechen, denn dann läuft der Saft aus. Das Fleisch nach dem Grillen einen längeren Augenblick ruhen lassen. Dann sammelt sich das Aroma. Beim Barbecue, der Mutter aller Grillabende, geht es nach amerikanischen Mustern etwas rustikaler zu.

Wer selbst keine Zeit zum Grillen hat, der braucht nicht bis nach New York City zu reisen, um bei Peter Luger (peterluger.com) in Brooklyn um einen Tisch zu betteln (bitte vier Monate im Voraus reservieren. Die Bedienung spricht durchweg deutsch. Bezahlung nur in bar). Zugegeben: Die Lugers zelebrieren das Hochamt des BBQ, das verlangt die Wartezeit, das ist Kult, da kommen Steaks auf den Tisch, meine Herren! Zwei Tipps der Redaktion für Kurzentschlossene: Wenn im Big Apple, dann ab und los zur Fetten Sau (ja, der Laden heißt so) in Williamsburg (354 Metropolitan Avenue, www.fettesaubbq.com) oder ein French BBQ genießen. Das Kameha (Bonn, Rheinbogen 1) begrillt seine Gäste mit Spezialitäten der französischen Grillszene. Dazu ein Blick auf die Bonner Rheinseite, Rheinauen und Siebengebirge. Herz, Grillkohle, Steak, was begehrst du mehr.

Öffnungszeiten
Di. - Fr. 12.00 - 14.30 Uhr
18.00 - 23.00 Uhr
Sa. 18.00 - 23.00 Uhr
So. 12.00 - 14.30 Uhr
18.00 - 22.00 Uhr
Montag Ruhetag

Juni bis August:
18.00 - 22.00 Uhr am Abend

Clemens-August-Str. 2-4
53115 Bonn
Telefon 0228 / 65 87 27

www.el-tarascon.de

EL TARASCON
Das original Argentinische Steakhaus

QUALITÄT, FRISCHE UND DIE LIEBE ZUM DETAIL ...

... das sind die Dinge, die uns jeden Tag dazu bewegen unser Bestes für unsere Gäste zu geben. Der schönste Lohn hierfür ist die Zufriedenheit und Treue unserer Gäste. Seit mehr als 20 Jahren besteht das El Tarascon als Familienbetrieb. Täglich servieren wir argentinische Spezialitäten begleitet von einer hochwertigen Weinauswahl.

SAUCE & MARINADE

BBQ-SAUCE

6 TL TOMATEN-KETCHUP
3 ZEHEN FRISCHER KNOBLAUCH
1 EL BRAUNER ZUCKER
1 BIO-LIMETTE
0,5 TL CAYENNEPFEFFER
0,5 TL TABASCO
SALZ
PFEFFER
2 EL BALSAMICO-ESSIG
0,5 TL PAPRIKAPULVER

Die Knoblauchzehen auspressen und zusammen mit dem Ketchup, dem Balsamico-Essig und dem Zucker so lange verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Limette auspressen und ebenfalls gründlich mit den anderen Zutaten verrühren. Zum Schluss noch die Gewürze nach Belieben hinzufügen und nach Geschmack mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Diese klassische BBQ-Sauce ist schnell und unkompliziert zubereitet. Das Rezept ergibt eine typische Südstaaten-Sauce aus Carolina. Dort wird die Sauce bereits während des Grillens auf das Fleisch aufgetragen, um dem Grillgut eine zusätzliche Note zu geben. Wer keinen Ketchup mag, kann auch Senf als Basis verwenden.

MARINADE

1 GROSSE ZWIEBEL
2 KNOBLAUCHZEHEN
50 ML SOJASAUCE
ÖL
SALZ
PFEFFER
PAPRIKAPULVER
NACH BELIEBEN SESAM, HONIG, CHILIPULVER
UND TABASCO

Die Zwiebel schälen und in Streifen oder Ringe schneiden. Den Knoblauch ebenfalls schälen und in kleine Stücke schneiden oder auch durchpressen.

Das Grillgut gut mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und in eine verschließbare Schüssel geben. Das Ganze mit den Zwiebeln und dem Knoblauch bedecken und mit Öl übergießen, bis das Fleisch komplett bedeckt ist. Nun die Sojasauce hinzugeben und alle Zutaten mit dem Grillgut gründlich durchmischen. Die Schüssel verschließen und für mindestens eine halbe Stunde in den Kühlschrank stellen, besser noch über Nacht. Als Variante können auch Sesamkörner, Honig (etwa 2 EL), Chilipulver oder Tabasco hinzugeben werden.

Fotos: Kesu01/iStock/thinkstock, Purestock/thinkstock, KoesjPhotography/iStock/thinkstock, _FistBowl_/iStock/thinkstock, Bremwagen, Hellweg, Mohlein, Bourbon Barrel Foods, Sagaform, Double Kicks

vitra.

Aluminium Chair, Charles & Ray Eames

Die neuen Aluminium Chairs EA 101, EA 103 und EA 104 eignen sich ideal für den Einsatz am Tisch: Sie sind schmaler, die Sitzposition ist aufrechter und etwas höher, die Armlehnen sind kürzer als bei den klassischen Aluminium Chairs. Und dank der unglaublich großen Auswahl an Farben lässt sich für jede Umgebung der passende Stuhl finden. Erleben Sie diese Neuheit jetzt in unserem Schauraum.

---

schüller

schüller gmbh moebel · interior · object, Rathausgasse 22–24, 53111 Bonn
Telefon 02 28 / 65 10 31, info@schueller-moebel.de, www.schueller-moebel.de

À la carte

SCHLEMMEN WIE „GOTT IN FRANKREICH“. FRISCHEN FISCH, LECKERE WILDSPEZIALITÄTEN ODER AUCH EIN AUF DEN PUNKT GEBRATENES RINDERFILET. RAVIOLI MIT FRISCHEN STEINPILZEN GEFÜLLT ODER WACHTELBRÜSTCHEN AN WILDKRÄUTERSALAT. DA LÄUFT EINEM DAS WASSER IM MUND ZUSAMMEN. DIE MEISTEN GENIESSEN SOLCHE KÖSTLICHKEITEN IM RESTAURANT. ABER: WARUM NICHT EINMAL EINEN SCHLEMMERABEND MIT AUSGESUCHTEN GERICHTEN ZUHAUSE VERANSTALTEN? GEMEINSAM MIT UNSEREM 3&50-EXKLUSIV-KOCH JO NATTERMANN STELLEN WIR IHNEN IN UNSERER RUBRIK „À LA CARTE“ KULINARISCHE FEINHEITEN FÜR ZUHAUSE VOR. HEUTE BEREITEN WIR FÜR SIE EINEN WAGYŪ-BURGER ZU.

Wagyū-Burger

ZUTATEN FÜR 1 PERSON
300 g Entrecote vom Kobe-Rind
1 rote Zwiebel
Salatgurke
etwas Rucola
Kirschtomaten
1 Burgerbrötchen
Erbsensprossen
Rote-Bete-Sprossen
2 Garnelen
BBQ-Sauce

WAGYŪ-RIND ist eine Rinderrasse japanischen Ursprungs und das teuerste Hausrind der Welt. Es wird in Deutschland als Kobe-Rind angeboten.

Das Fleisch durch den Wolf drehen. Den Burger formen, danach vakuumieren und in circa 52 Grad warmem Wasser zehn Minuten garen. Als Gemüse-Topping rote Zwiebeln und Salatgurken in Scheiben schneiden. Rucola in etwas Öl in der Pfanne backen, Kirschtomaten und rote Zwiebeln getrennt scharf anbraten. Grillplatte auf 200 Grad vorheizen und den gegarten Burger von beiden Seiten scharf anbraten. Parallel ein Burgerbrötchen anrösten. Zwei Garnelen mit Kopf entdarmen und in der Pfanne braten.

Wenn alles fertig ist, den Burger bauen. Zuerst das Unterteil des Brötchens mit gebackenem Rucola belegen, dann den Burger aufsetzen. Die gerösteten Zwiebeln und die frischen Gurkenscheiben auflegen. Jetzt noch mit Erbsen- und Rote-Bete-Sprossen garnieren und mit der oberen Brötchenhälfte abdecken. Die beiden gebratenen Garnelen mit einem Spieß auf den Burger stecken und die Kirchtomaten im Umfeld drapieren. Ein wenig BBQ-Sauce, und fertig ist der Sommer-Luxus-Burger.

Fotos: P.M. J. Rothe (14)

JO NATTERMANN *hat in den besten Häusern sein Handwerk gelernt. Mit den unter anderem im Landhotel Gasthof Schütte in Oberkirchen und im Restaurant Ochsen Post in Tiefenbronn gesammelten Erfahrungen hat er 1990 den elterlichen Betrieb in Vettelschoß übernommen. Zwischen Rhein und Westerwald gelegen, zählt Nattermanns Fine Dining heute zu den kulinarischen Tipps in unserer Region. Im Sommer verwöhnt Jo Nattermann seine Gäste gerne auf der schönen, von Bäumen überdachten Terrasse. In der kalten Jahreszeit fühlt man sich in dem mit viel Stil eingerichteten Restaurant sehr gut aufgehoben. In den letzten Jahren hat sich Jo Nattermann einen persönlichen Traum erfüllt und gegenüber im stillgelegten Bahnhof die „Genussakademie" eröffnet. Dort veranstaltet der Koch aus Leidenschaft Kochkurse und Weinseminare. „Zu Spitzenleistungen ist nur fähig, wer seinen Beruf aus tiefster Überzeugung liebt", so Jo Nattermanns Credo. Jo Nattermann – unser Koch bei „À la carte".*

Grünes GOLD

Stamm und Äste sind grau und knorrig, die Blätter zartgrün mit einem Stich ins Silberne. Reife Früchte glänzen in tiefem Schwarz, unreife schimmern in einem satten Grün. Das grüne Gold, wie Olivenöl auch genannt wird, ist mittlerweile nicht nur unverzichtbare Zutat in vielen Küchen, sondern längst zum Kult avanciert. Die kleine Frucht hat großes Potenzial – wenn man als Konsument weiß, woran man gutes Öl erkennt.

Weltweit werden jedes Jahr rund drei Millionen Tonnen Olivenöl gewonnen. Mal mehr, mal weniger. Spitzenreiter ist Spanien, das in der Ernteperiode 2013/2014 rund eineinhalb Millionen Tonnen Olivenöl produzierte – den absoluten Großteil davon in Andalusien aus der dort beheimateten Picual-Olive. Italien folgte mit rund 450.000 Tonnen, Griechenland mit 230.000 Tonnen und Portugal mit 76.000 Tonnen. Aus Frankreich, dem Land, in dem man wie die Götter speist, kommen gerade mal 5.000 Tonnen. Olivenöle gibt es heute in jedem Supermarkt, von wo aus sie in den meisten Haushalten landen. Es wird immer beliebter, doch nur wenige Konsumenten haben einen Schimmer, wie echtes Extra Vergine schmeckt – denn, wo die höchste Güteklasse draufsteht, ist nicht immer das beste Öl drin. „Es ist schwieriger, gutes Olivenöl herzustellen, als guten Wein zu keltern“, sagt Silvan Brun, Geschäftsführer und Inhaber von Coltura Delicata. Das Schweizer Unternehmen vertritt Ölproduzenten, die zu den besten Erzeugern der Welt zählen. ▶

►„Ein guter Olivenbauer weiß: Um gutes Olivenöl zu gewinnen, muss er früh auf die Leiter und die noch nicht schwarzen Früchte vom Baum pflücken“, erklärt Brun. Die Herstellung von Olivenöl, das die Bezeichnung „Extra Vergine" wirklich verdient, ist aufwendig und teuer. „Viele Olivenbauern und -müller leisten das ganze Jahr über harte Arbeit, erzielen aber letztendlich nur minderwertige Olivenöle“, betont Brun. Der Grund: Sie arbeiten noch nach alten traditionellen Methoden, die seit Generationen überliefert wurden, heute aber – selbst bei guten Olivenernten – den Ansprüchen an ein sehr gutes Öl nicht mehr gerecht werden. So werden Oliven nicht immer binnen weniger Stunden nach der Ernte zur Mühle gebracht – eine der wichtigen Voraussetzungen für gutes Öl. Die gepflückten Früchte müssen schnell verarbeitet und vor allem mit Samthandschuhen angefasst werden. „Verletzte Oliven beginnen sofort zu oxidieren, daher müssen sie aussortiert werden, sonst schaden sie dem Geschmack“, sagt Brun.

RESERVA DE FAMILIA
Spitzencuvee von **CASAS DE HUALDO**, mittelfruchtig, 500 ml, ab 22,10 Euro

Wie aber sieht ein optimaler Produktionsprozess aus? Die Oliven müssen vom Produzenten zunächst zum richtigen Zeitpunkt im idealen Reifezustand – grün bis maximal „veraison“ (Farbwechsel von Grün zu Violett) – geerntet werden. Dabei hat jeder Baum, von dem geerntet wird, ein anderes Mikroklima. An dem einen Baum hängen schon leicht dunkle Oliven, während am nächsten Baum vorwiegend noch grüne Oliven zu finden sind. Nach der Ernte geht es in möglichst maximal sechs Stunden zur Mühle. Traditionelle Produktionsverfahren beispielsweise mit Mühlsteinen und Pressmatten erzeugen keine Öle höchster Güteklasse. Sehr gutes Öl wird völlig unromantisch mit 2- oder 3-Phasen-Dekantern aus Edelstahl gewonnen. „Wer gutes Olivenöl produzieren möchte, braucht auf der einen Seite viel Passion, noch mehr Know-how und vor allen Dingen modernste Edelstahlölmühlen, die mit kontrolliertem Sauerstoffkontakt arbeiten“, erklärt Brun.

Von diesem aufwendigen Prozess, bei dem der Erfolg im Detail liegt, bekommt der Verbraucher natürlich nichts mit. Er kauft in der Regel die Flasche Olivenöl Extra Vergine wegen des Aufdrucks mit einem guten Gefühl und ohne genau zu wissen, wie viel harte Arbeit und Engagement dahinter steckt. „95 Prozent sind als Extra Vergine falsch etikettiert“, gibt Brun jedoch zu bedenken.

So schmeckt und riecht EIN GUTES OLIVENÖL

- Erstes Qualitätsmerkmal: Der Duft muss **frisch** und pflanzlich sein.
- Olivenöl muss **scharf** sein, es kann ein leichtes Hüsteln auslösen.
- Gutes Öl darf im Mund nicht das Gefühl von Fett hinterlassen.
- **Grüne Aromen** wie beispielsweise frisches Gras, unreife (Achtung, nicht eingelegte, sondern baumfrische) Oliven, Kaffee, grüne Bananen, Artischocken und – bei gewissen Sorten – Zitrusfrüchte, grüne Tomaten oder Tomatenblätter deuten auf Verwendung von gesunden, nicht überreifen Oliven hin.
- Qualitätvolles Öl ist **bitter** und pur getrunken kratzt es etwas im Hals. Je bitterer ein Öl, desto höher der gesundheitlich bedeutende Tocopherolgehalt.

„Kein Genuß ist vorübergehend, denn der Eindruck, den er zurückläßt, ist bleibend"

Johann Wolfgang von Goethe

Herausfinden könne man dies am Geschmack. Die Crux: Der normale Konsument hat noch nie richtig gutes Olivenöl geschmeckt. Stattdessen hat er sich an Fehlaromen gewöhnt und findet sie lecker – oder auch nicht. Brun: „Ein Olivenöl, das zum Beispiel butterähnlich schmeckt, ist schlechtes Öl und hat mit Sicherheit nichts mit Extra Vergine zu tun. Gute Öle sind bitter und etwas scharf. Selbst die bekannte ligurische Taggiasca-Olive, von der Konsumenten glauben, sie stünde für mildes süßliches Öl, bringt in Wirklichkeit bei richtiger Pflege, zeitgenauer Ernte und fachmännisch korrekter und schneller Verarbeitung sehr bittere und scharfe Öle hervor."

Der Preis eines Öls bietet einen Hinweis, ist aber nicht immer die Garantie für ein gutes Öl. „Öle für fünf Euro pro Liter sind nie eine Option. In der Toscana kostet die Produktion eines Liters Extra Vergine zwischen 15 und 22 Euro", weiß Brun. Außerdem, so der Fachmann, solle man Öle, die aus europaweit zusammengetragenen Olivenölen verschnitten und abgefüllt wurden, lieber im Regal stehen lassen. Den Hinweis auf solche Öle findet man auf dem Etikett: „Aus Olivenölen aus der Europäischen Gemeinschaft". Ein Indiz für ein Qualitätsöl kann die genaue Angabe der Olivensorte, der Region, der Ernteperiode und einiger chemischer Parameter wie z. B. der Aufdruck des Polyphenolgehaltes (über 300 mg/kg) sein. Solange man also nicht wirklich sicher sein kann, dass Extra Vergine auch Extra Vergine enthält, sollte man sich auf den eigenen Gaumen verlassen. Im Gegensatz zu den Supermärkten gibt es in einigen Feinkostläden die Möglichkeit, Öle zu verkosten. Das sollte man sich nicht entgehen lassen und ein Gläschen Öl genießen. ►

CHATEAU D'ESTOUBLON, 50 ml Spray, ab 13 Euro
JORDAN, Edelstahlflasche zur Aufbewahrung, ab 9,95 Euro
JORDAN OLIVENÖL, 500 ml, ab 10,50 Euro

Öle von **I GREPPI DI SILLI** zählen zu den besten Italiens, 500 ml, ab 27,50 Euro

BUCHTIPP

„Extra Vergine", Die erhabene und skandalöse Welt des Olivenöls, von Tom Mueller. Redline Verlag, 312 Seiten, gebunden ab 24,99 Euro

Außerdem lesenswert: Merum, die Zeitschrift für Wein und Olivenöl aus Italien, Verlag Merumpress AG

PICHOLINE von **CHATEAU D'ESTOUBLON**, schmeckt intensiv, scharf, pfeffrig, 500 ml, ab 29,00 Euro

Balsam
FÜR HAUT UND HAAR

► Olivenöl ist jedoch mehr als nur ein Lebensmittel. Olivenöl ist ein wichtiger Wirtschaftsfaktor und hier spielt auch sein Einsatz in der Kosmetik eine große Rolle. Weltweit hat sich Olivenöl als zarter Helfer bei trockener Haut und sprödem Haar einen Namen gemacht. Ob in Cremes, Lotions, Conditioner, Badezusatz oder einfach nur Seife – Olivenöl ist ein echtes Kosmetiktalent.

Aus der Flasche kann man es direkt auf die Haut auftragen. Sie haben richtig gelesen. Olivenöl als Beautybooster kann auch pur angewendet werden. So wirkt es ganz wunderbar, wenn Sie es mit etwas Salz mischen, als Peeling. Die Haut wird streichelzart. Aber auch direkt ins Badewasser gegeben, ist es eine tolle Pflege bei trockener Haut. Nur Vorsicht beim Aufstehen, es könnte ein bisschen glitschig sein! Bei brüchigen Fingernägeln, rissigem Nagelbett oder trockenen Fußnägeln ist Olivenöl ebenfalls ideal. Massieren Sie es unverdünnt ein und nehmen Sie nach etwa zehn Minuten den Rest mit einem Tuch ab.

Olivenöl hat viele Talente und es wundert nicht, dass es sich heute genauso großer Beliebtheit erfreut wie früher bei den Griechen und Römern. Mit dem trendigen Öl holt man sich Mittelmeerflair in Bad und Küche. Auf einen schönen Sommer mit einem Schälchen guten! Olivenöls, einem frischen Baguette und einem Gläschen Wein! ■

Fotos: Danelau/iStock/thinkstock (2), Coltura Delicata (3), Sevaljevic/iStock/thinkstock, Château d'Estoublon (2), Jordan (2), Redline Verlag, Kameell/iStock/thinkstock

HIER FINDEN SIE LECKERE ÖLIVENÖLE:

Haus Zimmermann Bonner Oelmanufaktur
Heinrich von Kleist Str. 39 • 53113 Bonn

Feinkost Bauer
Meckenheimer Allee 65 • 53115 Bonn

Olaf & Olaf delikatessen
Goebenstr. 20 • 53113 Bonn

La MediTerrine
Königswinterer Straße 626b • 53227 Bonn

Genießerpfade
Hauptstraße 29b • 53604 Bad Honnef

gartana®

DAS INDIVIDUELLE
ARCHITEKTEN-GARTENHAUS
— DESIGNED BY KARL-HEINZ SCHOMMER —

www.gartana.de

»Wenn der Blick des Betrachters von der Architektur gefangen und gehalten wird, weil die Hauselemente in einem spannenden Dialog miteinander stehen, war meine Arbeit erfolgreich.«
Karl-Heinz Schommer, Bonn

www.gartana.de • info@gartana.de • Tel 0228 . 4334 2450 • Rheinwerkallee 3 • 53227 Bonn

Kaltes Glück

Es sind nur drei Buchstaben, aber sie schmelzen auf der Zunge und versprechen ganz besondere Gaumenfreuden. E. I. S. Eis: Ein kurzes Wort für eiskalten Genuss in der heißen Jahreszeit. Der Sommer ist ideal, um das kühle Glück zu genießen.

Ein Sommer ohne Eis, das ist doch wie ein Strandurlaub ohne Meer und Sand, ein Biergarten ohne Bier und ohne Garten, ein Gewitter ohne Blitz und Donner. Schließlich sorgt Eis für die vielleicht genussvollste Abkühlung der Welt. Laut einer vom Verband der handwerklich arbeitenden Speiseeishersteller in Deutschland, Uniteis, durchgeführten Umfrage schmeckt Eis 96 Prozent der deutschen Bevölkerung und somit fast 79 Millionen Menschen. Der Gang zum kleinen Italiener um die Ecke gehört zum Sommer, wie beispielsweise Freibad, Ferien und Fernweh. Eis kennt keine Grenzen und schmeckt Menschen jeden Geschlechts, jeden Alters und ganz gleich welcher geografischen Herkunft. Heute essen die Deutschen im Durchschnitt 500 Millionen Liter Speiseeis im Jahr. 80 Prozent davon ist industriell gefertigtes Eis. 17 Prozent werden gewerblich hergestellt, also in Eisdielen oder Cafés. Die restlichen drei Prozent entfallen auf Softeis, das überwiegend über Fast-Food-Ketten und Automaten vertrieben wird.

Warum schmeckt Eis denn so gut? Ganz einfach: Eis ist eine multisensorische Erfahrung, schmeckt viele Male und auf unterschiedliche Weisen. Der Genuss beginnt beim ersten Blick. Sieht das lecker aus! Der erste Löffel im Mund: süß und köstlich. Es macht zufrieden. Dann ist es frisch und löst vor allem, wenn es warm ist, ein angenehmes ►

Die beliebteste Eissorte der Deutschen ist Vanille. Kurz darauf folgen Schokolade und Erdbeere.

► Wohlbefinden aus. Aufgrund seiner unterschiedlichen Konsistenzen – meistens zart cremig, manchmal aber auch knusprig oder bei Schokoladenstückchen fest – ruft es im Mund immer ein anderes Gefühl hervor. Schließlich macht Eisessen fröhlich und lässt alle wieder ein bisschen wie ein Kind sein.

Der kalte Genuss hat eine lange Geschichte. Schon seit jeher haben die Menschen versucht, sich durch Genussmittel im Sommer Kühlung zu verschaffen. Es gibt Aufzeichnungen, die besagen, dass bereits 3.000 Jahre vor Christus Eis eine erfrischende Rolle spielte. Die Chinesen sammelten Eis und Schnee in tiefen Erdhöhlen, um es unter ihre Getränke zur Kühlung zu mischen. Der erste Eis-Gourmet war wohl Alexander der Große (343-326 vor Christus). Er ließ auf seinen Feldzügen Erdlöcher ausheben, wo er dann Gipfelschnee und Gletschereis mit Wein oder Honig, Fruchtsaft oder Milch zu Eis vermischen ließ. Diese Mischung gab er seinen Offizieren zu trinken, um sie bei Laune zu halten. Auch der römische Kaiser Nero ließ Eis aus den Bergen transportieren, um es dann zu verfeinern – mit zerdrückten Himbeeren, Zitronen oder Orangen und verschiedenen Gewürzen wie Zimt oder Ingwer. Das gemischte Eis musste dann immer direkt gegessen werden, weil man diese Köstlichkeiten noch nicht konservieren konnte. Die Geschichte der Kältetechnik ist also wahrscheinlich auch die Geschichte unseres Speiseeises und umgekehrt. Italien war schließlich das erste europäische Land, in dem Speiseeis in größeren Mengen hergestellt wurde. Von dort breitete es sich aus.

Der Weg vom Gletschereis bis zum Eis im Waffelhörnchen ist lang und alt. Die Herstellung eines perfekten Eises ist eine Kunst und es gehören viele Komponenten dazu – für jede Sorte andere. Neben den genauen Rezepten bedarf es viel handwerklichen Geschicks. Vermeintlich kleine Ausrutscher können eine große Wirkung haben: Werden beispielsweise die trockenen Zutaten zu früh oder zu spät in die kalte Masse gerührt, entstehen Klumpen. Ist es zu weich und glänzt, stimmt die Zuckermenge nicht oder die Eismaschine hatte die falsche Temperatur. Wenn das Speiseeis zu lange gefroren wird oder die Wassermenge nicht die richtige ist, fällt das Eis in sich zusammen. Eine mühsame Kleinarbeit, von der kaum ein Eisgenießer etwas ahnt, wenn er sein Schoko-, Erdbeer- oder Vanilleeis schleckt.

„Eis des Jahres: Birne Parmigiano"

Doch halt – Vanille, Zitrone oder Schokolade kennt jeder. Das sind die klassischen Eissorten. Den geschmacklichen Fantasien sind jedoch keine Grenzen gesetzt. Birne mit Parmigiano ist beispielsweise das Eis des Jahres 2014 für den deutschen Markt, das der Verband der handwerklich arbeitenden Speiseeishersteller in Deutschland gekürt hat. Eine Komposition, die fruchtig und salzig zugleich schmeckt. Oder wie wäre es mit Limone mit Basilikum, Eis mit Mojitogeschmack, Caffè Latte und Brombeer Crème fraîche mit Brombeerstückchen? Das eisige Vergnügen wartet mit zahlreichen neuen Kreationen auf, ohne die Klassiker zu vergessen. Zart schmelzende Versuchungen, die den Sommer versüßen. ■

LABOR, TREND, DIELE: *FÜNF MAL EIS IN BONN*

EISLABOR, Maxstraße 16 und Friedrich-Breuer-Straße 16
Erleben, wie Eis gemacht wird. Im Winter Seminare zur Zubereitung von Speiseeis. www.eislabor.info

EISCAFÉ OLIVOTTI, Friedrich-Breuer-Straße 69
Der Klassiker im Herzen von Beuel. Und das bereits seit 1967. www.eiscafe-olivotti.de

YOGOUT, Friedensplatz 6 und Gangolfstraße 6
Frozen Yoghurt: der neue Trend in diesem Sommer. Selbstbedienungsladen mit wenig Flair. www.yogout.de

EISCAFÉ EDELWEISS, Koblenzerstraße 38
Reminiszenz an die Fünfzigerjahre. Empfehlenswert die Eissorten „Weiße Schokolade" und „Cookies".

EISDIELE PRA, Rochusstraße 140
Eiskalter Genuss in Duisdorf. Verstehen sich sehr auf Klassiker.

Fotos: longtaildog/iStock/thinkstock, OlgaMiltsova/iStock/thinkstock

ÖSLAUER
VÖSLAUER
WER JUNG BLEIBEN WILL
MUSS FRÜH DAMIT ANFANGEN.
voeslauer.com
facebook.com/voeslauer

Gerührt und Geschüttelt

Der Geschmack von Frische, eingefangen in einem perfekten Drink: Derya Akgün ist neuer Barchef im Kameha Grand und mixt uns seinen persönlichen Favoriten des Sommers - obwohl er von Modecocktails nichts hält, sondern auf die Beständigkeit von Klassikern setzt.

Herr Akgün, herzlich willkommen in Bonn. Eine neue Station auf Ihrem Berufsweg!
Akgün: Vielen Dank. Erstmals in Bonn, zurück in Deutschland …

… wo waren Sie zuvor?
Akgün: Ich war eine lange Zeit in der Schweiz, in Gstaad und in Interlaken, davor in London und Miami, Hamburg und Berlin, meiner Heimatstadt.

Das klingt nach einem Hauch von weiter Welt!
Akgün: Es sind auf jeden Fall eine Menge an Erfahrungen. Und auch an Rezepten, an Ideen, die ich gerne nach Bonn bringe. Aber Bonn ist auch eine neue Station, bei der ich noch viel lernen kann.

Was denn zum Beispiel?
Akgün: Das sind viele Dinge. Zunächst einmal bin ich Barkeeper und betrachte die Welt aus dieser Perspektive. Da gibt es viele Unterschiede. So ist zum Beispiel die Barkultur in Großbritannien, und

vor allem in London, eine ganz andere als in Deutschland oder der Schweiz. In England hat die Bar einen ganz anderen Stellenwert im Alltag. Dort ist die Bar viel mehr ein Treffpunkt mit weitaus weniger Schwellenangst als hierzulande.

Warum kommen Menschen zu Ihnen in die Bar?
Akgün: Erst einmal, weil Sie einen besonderen Drink wollen oder einen guten Cocktail. Dabei ist dann die Qualität entscheidend. Aber egal, ob Bier, Wasser oder Cocktail am Ende zählen die besondere Atmosphäre und der persönliche Service. Eine Bar ist in allererster Linie ein Ort der Kommunikation und der Begegnung, an dem man auch mal alleine mit sich und der Welt oder eben in bester Gesellschaft sein darf.

Aber auch eine Welt der Cocktails. In den vergangenen Jahren sind alkoholfreie Cocktails sehr stark im Kommen …
Akgün: … zu Recht. Denn in der Bar geht es um Genuss. Und dafür braucht es keinen Alkohol, sondern Muße und Geschmack, Zeit und gute Zutaten.

Inwiefern?
Akgün: In der Bar ist es wie in der Küche. Gute Zutaten ergeben ein gutes Produkt. Ich lege großen Wert auf Frische. Frische Säfte, frisches Obst, dann gute Liköre, hochwertige Spirituosen. Daraus lassen sich sehr gute Cocktails mixen. Ein Gast schmeckt diese Frische und auch die besonderen Zutaten.

Welche frische Zutaten braucht es für den „Cocktail des Jahres"?
Akgün: Ja, ich habe gehört, dass es den tatsächlich gibt. Jedes Jahr wird ein neuer Cocktail kreiert und zum Cocktail des Jahres gekürt. Ich halte nichts davon. Eine Mode kommt und geht. Bei mir finden Sie vor allen Dingen zeitlose, klassische Cocktails und Longdrinks auf der Karte. Gute Früchte-Martinis müssen auf jeder Karte stehen und handwerklich stimmen. Das Mixen sollte ein jeder Barmann im Schlaf können, aber trotzdem jeden Drink mit voller Konzentration zubereiten und auch zuhören, ob das Eis bricht. Ich muss jedem Cocktail meine volle Aufmerksamkeit widmen.

Ein klassischer Martini, geschüttelt oder gerührt?
Akgün: Das ist Geschmackssache. Das entscheidet der Gast.

Welchen Martini empfehlen Sie?
Akgün: An einem lauen Sommerabend wie diesem empfehle ich sehr gerne einen Apfel-Martini mit dem säuerlichen, erfrischenden Aroma von Äpfeln, wenn auch im Moment noch nicht so ganz die Apfelsaison begonnen hat.

Wie sieht es dann mit Frische aus?
Akgün: Das ist das Geheimnis. Denn die Basis ist ein Apfelwodka. Also ein Wodka, in dem Äpfel eingelegt wurden. Den mache ich selbst, den gibt es nicht zu kaufen. Ich verwende keine aromatisierten Liköre.

Und als alkoholfreier Cocktail?
Akgün: Da empfehle ich meine eigene Kreation: Oscar One. Darin kommen Brombeere, Himbeere, Passionsfrucht, Orange, Cranberry und Ananas zusammen. Diesen Cocktail habe ich für ein Hotel in Gstaad komponiert und er wird sicherlich auch hier in Bonn auf die Karte kommen.

Werden Sie auch einen Bonn-Cocktail entwickeln?
Akgün: Ja, vielleicht, wenn ich länger in der Stadt, in der Region bin. Wenn ich fühle, wie die Stadt tickt, wie alles sich hier zusammenfügt, was der Geschmack der Region oder was typisch für die Stadt ist. Wenn ich das weiß, dann habe ich schnell einen ►

GESCHÜTTELT UND GERÜHRT

APFEL MARTINI

4 cl in Apfel eingelegter Wodka
2 cl Apfel-Likör
2 cl Zitronensaft
2 cl Zuckersirup
Frische grüne Äpfel

Apfelstücke im Shaker zerstoßen. Alle Zutaten mit Eiswürfeln dazugeben. Shaken. Das Eis darf nicht brechen, da sonst der Drink verwässert. In ein Martini-Glas (V-Glas) abgießen und mit einer Apfelscheibe garnieren.

KLASSISCHER MARTINI

6 cl Wodka oder Gin
Dash Vermouth Dry

Rührglas mit Eis füllen. Ein paar Tropfen Vermouth über das Eis geben, dann etwa zehn bis fünfzehn Mal stirren, um das Eis zu aromatisieren. Das Rührglas mit Eis auffüllen und den Vermouth ausgießen. Wodka oder Gin ins Rührglas geben und 77 Mal stirren. In ein vorgekühltes Martini-Glas abfüllen. Eine grüne Olive dazugeben oder mit einer Zitronenschale abspritzen.

Cocktailglas „Martini" von Spiegelau, 2er-Set, ab 17,90 Euro

Frische Zutaten machen einen perfekten Drink

► eigenen Bonn-Cocktail als Idee im Kopf, der durch viel probieren sich verfeinert wird und es dann auf die Karte schafft.

Ihr erster Eindruck von Bonn?
Akgün: Hier ist alles sehr nah beieinander. Im Vergleich zu London ist die Stadt sehr aufgeräumt. Die Region ist wirtschaftlich stark, das merkt man den Menschen an. In meiner Heimat Berlin ist dies anders …

… ein weiter Weg von Berlin über London und Gstaad nach Bonn. Wollten Sie schon als kleiner Junge Barkeeper werden?
Akgün: Nein, zunächst nicht. Ich habe in Berlin eine klassische, sehr gute Ausbildung in der Gastronomie genossen, die sehr umfassend war und mir viel Einblick in die verschiedenen Bereiche gab. In dieser Zeit merkte ich, dass es für mich einerseits die Bar ist, andererseits auch „fünf Sterne".

Gibt es eine besondere Voraussetzung, die man für Ihren Beruf mitbringen muss?
Akgün: Man sollte vor allen Dingen Menschenkenntnis besitzen und ein Gespür dafür, welcher Gast alleine bleiben möchte oder ob ein anderer zu einem kurzen Gespräch aufgelegt ist. Als Bar-Chef ist man niemals nur für einen einzigen Gast da, sondern für alle Besucher. Man ist Gastgeber für diesen Abend, für diesen Moment, ob jemand einen Martini bestellt oder einen Tee wünscht. ■

Barset
von WMF,
6-teilig,
ab 99 Euro

Longdrinkglas
„Free Spirit"
von Rosenthal
ab 23 Euro

Champagnerglas
„Vinum XL"
von Riedel,
2er-Set,
ab 38,20 Euro

ALKOHOLFREI

OSCAR ONE

frische Brombeeren und Himbeeren
2 cl Passionsfruchtsaft
2 cl Orangensaft
6 cl Cranberrysaft
7 cl Ananassaft

Die Früchte im Shaker zerstoßen. Die übrigen Zutaten und Eiswürfel in den Shaker geben und shaken. Im Longdrink-Glas auf Eiswürfel abseien. Mit Minze, Brombeere und Himbeere servieren.

PRICKELND

FRENCH 75

2 cl Gin
2 cl Zitronensaft
1 cl Zuckersirup
Champagner

Gin, Zitronensaft und Zuckersirup in einem Shaker mit Eiswürfeln gut schütteln. Dann in eine Cocktailschale abgießen. Mit Champagner auffüllen.

FLYING

2 cl Gin
2 cl Cointreau
2 cl Zitronensaft
Champagner

Auch hier: Gin, Zitronensaft und Cointreau in einem Shaker mit Eiswürfeln gut schütteln. Dann in eine Cocktailschale abgießen. Mit Champagner auffüllen.

Fotos: P. M. J. Rothe (3), Valentyn Volkov/iStock/thinkstock, © Rosenthal GmbH GERMANY, Kristallglasfabrik Spiegelau GmbH, © 2014 Riedel Glas Austria, WMF

YU SUSHI CLUB

JAPANESE FINE DINING

Hoch über dem Rhein auf der obersten Etage des Kameha Grand Bonn verwöhnt Sie das Team unter der Leitung von Melanie Hetzel mit einem erstklassigen Service. Lassen Sie sich inspirieren vom exklusiven Ambiente, der herrlichen Aussicht und vor allem von der ausgefallenen japanischen Küche.

Küchenchef Christian Sturm-Willms ist **„Koch des Jahres 2013“** und entführt Sie in eine neue Dimension des Genießens!

Tel. 0228 - 4334 5000
www.yusushiclub.de

BRASSERIE NEXT LEVEL

„Bonjour & bienvenue“ an Ihrem französischen Lieblingsplatz im Kameha Grand Bonn!

lunch menu d'affaire

Mo - Sa 12:00 - 14:30 Uhr
19,50 Euro pro Person inkl. Wasser & Café
Vorspeise, Hauptgang + Dessert auf einem Teller serviert!

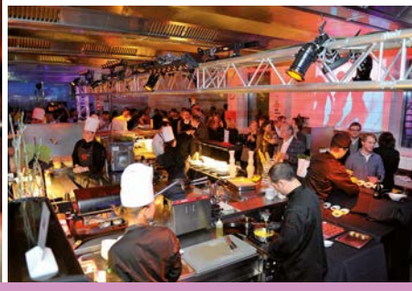
buffet méditerranéen

freitags ab 19:00 Uhr
49,00 Euro pro Person

sonntagsbrunch

sonntags 12:00 - 15:00 Uhr
49,00 Euro pro Person

Tel. 0228 - 4334 5000
www.brasserie-nextlevel.de



save the dates

French BBQ
Jeden Donnerstag ab 19:00 Uhr

Küchenparty „Summertime“ am 25. Juli

Weitere Informationen unter
www.kamehagrand.com

URLAUB ICH BLEIBE!

Warum denn in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt doch, ach, so nah? Es müssen nicht immer Italien, Türkei oder die Balearen sein. Urlaub zu Hause kann erholsam sein! Außerdem – Bonn und seine wunderschöne Umgebung haben so einiges zu bieten.

Grundsätzlich müssen nicht alle Ferien, alle Urlaubstage zu weiten Reisen führen, damit man Distanz gewinnt und endlich einmal entspannen kann. Eine Auszeit vom Alltag kann auch zu Hause dem gewohnten Trott einen Tritt verpassen. Man muss sich nur darauf einlassen und auch einlassen können. Grundsätzlich gilt für eine erholsame Zeit zu Hause: Nicht in alltägliche Muster verfallen. Das heißt unter anderem: Keine Mails checken, nicht von Termin zu Termin hetzen und auch mit dem Telefon nur sparsam umgehen, sich eine Auszeit vom Internet verordnen, die Fernbedienung vom Fernseher gründlich verstecken. Denn dies alles würden Sie auf einer einsamen Insel, einem fernen Strand oder auf den höchsten Gipfeln ja auch nicht tun.

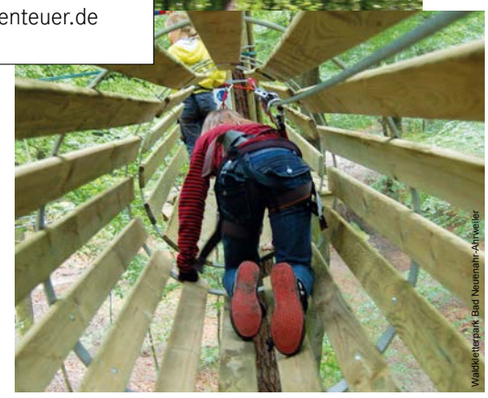
Auf der anderen Seite sollte man sich auch auf einen Urlaub zu Hause gut vorbereiten. Planen Sie im Vorfeld, was Sie unternehmen oder angucken möchten. Entdecken Sie Ihre Umgebung einmal ganz neu, treffen sich mit Freunden an Orten, an denen Sie sich noch nie getroffen haben – verlassen Sie die gewohnten Pfade und machen so jeden Tag zu einem besonderen. Überhaupt: Treffen Sie sich mal wieder mit Freunden. Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Kinder, Ihre Familie. Wann waren Sie zum letzten Mal mit Ihrem Lebenspartner im Kino? Am Nachmittag? Zugegeben: Sonnige Sommertage sollte man nicht unbedingt in abgedunkelten Kinosälen verbringen, aber es gibt keinen einsameren Ort als einen ▶

Waldkletterpark Bad Neuenahr-Ahrweiler

IN LUFTIGER HÖHE

Gleich zwei abenteuerliche Attraktionen bietet Bad Neuenahr. Im Seilpark oder im Waldkletterpark können Trainierte und Anfänger sich in luftiger Höhe im Klettern üben. Für die einen ist es sicherlich eine sportliche Herausforderung, für die anderen zugleich eine Mutprobe – in jedem Fall kommt der Spaßfaktor nicht zu kurz.

www.seilpark.de
www.wald-abenteuer.de



Waldkletterpark Bad Neuenahr-Ahrweiler

„NIMM MICH MIT, KAPITÄN, AUF DIE REISE“

Eine Schiffstour auf dem Rhein ist immer ein Erlebnis. Die Bonner Personen Schiffahrt bietet den ganzen Sommer über Panorama- und Themenfahrten an. Disco-Lounge, Grillabend, Mondscheinfahrt – schnuppern Sie Rheinluft und genießen Sie unsere wunderbare Gegend einmal vom Fluss aus. www.b-p-s.de

ABEND DE LUXE

Ein Event der besonderen Art und sicherlich einen Abend wert ist die „Ahrtal de Luxe“-Nacht. Die Premiummarke präsentiert in diesem Jahr mit Jive Talkin` Europas erfolgreichste „Bee Gees“-Show. Es erwartet die Besucher am 9. August eine Reise in die Zeit des Disco-Fiebers mit Musik der 70er Jahre. Gastronomisch begleitet wird der Abend durch Spitzenköche des Ahrtals mit ihren Spezialitäten und Weinen der VDP-Winzer aus dem Ahrtal. Das Flair des Kurparks wird durch florale Arrangements von Gregor Lersch hervorragend herausgestellt.
www.ahrtal-de-luxe.de

IMMER SCHÖN DURCHSCHWINGEN

Golf ist mittlerweile Trend. Es macht Spaß, man ist an der frischen Luft und bewegt sich. Lassen Sie sich von seiner Faszination einfangen und probieren Sie es doch einfach mal aus. In unserer Region gibt es zahlreiche Golfclubs, die in diesem Sommer Schnupper- oder Platzreifekurse anbieten – das wäre auch etwas für den Urlaub.

www.golfclub-golfplatz.de
www.gut-heckenhof.de
www.golfburg.de

FREI WIE EIN VOGEL

Der „Luftsportverein Mönchsheide, Aero-Club Bad Breisig-Andernach e.V.“ bietet Schnupperflüge an, ob im doppelsitzigen Segel-, im Motor- oder Ultraleichtflugzeug. Geflogen wird samstags, sonntags und an Feiertagen von zehn Uhr bis zum Sonnenuntergang. Das Motto: ... nur fliegen ist schöner! www.moenchsheide.de

► Filmpalast an einem Sommernachmittag. Oder zum Grillen in die Rheinauen? Oder eine Wanderung über den Rheinsteig? Wissen Sie noch, wie weitschweifend die Aussicht vom Drachenfels ist? Wie weit man auf dem Rheinsteig laufen kann – ohne seinem Nachbarn zu begegnen? All das sind Dinge, die viele Menschen auf ihrer Liste der noch zu erledigenden Dinge stehen haben. Freie Tage im Sommer haben genügend Stunden, diese Liste endlich einmal zu erleben.

Aber all das ohne Stress. Ohne Stundenplan. Und ohne allzu viele Verpflichtungen. Sollte es während des Urlaubs – wider Erwarten – einmal regnen, ist Zeit für die Bundeskunsthalle (bis 10. August: Abenteuer Orient. Max von Oppenheim und seine Entdeckung des Tell Halaf) oder das Landesmuseum (Dauerausstellung: Vom Neandertaler bis in die Gegenwart) oder einen Ausflug ins Arp-Museum nach Remagen (empfehlenswert ein entspanntes Dinner auf der Terrasse des Museumsrestaurants „Interieur No. 253“). Wer dennoch ans Wasser will: Das Strandbad am Laacher See ist immer eine Reise wert, inklusive Sprung ins kühle, erfrischende Nass des vulkanischen Sees. Tipp: In der Gärtnerei des Klosters Blumen und Pflanzen für den heimischen Balkon oder Garten kaufen und am folgenden Tag in die Erde bringen. Wer den Garten für sich entdeckt, der bekommt Tipps zur Gartenpflege sowie alles, was das Gärtnerherz begehrt, auch bei den Experten von Kissener‘s Gartenmarkt (Landgrabenweg 79).

Oder seien Sie sportlich: Eine Auszeit von Beruf und Verpflichtungen lässt sich auch sportlich gestalten. Einfach das Rad schnappen und die Gegend erkunden. In Tagestouren, die gerne auch länger dauern dürfen. Destinationen sind Ahrtal, Mosel oder Niederrhein. Warum nicht Kunst und Sport verbinden? Das Museum Insel Hombroich liegt näher, als viele glauben. Hier gibt es viele Kunstinstallationen in einem beeindruckenden Park. Wird Ihnen die Zeit zu knapp? Aber es gibt ja auch noch Wochenenden außerhalb der Urlaubszeit, um unsere Tipps zu testen. ■

BLAUE WASSER SIND SCHÖN

Der „Blaue See“ ist ein wunderschönes Ziel für Urlauber, die das Wasser lockt. Schwimmen, sonnen, auf der großen Liegewiese ausruhen – fast wie im Süden. Und auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Restaurant, Beachbar mit Grillstation und ein Kiosk bieten für jeden Geschmack etwas. www.blauer-see-campingplatz.de

FÜHRUNG STATT REISEN

Wenn Sie glauben, Sie kennen Ihre Stadt, sollten Sie einmal eine Stadtführung machen. Sie werden sich wundern, welche Seiten Sie dann erst kennenlernen – Neues über die jüngsten Bauskandale, die Welt der Spionage, Bonn bei Nacht, Klein-Amerika am Rhein und vieles mehr. www.stattreisen-bonn.de

„GIB JEDEM TAG DIE CHANCE, DER SCHÖNSTE DEINES LEBENS ZU WERDEN.“

MARK TWAIN

ES GRÜNT SO GRÜN ...

Etwas ganz Besonderes ist das Arboretum Park Härle. Der Park vereinigt umfangreiche Pflanzensammlungen verschiedenster Gattungen mit Rosen, wertvollen Solitärpflanzen und besonders seltenen Gehölzen. Das milde Klima am Hang des Rheintals in Oberkassel ermöglicht die Kultur zahlreicher frostempfindlicher, teils mediterraner Gehölze. Hier lohnt sich nicht nur für Pflanzenliebhaber ein Besuch.
www.arboretum-haerle.de

WIE IM ALTEN ROM

Entspannung für Körper und Seele findet man bei einem Besuch in den Römer-Thermen in Bad Breisig. Thermalbad, Sauna, Wohlfühlmassagen – das waren schon die Burner bei den alten Römern. Warum nicht auf ihren Spuren wandeln?
www.roemerthermen.de

Fotos: StattReisen Bonn, Bonner Personen Schiffahrt, A.Ertal de Luxe, monkeybusinessimages/iStock/thinkstock, HenryPhotos/istock/thinkstock, Soul/Photodisc/thinkstock, dalzuoxin/istock/thinkstock, LuminaStock/iStock/thinkstock, Weidketterpark Bad Neuenahr-Ahrweiler (2), mathess/istock/thinkstock

FIRST CLASS

ALS SECOND HAND

Louis Vuitton, Karl Lagerfeld, Jil Sander, Chanel oder Christian Louboutin: Namen, die jedes Modeherz höher schlagen lassen. Wer hätte nicht gerne ein paar Schuhe, ein Kleid oder eine Clutch von diesen Designern im Kleiderschrank. Leider sind It-Pieces internationaler Modeschöpfer nicht gerade günstig und sprengen oftmals das Budget. Für dieses Problem bieten neuerdings Online-Shoppingportale die Lösung. Dort finden Fashionistas eine große Auswahl top modischer Secondhand Designerteile zu günstigen Preisen und können für sie Platz schaffen, indem sie eigene hochwertige Stücke wieder verkaufen. Wir zeigen hier, wo es sich lohnt, zu shoppen.

VIDE • DRESSING
FASHION TOGETHER

Videdressing ist eine Plattform aus der Modestadt Paris, die es jetzt auch in München gibt. Stella McCartney, Sonia Rykiel, Yves Saint Laurent, Jimmy Choo oder Marc Jacobs – der Designvielfalt sind bei Videdressing keine Grenzen gesetzt. Es gibt alles, was das Herz begehrt: von günstigen Stücken bis zu Luxusmarken. Trendempfehlungen erleichtern das Shoppen. Und auch für das passende Make-up wird man bei Videdressing fündig – Luxuskosmetik zu kleinen Preisen. Als Teil der Community kann man sich Inspirationen aus anderen Kleiderschränken holen und mit Modefans auf der ganzen Welt in Verbindung treten. ***www.videdressing.com***

REBELLE

Der Online-Kleiderschrank von Rebelle ist prall gefüllt mit Luxuskleidung, angesagten Secondhand-Designertaschen und Vintagetaschen mit Seltenheitswert. Bei Rebelle gibt es keine bösen Überraschungen, denn jeder gekaufte Artikel wird überprüft und dann in einer hochwertigen Verpackung nach Hause geschickt. Rebelle bietet ebenfalls die Möglichkeit, eigene Artikel zu verkaufen. Die Online-Plattform ist die Community für Secondhand-Modeliebhaberinnen, die sich über neueste Trends und beliebte Klassiker austauschen oder einfach nur Gleichgesinnte kennenlernen möchten. ***www.rebelle.de***

GLAMLOOP

Glamloop ist ein Portal aus Berlin und bietet eine große Auswahl neuer und gebrauchter Designschätze – ob klassische Louis-Vuitton-Tasche, extravagante High Heels von Christian Louboutin oder lässiger Boho-Chic von Isabel Marant. Auch dort gibt es wieder eine Echtheitsgarantie. Und gefällt das Stück einmal nicht, kann es kostenlos zum Verkauf wieder eingestellt werden. Im Glamloop-Blog informieren sich Fashionistas über die neuesten Trends, die aktuellsten Mode-Highlights und die lässigsten Styles. Man findet Berichte über Fashion-Shows und spannende Homestorys mit starken Persönlichkeiten und Fashion-Experten, die die Geschichten hinter ihren It-Pieces mit Vergangenheit erzählen. ***www.glamloop.com***

WALK IN MY CLOSET

Walkinmycloset.com ist ein weiteres Luxus-Online-Shoppingportal für exklusive Mode zu tollen Preisen. Gleichzeitig öffnen Fashionistas aus der ganzen Welt ihre Kleiderschränke und lassen uns einen Blick auf ihre Lieblingsteile werfen. Walk in my closet zeigt neue Trends sowie aufstrebende Designer und knüpft die Verbindung zur internationalen Modewelt. ***www.walkinmycloset.com***

VESTIAIRE {COLLECTIVE}

Illustre Marken wie Acne, Sandro, The Kooples oder Zadig & Voltaire sowie einzigartige Vintagestücke machen dieses Portal zum Muss für Liebhaberinnen edler Kleidung. Allein von Chanel gibt es jeden Monat 300 neue Teile! Auch bei Vestiaire Collective haben Fälschungen keine Chance, denn alle Stücke werden auch dort auf ihre Echtheit hin überprüft. Und wer doch lieber ein neues Kleidungsstück möchte, sollte sich bei den Mini-Series umsehen: Dort entwerfen ausgewählte Designer für Vestiaire Collective eine Kollektion, die es sonst nirgends gibt. ***www.vestiairecollective.com***

Fotos: nyal/iStock/thinkstock (2)

Stylish und edel

Der Mythos Maybach lebt! Auch wenn die High-End-Automobilmarke eingestellt wurde. Alles, was sie ausmachte, ist in eine Brillenkollektion geflossen: edles Design, hochwertige Materialien, erstklassige Qualität. Handgefertigt werden die ausgefallenen Luxus-Brillen von der bekannten Brillenmanufaktur IVKO. Design-Stücke „made in Germany“ für echte Connaisseurs, die weltweit nur in exklusiven Optik-Fachboutiquen erhältlich sind.

Maybach-Brillen sind vom Feinsten. Edelhölzer, Leder und Naturhorn, Titan und 18-karätiges Massivgold in Weiß, Gelb und Rosé werden je nach Modell und Kollektion verarbeitet. Außerdem wurden exklusive Stilelemente der Maybach-Limousinen für das Design der Luxus-Sehhilfen adaptiert: Das Maybach-Logo befindet sich auf den Lederbügeln. Die Metallelemente auf den Bügeln erinnern an die Einstiegsleisten der Limousine. Sieben ultrafeine Schichten aus den edelsten Hölzern werden zu einer farblich einzigartigen Struktur verbunden, zum Teil mit Carbonfaser kombiniert, um dann überzogen mit einem Klavierlack aus acht Schichten zu erstrahlen – wie das Finish der Zierleisten im Innenraum der Limousine. Die Gläser sind Spitzenprodukte von Carl Zeiss und garantieren höchstmögliche Sicherheit für die Augen und optische Perfektion.

Die „Ready-to-wear“-Kollektion umfasst acht Sonnenbrillenmodelle in bis zu neun Farben. Außerdem kann man zwischen zehn optischen Fassungen in bis zu sechs Farben wählen. Die Meisterstücke gibt es randlos, als Metall-Vollrandbrille sowie als Vollrandbrille aus Naturhorn.

Besonders hochwertig ist die Individual-Kollektion mit 18-karätigem Gold, bei der es darüber hinaus möglich ist, auf Sonderwünsche einzugehen. Die Kombinationsmöglichkeiten: seltene Naturhorntöne, Edelholz- oder Holz-Carbon-Gestelle und zehn Sonnenglastönungen.

Foto: ampnet

Alte Steine, exklusive Brillen, bester Service.

Schöne Brillen brauchen eine schöne Umgebung.
Die bietet in Bad Honnef das alte Barock-Fachwerkhaus in der Hauptstrasse 74.

Die Heinrich Beth Kollektion sowie die Brillen der Marke Maybach gibt es exklusiv nur bei Heinrich Beth. Bei seiner eigenen Kollektion arbeitet Heinrich Beth mit hochwertigen Materialien wie Büffelhorn, Gold oder Holz. Die Modelle können in Farbe, Größe, Passgenauigkeit und Form individuell für den Kunden angefertigt werden. Diese Fertigung nach Maß ergibt eine Brille, die so einzigartig ist wie der Mensch, der sie trägt.

Parkplätze hinterm Haus. Hauptstraße 74 • 53604 Bad Honnef • Tel.: 02224 10198
www.optik-beth.de

Heinrich Beth Kollektion
HANDARBEIT

Optikhaus BETH seit 1985

Golftraum auf der Alpensüdseite

Blühende Wiesen, dichte Nadelwälder, Sonne, blauer Himmel und im Hintergrund türmen sich die Berge der Lienzer Dolomiten. Der Blick auf diese einzigartige Naturlandschaft ist atemberaubend. An ihrem Fuß liegt Lavant, ein idyllisches Osttiroler Dorf mit großer Tradition – in unmittelbarer Nähe und damit auch nur wenige Kilometer vom malerischen Lienz entfernt das Dolomitengolf Resort. Ein Paradies auf 600 Höhenmetern und ein Eldorado für jeden Golfer.

Das Dolomitengolf Resort zählt mit seiner topgepflegten 27-Loch-Meisterschaftsanlage zu den schönsten Golfplätzen im gesamten Alpenraum. Die 3 mal 9 individuell kombinierbaren Golfbahnen, die drei verschiedene 18-Loch-Runden mit zum Teil langen Par 4 und 5 ergeben, sind ganz behutsam im sonnenverwöhnten Tal der Drau in die Natur eingebettet. Über allem erhebt sich die majestätische Skyline der Lienzer Dolomiten.

Ab Ende März bis Ende Oktober findet dort jeder Golfer sein Glück. Fünf verschiedene Tees werden jeder Spielstärke gerecht. „Romantische Seenlandschaften säumen die langen Spielbahnen, hängende Grüns erfordern präzise Annäherungsschläge und ondulierte, bewegte Grüns machen das Putten zu einer echten Herausforderung“, beschreibt Hermann Unterdünhofen, Clubmanager des Dolomitengolf.

Fortgeschrittene und Anfänger finden im Dolomitengolf Resort ideale Bedingungen. Denn zu dem Meisterschaftsplatz gehören eine moderne Driving Range mit offenen und überdachten Abschlägen, Sandbunker, Chipping- und Putting Green. Dort sind beste Trainings- und Übungsmöglichkeiten garantiert. Nicht zuletzt auch durch die angeschlossene Akademie Dolomitengolf. Diese Schule für Golf-Einsteiger und Fortgeschrittene zählt zu den professionellsten und erfolgreichsten Golfschulen Österreichs und bietet Kurse für jede Anforderung.

Erste Anlaufstelle vor und nach der Golfrunde ist ein großer Empfangspavillon. Dort werden in entspannter Atmosphäre und mit Blick auf den ersten Abschlag des roten Kurses die Tee-Times gebucht. Wer noch Zeit hat, hat im integrierten Pro-Shop die Möglichkeit, nach Lust und Laune das umfangreiche Sortiment an moderner Golfmode und Zubehör zu durchstöbern.

Nach einem „schönen Spiel“ ist das direkt am Golfplatz gelegene Clubhaus, der ideale Treffpunkt, um alles noch einmal Revue passieren und den Tag entspannt ausklingen zu lassen. An warmen Tagen und Abenden ist der Blick von der großen Terrasse auf die Lienzer Dolomiten einfach unvergleichlich. Faszination Berge. Daher lockt es nicht nur Golfer hierher, sondern ist das Clubhaus Anziehungspunkt für Genießer aus der ganzen Region. Dabei spielt auch die ausgezeichnete Kulinarik eine große Rolle. Die Speisekarte ist abwechslungsreich und umfasst ausschließlich frische Produkte aus der Region. Sternstunden für alle Sinne.

Rund um das Dolomitengolf Resort gibt es ein vielfältiges Angebot an Übernachtungsmöglichkeiten – vom Grandhotel über familiär geführte 3- oder 4-Sterne-Hotels bis hin zum On-Course-Domizil. Alle Hotels zeichnen sich durch überaus herzliche Gastfreundschaft und exzellenten Service aus. Hier fühlen sich die Gäste in der schönsten Zeit des Jahres wie zuhause. ■

DOLOMITENGOLF
RESORT
www.dolomitengolf.at

Fotos: Martin Lugger / Hannacher Privathotels (3)

Die auf der sonnigen Alpensüdseite auf 650 Metern ü. A. eben gelegene und mit 5 Sternen ausgezeichnete 27-Loch Meisterschaftsanlage Dolomitengolf bietet unberührte Natur, Auen, Biotope, wunderbare Fauna und Flora vor dem beeindruckenden Bergpanorama der Lienzer Dolomiten.

Wohnen Sie im 5-Sterne Grandhotel, dem familiären 3- oder 4-Sterne Hotel – oder direkt am Golfplatz.

www.dolomitengolf.at

Dolomitengolf Hotel & Spa

★★★★ *Superior*

Direkt am ersten Tee des 27-Loch Golfplatzes gelegen, wohnen Sie komfortabel in herrlich ruhiger Lage. Freuen Sie sich auf den neuen Spa-Bereich (1.500 qm) mit 4 Saunen, 2 Pools, Eisbrunnen, Beauty, Fitness-Center u.v.m. Die exzellente Kulinarik rundet Ihren perfekten Golfurlaub ab.

Preisbeispiel pro Person: „Golf Total“ im DZ inkl. Verwöhn-Halbpension, unbegrenzte Greenfees:
4 Nächte: ab **€ 415,-** | 7 Nächte: ab **€ 829,-**

Telefon: +43 (0)4852-61122 | **www.hotel-dolomitengolf.com**

Grandhotel Lienz

★★★★★

Golf-Wellness & Gourmet im Grandhotel Lienz. Genießen Sie das traumhafte Ambiente des Grandhotel Lienz in der Dolomitenstadt.

Preisbeispiel pro Person: 4 Übernachtungen (3=4) in einer Superior Suite (38m²) inkl. Frühstücksbuffet und täglichem 5-Gänge Gourmetmenü, unbegrenzte Greenfees am Dolomitengolf und Golfpräsent!
11.04. bis 15.05. und 15.10. bis 26.10.2014 ab **€ 599,-**
16.05. bis 14.10.2014 ab **€ 699,-**

Telefon: +43 (0)4852-64070 | **www.grandhotel-lienz.com**

Hotel Moarhof

★★★★

4-Sterne-Wohlfühlhotel am Stadtrand von Lienz und 12 Autominuten vom Golfplatz entfernt. Komfortzimmer, Gratis-WLAN, Haubenrestaurant, Sonnenterrasse, beheiztes Freibad, Sauna-Erlebniswelt „Alpinarium“, Sport- und Wohlfühlmassagen.

Preisbeispiel pro Person: Übernachtung im DZ, Gourmet-HP und Golf unlimited:
4 Tage: ab **€ 425,-** | 7 Tage: ab **€ 735,-**
April, Mai- und „Oktoberzuckerl“ 2014:
Bleib 4, zahl 3 inkl. Golf unlimited **€ 389,-**

Telefon: +43 (0)4852-67567 | **www.hotel-moarhof.at**

Hotel Laserz

★★★

Das kleine, familiäre Urlaubs-Domizil für Ihren Golfurlaub! Genießen Sie unsere Osttiroler Küche auf der Sonnenterrasse und in unseren gemütlichen Lokalitäten. Ein umfangreiches Freizeitangebot nach dem Golfen rundet das Angebot ab.

Preisbeispiel pro Person: 3 Übernachtungen inkl. Verwöhn-HP mit Begrüßungsgetränk und 4 Tage „Greenfee unlimited“:
ab **€ 339,-**

Telefon: +43 (0)4852-62488 | **www.laserz.at**

„Das Golfparadies in den Südalpen“

Osttirol
DEIN GOLFTIROL

Parkhotel am Tristachersee

★★★★

Ihr Golf-Wellnesshotel direkt am See (im Sommer bis 25°C) mit unmittelbarer Golfplatznähe, vorzüglicher Hauben-Küche, schönen Studios und Suiten, schönem Wellnessbereich, Dampfbädern, Saunen, erstklassigen Massagen und Beautybehandlungen, großer Liegewiese in ruhiger Waldumgebung. Info: Fernmitgliedschaft auch über uns buchbar.
Preisbeispiel pro Person: Übernachtung im Studio inkl. Hauben-Genießerhalbpension und Greenfees unlimited (Top-Angebot Mai):
4 Tage ab **€ 425,-** | 7 Tage ab **€ 772,-**

Telefon: +43 (0)4852-67666 | **www.parkhotel-tristachersee.at**

Dolomitengolf Suites

Das exklusive Domizil direkt am Golfplatz: Designer-Suiten von 45 bis 156 qm, traumhaft ruhig gelegen mit Blick auf die angrenzenden Grüns. Das luxuriöse Panorama-Badehaus mit Saunalandschaft sowie die allabendlichen Menüs in Hauben-Qualität lassen keine Wünsche offen.
Preisbeispiel pro Person: „Golf Total“ in der Juniorsuite (45 qm) inkl. Verwöhn-Halbpension, unbegrenzte Greenfees:
4 Nächte: ab **€ 515,-** | 7 Nächte: ab **€ 1.031,-**

Telefon: +43 (0)4852-61122-500 | **www.dolomitengolf-suites.com**

Romantik Hotel Traube

★★★★

Wohnen Sie in der Fußgängerzone am Lienzer Hauptplatz und trotzdem nur 12 Fahrminuten vom Golfplatz entfernt. Stilvolle Zimmer und Wellnessbereich über den Dächern von Lienz mit Hallenbad, Sauna, Sanarium, Dampfbad, Infrarotkabine, Fitnessraum und 360° Rundumblick auf die Lienzer Bergwelt.
Preisbeispiel pro Person: 3 Nächte inklusive Halbpension und Greenfees unlimited: ab **€ 412,-**

Telefon: +43 (0)4852-64444 | **www.hoteltraube.at**

Hotel Holunderhof

★★★★

Genießen Sie Ihren Urlaub in einer Top-Lage am Rande der Dolomitenstadt Lienz. Die schöne Altstadt liegt nur 1 km entfernt und lädt zum Flanieren und Bummeln ein. Direkt vor unserem Haus können Sie mit der Gondel auf die Sonnenterrasse von Lienz – das Zettersfeld – fahren. Entspannen Sie in unserem großzügigen HolunderSpa von einem erlebnisreichen Tag im sonnigen Osttirol.
Preisbeispiel pro Person: Übernachtung im DZ, Holunder-Verwöhnpension, „Golf unlimited“:
4 Tage ab **€ 425,-** | 7 Tage ab **€ 735,-**

Telefon: +43 (0)4852-62766 | **www.hotelholunderhof.at**

Besondere Böden für besondere Menschen

Foto: mafi

walk on art

Holzböden von mafi bringen Natur in jeden Raum. Kein Boden gleicht dem anderen. mafi nutzt den in der Natur vorhandenen Reichtum an Formen und Farben als Grundlage für seine einzigartigen begehbaren Kunstwerke. Die österreichische Dielenmanufaktur fertigt ausschließlich mit natürlichen Rohstoffen maßgeschneiderte, schadstofffreie Böden für anspruchsvolles Wohnen.

Neben den „traditionellen Naturholzböden" entwickelt mafi jedes Jahr neue Technologien und Designs, aus denen sich internationale Trends entwickelt haben. So werden natürliche Äste und Risse im Holz nicht negiert, sondern durch farbliche Verkittung und in eigenen Produktlinien zelebriert. Handgehobelte Vertiefungen oder die individuelle Farbgestaltung der Risse sind dabei nur die Spitze des handwerklichen Eisbergs.

Überzeugen Sie sich in unseren Ausstellungsräumen über die außerordentliche Vielfalt und die Möglichkeiten der Bodengestaltung.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Manfred Preuß
PARKETT & FUSSBODENBELÄGE
MEISTERBETRIEB

Rastenweg 4 • 53227 Bonn
Tel.: (0228) 46 19 02
info@parkett-preuss.de
www.parkett-preuss.de

M2 ALTES RATHAUS e.V.

GOLFturnier

23. August 2014

Mit freundlicher Unterstützung

Volksbank Bonn Rhein-Sieg

AUTO SCHORN
Audi · ŠKODA Service · Nutzfahrzeuge

GERWING · SÖHNE GmbH Wärme · Wasser · Energie

HAGEMANN HAIR · BEAUTY · MAKE UP · LA BOUTIQUE

Bacher & Partner GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft · Steuerberatungsgesellschaft

van de sandt GmbH malerwerkstätten

Sparkasse KölnBonn

Die Bonner Badlösung Komplettbäder von Gerwing + Sölter

OBI

Linden Stuck · Putz · Trockenausbau · Stukkateure seit Generationen

schüller

SEROMEDIA Rothe & Rothe Medienagentur

3&50 exklusiv

Gut Heckenhof Hotel- & Golfresort an der Sieg

weco feuerwerk

Kreissparkasse Köln

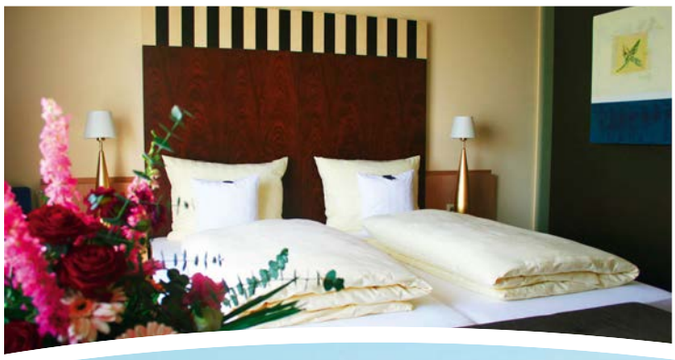
Foto: Sondermann, Stadt Bonn

ANZEIGE

Hotel & Golfresort Gut Heckenhof:

Sport und Entspannung oberhalb des idyllischen Siegtals – ideal auch für Tagungen im Grünen

Harmonisch eingebettet in das Landschaftsschutzgebiet Siegaue liegt das Hotel & Golfresort Gut Heckenhof. Natur pur und traumhafte Fernblicke lassen dort schnell den Alltag vergessen. Wie geschaffen für entspannte Stunden auf dem Golfplatz, eine kreative Tagung im Grünen oder für einen erlebnisreichen Kurzurlaub.



Stay & Play 2014
1 x Übernachten
1 x Frühstücksbuffet
1 x 18-Loch-Greenfee
1 x 3-Gang-Dinner
ab **109,- €**

Stay & Play Gruppen 2014*
2 x Übernachten
2 x Frühstücksbuffet
2 x 18-Loch-Greenfee
2 x 3-Gang-Dinner
* Für Gruppen ab 10 Personen
ab **198,- €**

Gut Heckenhof Hotel & Golfresort
Heckerhof 5 • 53783 Eitorf • Telefon: 02243 - 92 32 32
www.gut-heckenhof.de

Gut Heckenhof
Hotel- & Golfresort an der Sieg

DOM ODER NICHT DOM?

EIN GESPRÄCH MIT RUDI JAGUSCH

INTERVIEW: SUSANNE ROTHE

Die Sonne scheint, es ist richtig warm – „leider Südseite", wie Rudi Jagusch mehrfach betont. In seinem Garten im Vorgebirge grünt und blüht alles. Auf der Terrasse, dort wo schon einige seiner Krimis und Thriller entstanden sind, sprechen wir darüber, warum er den Kölner Dom in die Luft sprengen lassen wollte, Stephen King bewundert und was das Schöne an Kriminalromanen ist.

Im Frühjahr ist Ihr Roman „Amen" erschienen, in dem droht jemand, den Kölner Dom zu sprengen. Können Sie sich noch in Köln blicken lassen? Blicken lassen kann ich mich dort natürlich. Als Schriftsteller ist man ja auch nicht so bekannt wie beispielsweise ein Schauspieler. Aber als ich den Roman bereits geschrieben und auf Facebook und Twitter angedeutet hatte, dass es um ein Sprengstoffattentat auf den Dom geht, da erhielt ich sofort Zuschriften, in denen es hieß: „Lassen Sie den Dom bitte stehen."

Warum musste es der Dom sein? Es ging nicht in erster Linie um den Dom. Es sollte nur ein Gebäude sein, das jeder kennt und bei dem jeder ergriffen ist, wenn es gesprengt werden soll. Wir hatten auch an den Bundestag in Berlin gedacht, aber ich bin froh, dass es bei Köln geblieben ist.

In Ihrem Roman ist ein normaler Bürger der Böse. Warum nicht etwa ein gefährlicher Terrorist? Diese Erwartung hat jeder. Man hört Bombe und schon denkt man an einen terroristischen Anschlag. Dieses Klischee wollte ich nicht bedienen. Ich wollte zeigen, dass es richtig gefährlich wird, wenn es sich um einen anscheinend normalen Bürger handelt, der aber durchgeknallt ist.

„Amen" ist ein Thriller – sehr temporeich und mit zum Teil sehr harten Beschreibungen. Ich denke da in erster Linie an Ines, die Frau des potenziellen Attentäters, die von ihm jahrelang tyrannisiert worden ist ... Ich habe auch sehr lange überlegt, ob ich das so schreiben kann, oder ob ich nicht überziehe. Ich habe dann recherchiert und festgestellt: Es ist leider kein ungewöhnlicher Lebenslauf, dass es Frauen bei Männern aushalten, die sie schlagen und demütigen.

„Bei einem Krimi kann man alles bringen: Ich kann eine Liebesgeschichte einbauen, gruselig werden oder fies."

Leiden Sie mit Ihren Figuren? Ja, sehr. Die Ines war grenzwertig, die hat mir schon leidgetan. In einem anderen Krimi habe ich eine Vergewaltigungsszene eingearbeitet, die habe ich bewusst ganz zum Schluss geschrieben, weil ich wusste, dass es mich angreift.

Schreiben Sie solche Szenen trotzdem gerne? Nein, auf keinen Fall. Viele Leser denken ja oft, da tobt der Autor seine Phantasien aus. Aber das ist bei mir nicht so.

Haben Sie in „Amen" eine Lieblingsfigur? Die BKA-Mitarbeiterin Dorothee Ritter, obwohl sie nur eine Nebenrolle spielt. Diese Frau sagt ihre Meinung, gibt Kontra und ist eine starke Persönlichkeit. Bei ihr hat es mir auch sehr leidgetan, dass sie durch einen Schuss so schwer verletzt wurde, dass man ihr das Bein amputieren musste.

Das lag aber doch an Ihnen. (lacht) Ja natürlich, da bin ich schuld. Aber der eigentliche Fokus liegt in dieser Szene nicht auf Dorothee, sondern auf dem Toten, der neben ihr liegt. So gesehen, hat sie sogar Glück gehabt, denn sie überlebt.

Ihre ersten Krimis spielen in der Eifel. Warum zunächst dort und wieso jetzt mit „Amen" der Wechsel in die Großstadt Köln? Meine allerersten Krimis haben sogar hier im Vorgebirge gespielt. Ich habe eine Vorgebirgsreihe geschrieben, denn am Anfang war es für mich einfacher, in der Nähe zu bleiben. Das erleichtert die Recherche. Ich war mit dem Schreiben noch nicht so routiniert und konnte mich dadurch auf das Handwerk des Schreibens konzentrieren. Mit den Eifelkrimis, die danach folgten, wurde ich mutiger.

Wie schwierig war das erste Buch? Nachdem ich mir vorgenommen hatte, ein Buch zu schreiben, habe ich immer noch drei Jahre gebraucht, bis ich schließlich damit begonnen habe. Die Idee zum Buch war da, doch ich hatte nicht den Mut, es zu Papier zu bringen. Bei dem Gedanken, mich über mehrere Monate mit nur einem Thema zu beschäftigen, bin ich zurückgeschreckt. Ich hatte richtig Respekt! Den musste ich erst überwinden.

Was inspiriert Sie zu Ihren Büchern? Die Ideen sind einfach da. Aber man geht auch vielleicht ein bisschen offener und beobachtender durch die Welt. Dann sehe ich Dinge, notiere sie mir und kombiniere sie später mit anderen Begebenheiten, die gar nicht so direkt dazu passen. So entstehen Konflikte, von denen ein Krimi ja lebt.

„Amen" steckt voller kleiner und großer Konflikte. Wie behalten Sie den Überblick? Ich habe keinen Plotplan. So arbeite ich nicht. Ich schreibe von Absatz zu Absatz. So geht das.

Ich habe gelesen, Sie nehmen sich vor, jeden Tag 6.000 Zeichen zu schreiben. Wie schwer ist das? 6.000 Zeichen sind mein innerer Schweinehund und das Minimum, was ich täglich produziere. Am Anfang war es schwer, mittlerweile ist es Routine. Ich gehe dann nicht ans Telefon oder sonst etwas, sondern ich setze mich hin und schreibe. Ich habe auch keine festen Zeiten, ich schreibe, wann ich gerade Lust habe. Am nächsten Tag lese ich mir das durch und dann geht es weiter. *

Haben Sie einen Lieblingsplatz zum Schreiben? Am liebsten schreibe ich hier im Garten auf der kleinen Holzterrasse. Ich habe zwar auch ein gemütliches Arbeitszimmer, aber ich bin gerne draußen.

Warum schreiben Sie Krimis und nicht beispielsweise historische Romane? Bei einem Krimi kann man alles bringen: Ich kann eine Liebesgeschichte einbauen, gruselig werden oder fies. Ich werde mich aber jetzt an einen historischen Krimi herantrauen. Der spielt nicht im Mittelalter, sondern Anfang des 20. Jahrhunderts. Genau gesagt 1918, also nach dem Ersten Weltkrieg. Mehr wird aber nicht verraten.

Woran arbeiten Sie gerade? Derzeit entstehen zwei Bücher. Das nächste Buch, das im Oktober bei Emons erscheint, heißt „Die Sau ist tot". Das ist zumindest der momentane Titel. Dann wird im März 2015 im Heyne Verlag „Mordsommer" erscheinen. Mehr kann ich aber nicht verraten. Danach beginne ich mit dem historischen Krimi.

Was lesen Sie selbst gerne? Ich lese gerne Thriller und natürlich Sachbücher als Recherche für meine Romane. Manchmal lese ich ganz abgedrehte Bücher wie „Gott bewahre" von John Niven.

Haben Sie einen Lieblingsautor? Nein, eigentlich nicht. Ich bewundere Stephen King. Allerdings nicht als Autor. Er hat zwar eine wunderbare Phantasie, aber darum geht es mir nicht. Ich bewundere,

dass er es trotz großer Probleme – er war alkoholkrank und hatte auch einen schweren Autounfall – immer wieder geschafft hat, Romane zu schreiben. Das verrät eine enorme Disziplin. Ich lese auch gerne Sebastian Fitzek. Seinen Stil mag ich. Andreas Eschbach lese ich ebenfalls gerne. Er hat großartige Ideen.

Empfehlen Sie uns drei Bücher für die einsame Insel? Das erste ist „Herr der Ringe“, dann „Säulen der Erde“ von Ken Follett. Das Buch habe ich zweimal gelesen. Und schließlich „Misery“ von Stephen King.

Was ist für Sie die optimale Entspannung? Wenn ich dazu komme, jogge ich. Dabei Musik hören – das ist für mich Entspannung und ich kann schön meinen Kopf frei laufen. Marathon bin ich auch schon mal gelaufen, aber das ist schon länger her.

Sie wohnen in einem kleinen Ort im Vorgebirge, was bedeutet Ihnen Heimat? Ich bin ein Typ, der verwurzelt sein muss, hier ist das mittlerweile so. Ich brauche immer etwas länger, bis dieses Gefühl eintritt, aber dann ist das für mich Heimat.

Haben Sie ein Lebensmotto? „Nicht reden, machen.“ ■

*Anm. der Red.: Dieser Text hat rund 7.300 Zeichen. Also nur etwas mehr als Rudi Jagusch jeden Tag schreiben muss!

„Amen“ ist der aktuelle Roman von Rudi Jagusch. Nächstes Frühjahr erscheint „Mordsommer“.

Rudi Jagusch, geboren 1967, studierte Verwaltungswirtschaft in Köln. 2006 erschien sein erster Krimi, weitere folgten im Jahreszyklus. Inzwischen ist er aus dem Literaturbetrieb nicht mehr wegzudenken. Er lebt und arbeitet als freier Schriftsteller mit seiner Familie im Vorgebirge. Mehr über ihn erfährt man unter: www.krimistory.de

Fotos: P. M.J. Rothe (2), Heyne Verlag (2)

GELESEN. GEHÖRT. GEFALLEN.

Sommer, Sonne, Strand, ein gutes Buch oder Hörbuch: Mehr braucht es manchmal nicht, um sich in und durch den Tag zu träumen, entspannt in die Woche zu blinzeln und den Moment Moment sein zu lassen. Unsere Tipps für diesen Sommer kennen viele Geschichten der Liebe, des Mordens und aus der Politik.

Krimi

Ein Dorfcasanova, der ertränkt wird, ein Pariser Kommissar, der eigentlich nur im französischen Spätsommer entspannen will, und ein Liebesleben, das ihm alles abverlangt: „Der erste Fall für Pierre Durand“ spielt in der Provence, ist gespickt mit köstlichen Rezepten und macht Appetit auf mehr. Ein Krimi, den man genießen kann.

Sophie Bonnet, Provenzalische Verwicklungen, Ein Fall für Pierre Durand, blanvalet, 320 Seiten, 14,99 Euro

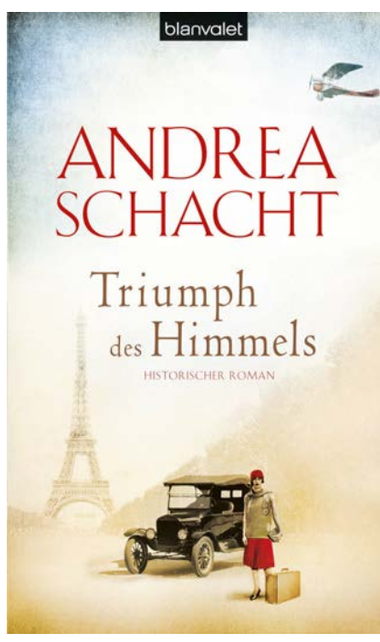
Tödlich Ganz Venedig feiert La Befana, als der Canal Grande eine Leiche anspült: Die Frau liegt auf den Stufen der Kirche Santa Maria della Salute, und sie trägt die Robe eines Priesters – ein unaussprechliches Sakrileg! Doch Capitano Katerina Tapo stößt bei ihren Ermittlungen auf weit schrecklichere Gräuel, in die nicht nur die katholische Kirche verwickelt ist … Sehr spannend!

Jonathan Holt, Marter, Originalverlag blanvalet, gekürzte Lesung, gelesen von Ulla Wagener, 6 CDs, 441 Min., audio media, ca. 19,99 Euro

Thriller

Natalie war Jakes große Liebe. Als sie ihn verlässt, muss er ihr schwören, sie nie mehr zu kontaktieren. Sechs Jahre später passiert etwas, das Jake sein Versprechen brechen lässt. Er sucht Natalie und muss erkennen, dass die Frau, die er liebte, nie wirklich existiert hat … Ein Buch, das schlaflose Nächte garantiert.

Harlan Coben, Ich finde dich, Page & Turner, 416 Seiten, 14,99 Euro



Historischer Roman

Die Rallye „Von Triumph zu Triumph“ von Paris nach Berlin soll das Ereignis des Jahres 1925 werden. Für die junge Journalistin Emmalou wird es eine Reise, auf der sie ihrer Vergangenheit und ihrer Zukunft begegnet. Sie begleitet das Rennen mit dem Flugzeug, trifft dabei auf ihre totgeglaubte Liebe und findet schließlich ihr persönliches Ticket zu einem neuen Leben. Eine tolle Geschichte mit unverhofften Wendungen.

Andrea Schacht, Triumph des Himmels, blanvalet, 576 Seiten, 19,99 Euro

Leila Meacham, Land der Verheißung, Page & Turner, 640 Seiten, 14,99 Euro

Familiensaga

„Land der Verheißung“ ist die Vorgeschichte der „Erben von Somerset“ und schildert die Lebens- und Liebesgeschichte von Silas und Jessie. Getrieben vom unstillbaren Wunsch, eine eigene Plantage zu besitzen, hat Silas die reiche Tochter der Nachbarsfamilie geheiratet, zieht mit ihr nach Texas und lässt seine große Liebe Lettie zurück. Nach und nach kommen sich Silas und Jessie näher. Aus Abneigung wird Liebe. Ein Roman mit viel Emotion und Romantik.

Debüt Darya hat für ihre Tochter Mina zum Geburtstag das perfekte Geschenk – den idealen Ehemann. Leider sieht Mina das anders und will von persischen Junggesellen nichts wissen. Auf der Suche nach ihren Wurzeln reist Mina gemeinsam mit ihrer Mutter in den Iran. Eine Reise, die in die Vergangenheit führt und beiden Frauen eine Tür in die Zukunft öffnet. Spritzig und warmherzig – eine unterhaltsame Lektüre.

Marjan Kamali, Tausendundein Granatapfelkern, Diana Verlag, 386 Seiten, 14,99 Euro

Emma Garcia, Liebe auf den ersten Klick, Originalverlag blanvalet, gekürzte Lesung, gelesen von Solveig Duda, 6 CDs, 404 Min, audio media, ca. 19,99 Euro

Amüsant und frisch

Viv ruft, nachdem sie von ihrem Verlobten zum dritten Mal vor der Hochzeit sitzen gelassen wurde, eine Website gegen Liebeskummer ins Leben. Sie gibt Verlassenen Tipps für die Zeit nach der Trennung. Leider hält Viv sich selbst nicht an ihre Ratschläge, dann hätte sie vielleicht rechtzeitig erkannt, wem ihr Herz wirklich gehört … Eine nette und gefühlvolle Liebesgeschichte, die ein Lächeln hervorzaubert.

Ungewöhnlich

Eine wahnsinnige Geschichte von zwei Männern im Krankenhaus, die angeschossen sind, aber nicht wissen, wie sie dorthin gekommen sind, einer rätselhaften Frau und einem Arzt, der John Lennon heißt. Das Buch ist ziemlich schräg, provokant, witzig und völlig überspitzt.

Heinz Rudolf Kunze, Manteuffels Murmeln, Aufbau Verlag, 320 Seiten, 16,99 Euro

// JETZT AUF DVD: HOUSE OF CARDS Die erste Staffel der US-amerikanischen Erfolgsserie „House of Cards“ ist nun auf DVD erschienen. Francis Underwood intrigiert, mauschelt und korrumpiert sich durch die Politik. So schlimm kann Politik nicht sein? Doch! Ist sie! Nicht nur in Amerika. Über Amazon.de, ab 22,99 Euro

Fotos: Random House (5), Aufbau Verlag, Audio Media (2)

Geplant WIE!

Firmenveranstaltungen sorgen oftmals für schlaflose Nächte, denn von ihrem Erfolg hängt viel ab. Horst Arnold, Experte für Veranstaltungsorganisation, erläutert, woran man alles denken muss, damit die Gäste noch lange vom Event schwärmen.

Eine Firmenveranstaltung ist wie ein Aushängeschild. Gelingt sie, ist alles gut; misslingt sie, hat es sich leider sehr schnell bei Kunden und auch Mitarbeitern herumgesprochen. Vieles muss daher bedacht, zusammengestellt und genau geplant werden. Bevor man mit der eigentlichen Event-Planung beginnt, geht es zunächst um das genaue Ziel und die entsprechende Zielgruppe, die angesprochen werden soll: Wird ein neues Produkt vorgestellt? Soll jemand geehrt werden? Oder wird ein Jubiläum gefeiert? „Von diesem Moment an ist es unverzichtbar, mit Checklisten zu arbeiten, nur so behält man die komplette Übersicht und vergisst nichts. Die erste Checkliste ist dann die Liste der Teilnehmer/Gäste, anhand derer Zu- und Absagen vermerkt werden und die dann auch die Basis für eine mögliche Tischordnung bildet“, weiß Horst Arnold aus seiner langjährigen Erfahrung als Protokollchef im Bundespräsidialamt.

Ist das Veranstaltungsziel definiert, geht es um die Terminfindung. Wichtig ist, genau zu prüfen, ob es Parallel- oder Konkurrenztermine gibt. Ferien und z.B. Großereignisse wie die Fußball-WM sind

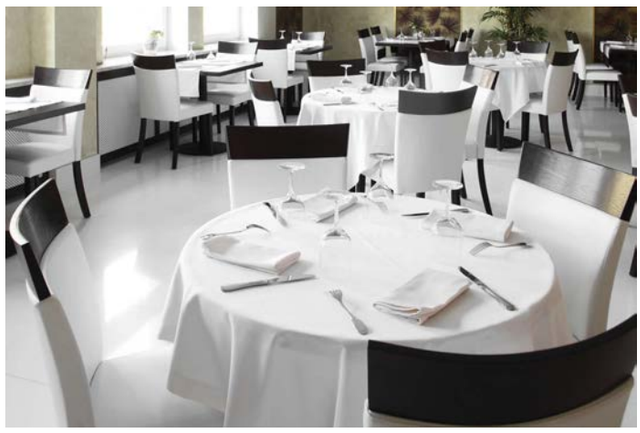
denkbar ungünstig. „Schauen Sie in den Kalender und versuchen Sie einen Termin zu finden, der nicht zu Interessenkollisionen führt“, betont Arnold. Nächster Punkt: Wo findet die Veranstaltung statt? Mit dieser Entscheidung setzt man Akzente, zeigt Stil und persönlichen Geschmack, denn der Ort verrät einiges über das Unternehmen und den Stellenwert von Veranstaltung und Gästen. Bei der Auswahl der Location spielt die Art des Events eine Rolle. Ist es eine Produktpräsentation im kleineren Rahmen, können die eigenen Räumlichkeiten reichen. Ansonsten gibt es natürlich eine Vielzahl von Möglichkeiten – angefangen bei der Burg über das Schiff oder ein Restaurant bis zum Garten.

Abhängig von Budget sowie Art und Dauer der Veranstaltung stellt sich die Frage nach der Bewirtung. Auch bei kleineren Events müssen zumindest ausreichend Getränke serviert oder bereitgestellt werden, im Zweifel auch Snacks, die einfach und schnell zu essen sind. Findet die Veranstaltung in einem größeren Rahmen statt, kommt der Bewirtung eine stärkere Bedeutung zu. „Ein Gast, der aufmerksam wahrgenommen wird und sich wohlfühlt, reagiert positiv und verzeiht auch leichter nicht so gelungene Präsentationen oder zu lange Reden“, betont Horst Arnold. Sein Rat: Erfahrene Gastronome einbeziehen und sie fach- und budgetgerechte Angebote ausarbeiten lassen.

Die Gästeliste steht, Veranstaltungsort und Gastronomie sind gebucht, dann müssen jetzt die Einladungen verschickt werden. Eine Einladung ist die Visitenkarte des Veranstalters und hinterlässt beim Gast einen ersten Eindruck, was ihn erwartet. „Mein Rat ist hier, genügend Zeit für die grafische und textliche Gestaltung der Einladung einzuplanen“, sagt Horst Arnold aus Erfahrung. Die Einladung soll bei dem Gast das Gefühl erwecken, dass er etwas verpasst, wenn er nicht teilnimmt. Sie sollte neben dem Einladungstext auch einen Hinweis auf die Kleidung und Anlagen wie z.B. Antwortkarte, Lageplan, Parkplätze und ggf. Übernachtungsmöglichkeiten beinhalten. „Machen Sie es den Gästen durch umfassende Informationen und eine vorbereitete Rückantwort so einfach wie möglich.“ Wichtig ist außerdem, dass die Einladung vier bis acht Wochen vor dem Termin beim Gast eintrifft. Bei besonderen Veranstaltungen kann man auch schon frühzeitig eine Terminankündigung vorausschicken.

Das eigentliche Event sollte widerspiegeln, was das Unternehmen ausmacht. Begrenzte finanzielle Möglichkeiten müssen kein Hemmnis sein. Es gibt viele kreative Ansätze, um aus jeder Veranstaltung das Beste herauszuholen. Ein Organisationsteam oder auch externe Berater können hier sehr hilfreich sein. Am besten verteilt man die vielen Aufgaben auf mehrere Schultern.

Kommen wir noch einmal zur Bewirtung. Wenn ein großes Essen gegeben wird, ist jetzt der Zeitpunkt für die Tischordnung. Hier kommt die Gästeliste wieder ins Spiel, anhand derer unter Berücksichtigung von Zu- und Absagen die Platzordnung vorgenommen wird. Hat die Veranstaltung einen offiziellen Charakter, erwartet der Gast, dass man ihn gemäß seinem gesellschaftlichen Status platziert. Arnold: „Ordnungsprinzipien sind hierbei beispielsweise Dienstränge und Hierarchiestufen in Behörden und Unternehmen, diplomatischer Status, Ausländer vor Inländern, Mandatsträger vor Amtsträgern (gewählt vor ernannt) und Damen vor Herren bei Gleichrangigkeit. Die ranghöchsten Plätze sind rechts von Gastgeberin und Gastgeber. Auch der Platz gegenüber gilt als Ehrenplatz. Je niedriger die Rangstufe, desto weiter sitzt der Gast von den Gastgebern weg.“ Deshalb ist es ggf. besser, auf eine große Tafel zu verzichten und die Gäste an Einzeltischen zu platzieren. Dort sind alle Plätze gleichrangig und man kann auch leichter eine für alle Teilnehmer interessante Mischung aus Politikern, Wirtschaftlern, Journalisten und anderen Gesellschaftsgruppen erreichen. Befinden sich unter den Gästen Ehe- oder Lebenspartner, so steht es frei, sie zusammen oder getrennt zu platzieren. Sollen die Gäste neue Kontakte knüpfen, setzt man sie auseinander. Sollen sie sich unter vielen Fremden wohlfühlen, lässt man die Paare besser zusammensitzen.



Platziert man die Gäste namentlich, müssen Tischkarten gesetzt werden. Die Tischkarte wird immer beidseitig beschriftet und trägt den Zunamen des Gastes – Frau oder Herr X – ohne akademischen Titel, Amts- oder Funktionsbezeichnung. Wer auf das Herr und Frau als Zusätze verzichten möchte, kann auch Vor- und Zunamen nennen. Bei einer großen Veranstaltung ist es sinnvoll, die Tischordnung an geeigneter Stelle auszuhängen, um die Orientierung zu erleichtern.

Zuletzt geht es darum, dass gut über das Unternehmen gesprochen wird. Positive PR kann jeder gebrauchen. Eine Firmenveranstaltung ist ein passender Anlass, um die Öffentlichkeit aufmerksam zu machen. Wichtig ist, rechtzeitig Kontakt zu den Medien aufzunehmen, sie über das Event zu informieren und ihnen gute Arbeitsmöglichkeiten einzurichten – gemäß dem Motto „Tue Gutes und rede darüber!“. ■

Horst Arnold war von 1974 bis zu seiner Pensionierung im Jahr 2001 als Protokollchef im Bundespräsidialamt zuständig für die Organisation und protokollarische Betreuung der Begegnungen der Bundespräsidenten mit Menschen in Deutschland. Horst Arnold lebt in Bonn und wird gern als Berater bei Großveranstaltungen oder als Fernseh- und Rundfunk-Interviewpartner zu Protokollfragen engagiert. Er ist Mitglied im Deutschen Knigge-Rat und im Arbeitskreis Umgangsformen International.

Fotos: Allan Danahar/Digital Vision/thinkstock, fipfoto/iStock/thinkstock

Solarlampe „SunLight“
von Eva Solo, 15 cm hoch,
ab 59,90 Euro

SPOT *an!*

Wenn es im Sommer Abend wird und ein lauer Lufthauch weht, wird es im Garten und auf der Terrasse erst richtig gemütlich. Eine durchdachte Beleuchtung hilft dann, den besonderen Moment ins rechte Licht zu setzen. Ob echte Flamme oder ein Leuchten aus der Steckdose: Wir haben uns umgeschaut, womit Sie Hof und Garten ins schönste Licht rücken.

Glaslaterne „Smokey grey“
von Eva Solo, 25 cm hoch,
ab 59,95 Euro

Ein Garten ist nicht nur im strahlenden Sonnenlicht eines Sommertages schön: Auch am Abend und zur Nacht kann er glänzen und leuchten. Dafür sorgt eine durchdachte Beleuchtung. Sie ist ein wichtiger Aspekt bei der Gestaltung von Garten und Terrasse. Wie Lampen im Wohnbereich, schaffen auch Outdoor-Leuchten eine funktionale Grundbeleuchtung, setzen einzelne Akzente, heben bestimmte Elemente wie Pflanzen oder Kübel hervor und spenden ein angenehmes Licht beim Feiern, Essen oder Lesen. Gerade am Sitzplatz ist es wichtig, für das richtige Licht zu sorgen – nicht zu hell und nicht zu dunkel.

Echte Klassiker

Gefragt sind derzeit Standleuchten für den Außenbereich. Sie verbreiten eine wohnliche Atmosphäre und können genau dort platziert werden, wo Licht gebraucht wird und gefragt ist. Durch eine geschmackvolle Kombination von Stand- und Wandleuchten können Terrasse und Balkon zum zweiten Wohnzimmer für gemütliche Abende im Freien werden. Auch Hängeleuchten sind immer öfter auf Terrassen zu finden und man sieht ihnen nicht an, dass sie für draußen gemacht sind. Windlichter, Fackeln oder Öllampen sind vielseitig einsetzbar und dürfen als echte Klassiker nirgendwo fehlen.

Akzente setzen

Bei der Planung der Gartenbeleuchtung werden zunächst Akzente gesetzt. Wer eine schöne Skulptur, einen prächtigen Bambus, einen bizarren Baum oder Strauch im Garten hat, sollte diese mit Strahlern gekonnt in Szene und so gezielt glanzvolle Leuchtpunkte setzen. Praktisch sind Strahler, die nicht fest installiert sind und versetzt werden können. Damit kann dann immer mal wieder ein anderes Objekt ins rechte Licht gerückt und die Aufmerksamkeit auf einen ▶

► anderen Gartenbereich gelenkt werden. Der Garten verwandelt so jeden Abend aufs Neue sein Aus- und Ansehen.

Leuchten lassen

Ganz wichtig ist es natürlich auch, dass die Wege im Garten gut ausgeleuchtet sind. Dabei übernehmen diese Außenleuchten gleich zwei Aufgaben: Man tappt nicht länger im Dunkeln und der Garten erhält eine Struktur. Am besten werden mehrere Leuchten in kurzen Abständen zueinander gesetzt, um so für ausreichende Helligkeit zu sorgen. Auch zu starke Hell-Dunkel-Kontraste werden durch diese Anordnung vermieden. Wegeleuchten sind in der Regel so designt, dass ihr Licht direkt auf den Boden fällt und nicht die Augen blendet.

Lampions, Schwimmlichter oder Leuchtketten sind ebenfalls sehr schöne Dekorelemente, um Garten und Terrasse zu schmücken. Bäume, Tische, Gartenbänke – alles kann illuminiert werden und der Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt. Nur eines sollte man beachten: Gerade bei Licht, das als Schmuck eingesetzt wird, ist weniger oftmals mehr. Und: Der heimische Garten ist kein Fußballplatz, auf dem ein Weltmeisterschaftsspiel ausgetragen wird, und die Terrasse sollte nicht mit der Landebahn-Beleuchtung vom Flughafen Köln/Bonn konkurrieren.

Eine gelungene Beleuchtung macht aus jedem Garten ein grünes Wohnzimmer. Für den Balkon eignen sich Solar-Leuchten, die ohne lästige Strippen und Kabel die Dämmerung am Abend leuchten lassen.

Pracht des Rokoko

Doch wie ist es mit einem Hauch von Noblesse? Mit einem Kronleuchter, der nahezu schwerelos über den Dingen schwebt und aus dem heimischen Garten einen Park macht? Die Firma Fatboy bringt mit dem Kandelaber RockCoco einen Hauch Spätbarock an die frische Luft. Der Leuchter aus Acryl ist im Stil des 18. Jahrhunderts gehalten, verwendet aber Technik von heute, das bedeutet unter anderem, dass der Leuchter absolut wasserdicht ist und damit wetterlichem Unbill trotzt.

Entworfen wurde RockCoco vom niederländischen Design-Team De Makers-Van. Es konzipierte einen transparenten Kronleuchter, der tagsüber beinahe unsichtbar über den heimischen Rabatten schwebt, abends und nachts aber sein Licht leuchten lässt. Als besonderer Blickfang dienen die roten Drähte, die die Silhouette des Leuchters um einen farblichen Akzent bereichern. Dennoch muss auf eine genaue Platzierung geachtet werden. RockCoco tritt mit seinem verspielten Design bewusst in Kontrast zu puristischen Stilen, so etwa auf einer Terrasse zu möglichst gradlinigen Gartenmöbeln.

Bitte beachten: Ein Kronleuchter muss schweben und braucht Freiraum. Somit steht einem Diner unterm Sternenzelt wie unterm Kronleuchter nichts mehr im Wege. ■

Handleuchte „Sous mon arbre" von Ligne Roset, 41 cm hoch, ab 240 Euro

Stehlampe „TXL 205" von Marset, 204 cm hoch, ab1.520 Euro

3 Tipps

1 Planen Sie bereits beim Anlegen des Gartens auch seine Beleuchtung mit ein und sorgen Sie für entsprechende Leitungen und Kabelschächte.

2 Inszenieren Sie Ihren Garten, indem Sie Skulpturen, einzelne Bäume und Sträucher anstrahlen und reizvolle einzelne Akzente setzen.

3 Benutzen Sie nur Leuchten, die für den Außeneinsatz geeignet sind. Denn nur sie überstehen auch einen Sommerregen.

Tischleuchte „Lun-R" von Ligne Roset, 31 cm hoch, ab 300 Euro

Fotos: Eva Sólo (2), Fatboy, Ligne Roset (2), Marset, Zero

Pendelleuchte „Fisherman“ von Zero, Ø 40 cm, je ab 679 Euro

Kronleuchter „RockCoco“ von Fatboy, 71 cm hoch, ab 449 Euro. Der Kandelaber wird aus Acryl gefertigt, wiegt sechs Kilogramm und verwendet LED-Leuchten.

Beratung Lichtplanung Service

Über 10.000 Leuchten

Wir sind Stützpunkthändler der Marken

Artemide | Occhio | Nimbus | Tal | Serien | Prolicht | Foscarini | und viele mehr...

Wir sind seit mehr als 45 Jahren Ihr Partner für Beleuchtung und Elektroinstallation.

Wir planen individuelle, speziell auf Ihr Objekt abgestimmte Lichtlösungen.

Wir bieten Funktionalität und modernste Lichttechnik in zeitlos anspruchsvollem Design.

Enzinger Elektro GmbH
Drachenburgstr. 2 - 6
53179 Bonn
Tel.: 0228 / 94 38 00
Fax: 0228 / 93 38 0-10
info@lustauflicht.de
info@elektro-enzinger.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Fr.: 9.00 Uhr – 19.00 Uhr
Samstag: 9.00 Uhr – 16.00 Uhr
Parkplätze direkt am Haus

Elektro Enzinger
www.elektro-enzinger.de

Lichthaus Enzinger
Lust auf Licht
www.lustauflicht.de

Besuchen Sie die größte Leuchtenausstellung in Bonn. Erleben Sie 10.000 Lichtideen von 400 namhaften Herstellern auf 1.700 Quadratmetern Ausstellungsfläche. Lassen Sie sich von unserer Leuchtenvielfalt inspirieren.

LASST *Rosen* BLÜHEN

ROSEN SIND EIN TRAUM. MAN SCHENKT SIE SEINER LIEBSTEN, ÜBERREICHT SIE ALS DANKESCHÖN, WEIL EINE ENTSCHULDIGUNG FÄLLIG IST. ODER EINFACH NUR SO. DIE ZEITLOSE SCHÖNHEIT BEGEISTERT IMMER WIEDER, BETÖRT MIT IHREM DUFT, DER JEDEN GARTEN ZU EINEM SOMMERMÄRCHEN MACHT. SCHNEEWITTCHEN, APHRODITE, CHARLOTTE, ALBERTINE, ARABIAN NIGHTS KANN NIEMAND WIDERSTEHEN. BLÜHENDE CHARMEOFFENSIVEN FÜR KÜBEL UND BEET.

Viele Rosensorten blühen während des ganzen Sommers. Rot in allen Schattierungen, gelb, violett, apricot, weiß ... Ein Farbenmeer. Mehr als 30.000 Sorten stehen mittlerweile zur Auswahl. Einfach, leicht oder üppig gefüllt. Und dann erst ihr Duft: nach Honig, Myrrhe, fruchtig, lieblich, süß. Jede riecht anders. Für welche soll man sich da nur entscheiden? Hier ist nicht nur der Geschmack ausschlaggebend, sondern auch der Standort. Damit eine Rose schön und gesund gedeihen kann, benötigt sie neben guter Pflege ein Plätzchen, das ihre Ansprüche erfüllt.

STANDORT UND BODEN

„Rosen sind Sonnenkinder“, sagte Gartenexperte Marcus Kissener. „Sie bevorzugen einen hellen Platz.“ Am besten geeignet sind Ost- und Westlagen, da trockene Südlagen schon einmal zu Hitzestau führen können. Vom Boden hängt im hohen Maße die Nährstoff- und Wasseraufnahme der Rosen ab. Ein wichtiges Kriterium für schöne und gesunde Pflanzen. „Für Rosen optimal ist ein Lehmboden, da hier Sand und Ton in einem guten Verhältnis stehen. Dementsprechend gut ist die

DAS SOLLTE MAN WISSEN:

- Rosen lieben Sonne, Luft und einen nährstoffreichen Boden.
- Die richtigen Begleiter sind Lavendel, Gräser, Frauenmantel oder auch Glockenblumen.
- Viele Rosen eignen sich gut für Töpfe. Da Rosen Tiefwurzler sind, müssen die Töpfe mindestens 40 Zentimeter hoch sein.
- Rosen nicht über Blätter oder Blüten gießen. Nach Möglichkeit die Pflanzen in den Morgenstunden wässern.

Nährstoff- und Wasserspeicherung und die Königin der Blumen kann gedeihen“, erklärt Kissener.

DÜNGUNG

Rosen im Beet müssen im ersten Jahr nach der Pflanzung nicht gedüngt werden. Später nimmt man dafür am besten einen organischen Dünger, der neben Stickstoff auch Phosphor und Kali enthält. Rosen, die in Kübeln stehen, sollten im Sommer vier- bis fünfmal mit organischem Flüssigdünger begossen werden.

SCHNITT

„Jetzt im Sommer schneidet man an den Rosen nicht nur die verblühten Dolden ab, sondern auch das nächste Blatt“, erläutert Marcus Kissener. Umso schneller treibt die Rose dann wieder aus. „Beim Rosenschnitt kann man eigentlich nicht viel falsch machen, wichtig ist nur, dass regelmäßig geschnitten wird und dass dabei berücksichtigt wird, in welche Klasse die Rose gehört. Also ob es eine Beet- oder Strauchrose ist, ob sie nur einmal oder mehrmals blüht usw. Der Fachmann im Gartencenter gibt hier gerne Auskunft und Tipps“, betont Kissener.

Foto: Falombini/iStock/Thinkstock

SCHUTZ VOR KRANKHEITEN

„Am wichtigsten ist es, von Anfang an vorzubeugen, damit es gar nicht erst zu einem Befall mit Krankheiten oder Schädlingen kommt“, so Kissener. So kann man beim Austrieb Gesteinsmehl spritzen oder stäuben, das erhöht die Robustheit gegenüber Läusen und Raupen. „Gesteinsmehl erhält man im Fachhandel. Damit wird der Boden auf natürliche Weise gedüngt und die Rose widerstandsfähiger. Da Gesteinsmehl allerdings seine Wirkung erst nach langer Anwendung entfaltet, muss man es regelmäßig zugeben.“ Werden Rosen trotzdem von Krankheiten heimgesucht, lässt sich natürlich einiges dagegen tun. Als erste Maßnahme sollten die kranken Blätter und Triebspitzen abgeschnitten und entfernt werden. Bei Rosenrost müssen zudem bereits abgefallene Blätter sorgfältig entsorgt werden. Hilfreich ist es auch, wenn man weiß, wann welche Krankheiten auftreten können. Dann kann man schneller reagieren und so das Schlimmste verhindern. Echter Mehltau liebt trockenes, heißes Wetter. Also bei einer solchen Wetterlage nicht vergessen zu wässern und Ballentrockenheit vermeiden! Sternrußtau tritt bei feuchtem Wetter auf. Rose und Boden mit einem entsprechenden Mittel behandeln, da der Pilz mit dem abfallenden Laub auf den Boden gelangt und wieder aufsteigen kann. Warmes Wetter und Trockenheit fördern den Befall mit Rosenrost.

ROSEN IN KÜBELN

Üppige Rosenpracht ist auch auf Balkon und Terrasse möglich. Der richtige Kübel spielt dabei eine große Rolle. Kunststoffgefäße sind nicht ideal. Sie heizen im Sommer auf und halten im Gegenzug keine Kälte ab. Empfehlenswert sind Terrakottatöpfe. Sie verbreiten nicht nur ein mediterranes Feeling, sondern bieten Rosen eine Wohlfühlumgebung. Terrakotta bietet bei Kälte ausreichend Schutz, ist aber gleichzeitig atmungsaktiv. Überschüssiges Wasser verdunstet und damit sind die Wurzeln vor Fäulnis und Staunässe besser geschützt. Kissener: „Trotzdem sollte man auch bei Terrakottatöpfen darauf achten, dass das Wasser ablaufen kann, sonst kann es immer noch zu Staunässe kommen.“ Soll die Rose über viele Jahre Freude bereiten, müssen Kübel oder Topf einen Umfang von mindestens 40 Zentimetern und eine Höhe von ebenfalls mindestens 40 Zentimetern haben. „Rosen wurzeln sehr tief und benötigen entsprechend viel Platz“, sagt Kissener. Jetzt geht es nur noch um die richtige Sorte. Viele, aber nicht alle sind dazu geeignet, in Kübel gepflanzt zu werden. „Bei der Auswahl sollte man darauf achten, dass die Rose möglichst widerstandsfähig ist, dann steht einem langen, prachtvollen Rosenleben im Kübel oder Topf nichts im Wege.“ ■

KISSENER´S
GARTENMARKT
Pflanzen, Service und mehr...

persönlich
kompetent
in Ihrer Nähe

Lassen Sie den Sommer blühen...

Landgrabenweg 79 · 53227 Bonn

Fon 0228 - 47 17 08
Fax 0228 - 46 46 31

kissenersgartenm@aol.com
www.gartenmarkt-kissener.de

Urologisches Zentrum
Bonn Friedensplatz
Dr. med. Matthias Schmidt

THEMA PROSTATAKREBS

Etwa acht von 100 Männern bekommen im Laufe ihres Lebens einen Prostatatumor. 60 Prozent von ihnen sind dabei älter als 70 Jahre. 40 Prozent sind jünger! Die Diagnose ist für jeden ein Schock. Doch in jedem Fall gilt: Je früher der Krebs erkannt wird, desto besser und schonender sind die Heilungs- und Behandlungsmöglichkeiten – im Hinblick auf Lebensqualität, Erhalt von Potenz und Kontinenz. Unser Gesundheitsexperte, der Bonner Urologe Matthias Schmidt, erläutert, was zu beachten ist.

INTERVIEW: SUSANNE ROTHE

Wofür braucht man(n) eine Prostata?
Kurz ausgedrückt: ohne Prostata keine Fortpflanzung. Die Prostatadrüsen bilden ein flüssiges Sekret, das sich beim Samenerguss mit den Spermien verbindet. Ohne das Prostatasekret wären die Spermien nicht beweglich und ausdauernd genug auf dem Weg zur Befruchtung der Eizelle.

Was ist ein Prostatakarzinom?
Ein Prostatakarzinom entsteht, wenn sich Zellen der natürlichen Wachstumskontrolle des Organismus entziehen. Dann teilen sich diese Zellen unabhängig und meist schneller als gesunde Zellen. So kommt es zur lokalen Ausbreitung des Karzinoms. Es überschreitet dann auch irgendwann die Prostatakapsel und wächst in benachbartes Gewebe. Dringen Tumorzellen in Lymph- oder Blutgefäße ein, kann der Tumor Tochtergeschwülste (Metastasen) auch in entfernten Körperregionen verursachen. Leider wissen wir zu wenig darüber, was einen Prostatakrebs entstehen lässt.

Gibt es Risikofaktoren?
Ja, das zunehmende Alter des Mannes gehört dazu. Auch Prostatakrebs in der Familie kann zu einer Erhöhung des eigenen Risikos führen, ebenso wie häufige chronische Entzündungen der Prostata.

Welche Symptome weisen auf Prostatakrebs hin?
Leider gibt es im Frühstadium eines Tumorgeschehens nur selten Symptome. Treten tumorbedingt Beschwerden auf, ist die Erkrankung meist schon fortgeschritten und eine Heilung in vielen Fällen nicht mehr möglich. Deshalb ist die regelmäßige fachurologische Vorsorgeuntersuchung des Mannes auch so wichtig. Im vergangenen Jahr ist die Zahl in Deutschland auf ca. 65.000 Neuerkrankungen angestiegen. Im Jahr 2010 lag die Zahl der dokumentierten Sterbefälle bei ca. 13.000. Leidet ein Mann an beginnenden Beschwerden beim Wasserlassen oder zeigen sich z.B. blutige Auflagerungen im Ejakulat, sollte unbedingt ein Urologe konsultiert werden.

Wie sieht die Therapie aus?
Die Therapie hängt von vielen Faktoren ab und muss individuell festgelegt werden. Je nach Alter des Patienten und der Tumorausbreitung sowie der Bösartigkeit eines Tumors reicht die Therapie von engmaschiger Überwachung des Patienten (watchful waiting, active surveillance) über die Operation, die Bestrahlung der Prostata, die Brachytherapie (eine Form der Strahlentherapie) oder die medikamentöse Therapie.

Ist Prostatakrebs heilbar?
Eine Heilung des Tumors im Frühstadium ist nur mit einer Operation, einer Bestrahlung oder einer Brachytherapie möglich. Medikamentöse Therapien können vorübergehend unterstützend eingesetzt werden. Aber auch in fortgeschrittenen Fällen gibt es gute Behandlungsmöglichkeiten, die das Fortschreiten der Erkrankung lange hinauszögern können. Viele Männer sterben mit einem Prostatakrebs, aber nicht aufgrund des Krebses.

Wie hoch sind die Chancen, durch eine Operation oder eine Bestrahlung geheilt zu werden?
Das kann man nicht verallgemeinern. Es gibt sehr unterschiedliche Krankheitsverläufe. Prinzipiell kann man sagen, dass die Heilungschancen umso höher liegen, je eher der Tumor erkannt wird und wenn das Risikoprofil des Tumors gering ist. Die Behandlungserfolge weisen bei den kurativen Therapieformen (Operation, Bestrahlung, Brachytherapie) keine signifikanten Unterschiede auf.

Was kann im fortgeschrittenen Stadium eines Prostatakrebses gemacht werden?
Wird ein Tumor erst spät erkannt, macht eine Operation nur in seltenen Fällen Sinn. Dann sind Bestrahlung und der Einsatz von Medikamenten meist sinnvoller. Auch Metastasen können so in vielen Fällen erfolgreich behandelt werden. In den letzten Jahren sind viele Wirkstoffe auf den Markt gekommen, die auch bei fortgeschrittenen Tumorstadien, z.B. beim sogenannten kastrationsresistenten Prostatakarzinom CRPCa (herkömmliche hormonunterdrückende Medikamente sind unwirksam), gut wirksam sind. Da wären die Wirkstoffe Abiraterone und Enzalutamid zu nennen, die mittlerweile auch vor einer Chemotherapie eingesetzt werden können. Seit Anfang dieses Jahres ist auch der Wirkstoff Alpharadin in Deutschland zugelassen, der gezielt bei Knochenmetastasen eingesetzt werden kann. Außerdem werden vielversprechende neue Wirkstoffe getestet.

Früherkennung ist wichtig, ab welchem Alter sollten Männer zur Prostatavorsorge gehen?
Früherkennung sollte ab dem 45. Lebensjahr einmal jährlich durchgeführt werden. Männer, in deren Familie Prostatakrebs bereits vorgekommen ist, sollten sich schon ab dem 40. Lebensjahr untersuchen lassen.

Welchen Stellenwert hat der PSA-Wert für Sie, über den ja immer kontrovers diskutiert wird?
Ja, die Diskussion über den PSA-Wert hat mittlerweile Tradition. Ungeachtet der vielzähligen Aussagen ist der PSA-Wert für mich persönlich der wichtigste Baustein in der Prostatakrebsdiagnostik. Dabei darf der Wert nicht isoliert gesehen werden. Durch ergänzende Untersuchungen wie Ultraschall und Tastuntersuchung der Prostata kann z.B. bei Diagnose einer sehr großen, gutartig veränderten Prostata und höherem Lebensalter eines Patienten ein PSA-Wert von über 4 ng/ml völlig normal sein. Kommt ein jüngerer Patient mit eher kleiner, unauffälliger Prostata, ist ein PSA-Wert über 4 ng/ml verdächtig und muss weiter abgeklärt werden.

Kann man(n) vorbeugend etwas tun?
Es gibt keine ausreichend gesicherten Erkenntnisse, wie ein Mann das Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken, senken könnte. Deswegen erwähne ich hier noch einmal die Notwendigkeit der Vorsorge. Darüber hinaus ist eine gesunde Lebensführung grundsätzlich die wichtigste Vorbeugung, die jeder durchführen kann. ■

Foto: P. M. J. Rothe

Rankt unscheinbar: das Kraut der Unsterblichkeit.

Ewiges LEBEN

Es ist ein Halbschattengewächs, das aus den Wäldern Südostasiens den Weg nach Europa gefunden hat: Jiaogulan. Hierzulande ist es unter dem Namen „Kraut der Unsterblichkeit" bekannt. Ein Blatt von ihm täglich soll ewiges Leben bringen.

Unsterblichkeit. Wie viele Heldinnen und Recken haben danach gelechzt, tausendfach Unbill auf sich genommen, gekämpft und gerungen? Dabei ist es doch ganz einfach und statt gegen Scheinriesen im Morgennebel zu kämpfen, reicht ein Gang in den heimischen Kräutergarten, wo ab sofort ein Kraut auf keinen Fall fehlen darf: Jiaogulan, das Kraut der Unsterblichkeit. Es stammt aus Fernost, wächst aber auch im heimischen, mitteleuropäischen Garten und ist dabei sogar noch anspruchslos, mehrjährig und eignet sich sowohl als Beet- wie auch als Kübelpflanze.

Gut zubereitet

Verwendet wird das Kraut vor allen Dingen als Tee oder im Salat. Für einen Tee braucht es frische oder getrocknete Blätter. Ein Teelöffel Kraut wird mit einem Viertelliter heißem, nicht kochendem Wasser aufgebrüht und fünf Minuten ziehen gelassen. Der Tee schmeckt etwas süßlich. Mit frischen, jungen Triebspitzen lässt sich jeder Salat verfeinern. Der Geschmack des Jiaogulans erinnert an den des Ginsengs. Dieses lakritzeähnliche Aroma kommt in erster Linie von den wirksamen Bestandteilen der Jiaogulan-Pflanze, den Gypenosiden und den Ginsenosiden.

Gut geheilt

Diese sind auch für die nachgesagte Heilwirkung des Krauts verantwortlich: Es verhindert unter anderem stressbedingte Krankheiten, ist ein Herzstärkungsmittel, hilft gegen Bluthochdruck und hohen Cholesterin, beugt Schlaganfall und Herzinfarkt vor, stärkt das Immunsystem, ist blutbildend, senkt Blutzucker und Blutfette (Diabetes), ist krebshemmend, stressabbauend und stoffwechselfördernd, lindert Schlafstörungen, hilft bei andauernder Müdigkeit und ist ein hervorragender Energielieferant. So verwundert es nicht, dass das Kraut der Unsterblichkeit in seiner Heimat auch gerne direkt vom Strauch genossen wird. Ein Blatt, so heißt es, wirke bereits Wunder. Nebenwirkungen sind eigentlich keine bekannt. Bei einigen Leuten kann die Einnahme auf nüchternen Magen eine leichte Übelkeit auslösen. Wenn die Einnahme von Jiaogulan-Tee nach dem Essen erfolgt, dann tritt diese Erscheinung nicht auf. ■

Diese Kräuter garantieren die Ewigkeit:

- *Brahmi ist eine der am besten erforschten ayurvedischen Heilpflanzen. Damit ist die Herkunft klar: Indien. Es verbessert die geistige Leistungsfähigkeit, das Gedächtnis und die Konzentrationsfähigkeit. Der Presssaft oder ein Tee von Brahmi-Sprossen helfen auch bei Asthma und sind angstlösend. Brahmi wächst auch hierzulande, ist leicht zu ziehen und macht sich schick als Ampelpflanze.*

- *Auch Gotu Kula, ebenfalls aus Indien, ist ein Tausendsassa in Sachen ewige Jugend. Ein bis zwei Blätter täglich sollen verjüngend auf Gehirnzellen wirken. Die aromatische Pflanze macht sich gut im Salat oder als Tee. So ist sie auch noch ein probates Mittel gegen Stress. Gotu Kula wird in Indien von Elefanten gegrast und diese Tiere haben nun wirklich ein sprichwörtliches Gedächtnis.*

- *Ginseng ist die wohl gefragteste Heilpflanze weltweit. Es regt die Vitalkräfte an, hat eine regulierende Wirkung auf den Blutdruck, wirkt gegen Stress und vieles, wirklich vieles mehr. Auch Ginseng kann im heimischen Garten gezogen werden, allerdings dauert es fünf bis sieben Jahre, bis die Pflanze erntereif ist, dabei gilt: Je älter die Pflanze, desto besser die Wirkung, denn gut Ding will Weile haben.*

- *Aus Japan kommt Ashitaba. Zusammengefasst: Der gelbe Milchsaft eines abgeschnittenen Stängels macht fit und ist ein Verjüngsmittel, Lebenselixier und Tonikum allererster Güte. Auch Ashitaba gedeiht in unseren Wintergärten, wobei zu bedenken ist, dass es eine subtropische Pflanze ist, die auch in Indonesien und auf den Philippinen angebaut wird. Zur Gewinnung des Safts werden die Stängel angeritzt. Zarte Ashitaba-Stängel werden wie Spargel zubereitet.*

Foto: Frans Rombout/iStock/thinkstock

NOVA VITA

Residenz Im Leoninum Bonn

Noeggerathstraße 34 • 53111 Bonn

Exklusiv wohnen im Alter

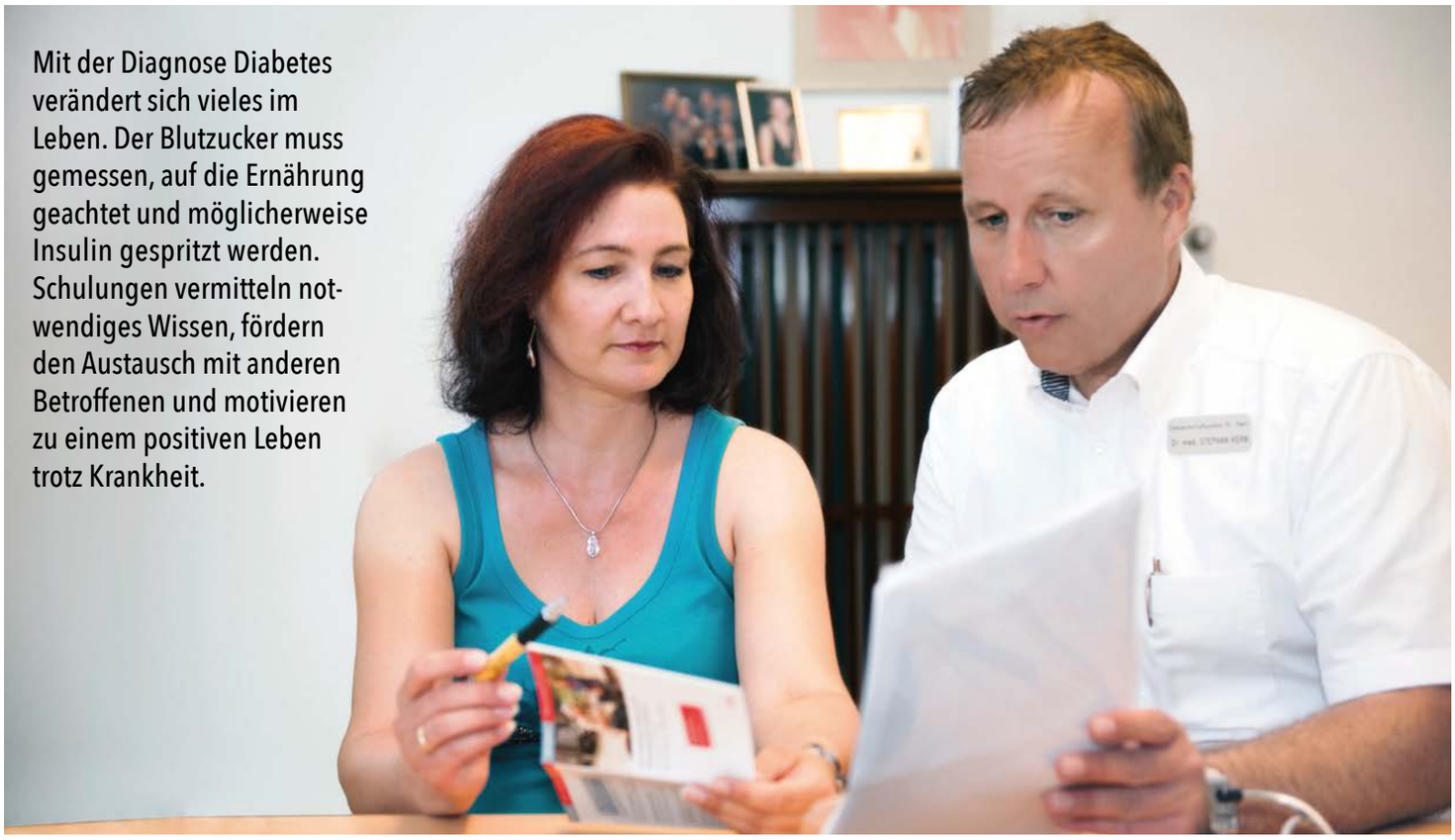
In der *NOVA VITA Residenz Im Leoninum Bonn* bieten wir Ihnen die Möglichkeit, auch im Alter ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Dafür stehen Ihnen 85 Residenzwohnungen in zentraler Lage zur Verfügung, in denen Sie die Annehmlichkeiten unseres angegliederten 4-Sterne-Hotels genießen können. Neben unserem vielseitigen kulturellen, kreativen und sportlich-therapeutischen Veranstaltungsprogramm bieten wir Ihnen Sicherheit in allen Lebenslagen. Die Angebote unseres hauseigenen ambulanten Pflegedienstes können Sie ganz nach Ihrem persönlichen Hilfebedarf in Anspruch nehmen.

In unserem Pflegewohnbereich stehen zudem 19 großzügige Appartements für die vollstationäre Versorgung zur Verfügung. Der familiäre Charakter und die überdurchschnittliche Anzahl an Pflegefachkräften vermitteln Fürsorge und Geborgenheit.

Gerne beraten wir Sie persönlich zu den Angeboten der *NOVA VITA Residenz Im Leoninum Bonn*!

www.novavita.com

*Mit Diabetes (gut!) **leben** lernen*



Mit der Diagnose Diabetes verändert sich vieles im Leben. Der Blutzucker muss gemessen, auf die Ernährung geachtet und möglicherweise Insulin gespritzt werden. Schulungen vermitteln notwendiges Wissen, fördern den Austausch mit anderen Betroffenen und motivieren zu einem positiven Leben trotz Krankheit.

Umfassende Schulungsangebote bieten Diabetologische Schwerpunktpraxen. „Bei uns steht ein ganzes Team – vom Diabetologen bis hin zu Diätassistentinnen und Diabetesberaterinnen – zur Verfügung, um die Patienten im Umgang mit ihrer Krankheit zu unterrichten“, sagt Dr. Stephan Kern, Facharzt für Innere Medizin und Diabetologe DDG (Deutsche Diabetes Gesellschaft). Unterstützt wird er von Gabi Dohmen, Diabetesberaterin DDG, die das Schulungsteam leitet. Grundlage für die Schulungen ist das Disease Management Programm (DMP), ein systematisches Behandlungsprogramm für chronisch kranke Menschen.

„Schulungen verbessern die Lebensqualität nachweislich“, betont Kern, „doch leider nehmen immer noch viele Diabetiker das Angebot nicht wahr, weil ihnen entweder die Informationen fehlen oder sie damit schlechte Erinnerungen an verstaubten Schulunterricht verbinden.“ Doch moderne Diabetes-Schulungen haben damit nichts zu tun. „Diabetologische Schwerpunktpraxen müssen bestimmte Strukturen vorhalten. So muss das Raumangebot für Schulungen geeignet sein.“ Gruppenräume, Räume für Einzelberatungen und Fußbehandlungen gehören zum Standard. Die Teilnehmer diskutieren, tauschen Erfahrungen aus und besprechen gemeinsam Alltagssituationen. „Neben den Schulungen haben wir in unserer Praxis für die Teilnehmer außerdem eine telefonische Hotline eingerichtet, über die sie jeden Tag eine Stunde lang in Notfallsituationen einen Experten aus unserem Diabetesteam erreichen und akute Fragen klären können“, erklärt Dohmen.

Einige wichtige Fragen zum Thema Schulungen haben wir mit Gabi Dohmen im Einzelnen geklärt:

Muss eine Schulung wirklich sein?
Unbedingt. Schulung ist ein wichtiger Bestandteil der ärztlichen Therapie. Diabetes ist eine Erkrankung, die der Patient selbst steuern kann. Dafür müssen aber grundsätzliche Regeln bekannt sein. Schulungen sind daher für alle wichtig, die die Diagnose gerade erfahren haben, um den Umgang mit der Krankheit erst einmal kennen- und sie akzeptieren zu lernen. Aber auch bei langjährigen Patienten ist oftmals eine erneute Schulung sinnvoll und notwendig. Wir holen bei unseren Schulungen den Patienten in seiner jeweiligen Lebenssituation ab. Er steht bei uns als Mensch im Mittelpunkt.

Gibt es nur Gruppen- oder auch Einzelschulungen?
Die Regel sind Gruppen, die wir gezielt zusammensetzen. In bestimmten Fällen macht es zum Beispiel Sinn, Anfänger und Fortgeschrittene gemeinsam zu schulen, damit sie sich austauschen können. In anderen Fällen funktioniert das nicht gut und man muss differenzieren. Wir bieten auch Einzelschulungen an, wenn zum Beispiel die Patienten kein Deutsch sprechen und auf einen Dolmetscher angewiesen sind. Einzelberatungen machen wir auch mit Angehörigen, wenn die Patienten selbst dazu nicht mehr in der Lage sind.

Was lernt man in einer Schulung?
Zunächst geht es um theoretisches und praktisches Wissen, mit dem man im Alltag Diabetes selbstständig im Griff hält. Es werden zum Beispiel folgende Fragen geklärt: Was darf ich essen? Bei welchen Lebensmitteln muss ich aufpassen? Was mache ich, wenn ich merke, es droht eine Unterzuckerung? Sport ist ein großes Thema. Ein weiterer Schwerpunkt beinhaltet technische Aspekte,

die die Blutzuckermessung oder das Spritzen von Insulin betreffen. Wir stellen entsprechende Geräte vor und finden gemeinsam mit den Patienten heraus, mit welchen sie am besten klarkommen. Es geht aber nicht nur um reine Wissensvermittlung. Schulung ist mehr als eine Infoveranstaltung. Die menschliche Seite ist ganz wichtig. Wir versuchen das Selbstbewusstsein der Teilnehmer zu stärken und sie zu motivieren. Unser Ziel ist ein gutes und verantwortungsvolles Leben mit Diabetes für jeden Patienten – die Lebensqualität soll erhalten und gefördert werden.

Was macht eine gute Schulung aus?
Eine solche Schulung sensibilisiert die Patienten, dass sie selbst sehr viel tun können und müssen. Diabetes ist anders als andere Krankheiten. Bei Diabetes hat die Ernährung einen großen und direkten Einfluss. Ebenso die Bewegung. Beides kann aber nur der Patient selbst steuern. Diabetes wird daher nicht alleine von der Arztpraxis aus geleitet. Das muss in der Schulung deutlich vermittelt werden. Im Idealfall gehen die Patienten motiviert aus einer Schulung heraus, sie soll keine Angst erzeugen. Wir versuchen vielmehr den Patienten durch praktische Übungen zu zeigen, wie viel Einfluss ihr Verhalten hat. Wir gehen zum Beispiel spazieren und ermitteln vorher und nachher die Höhe des Blutzuckers.

Dr. med. Stephan Kern
Facharzt für Innere Medizin und Diabetologe DDG

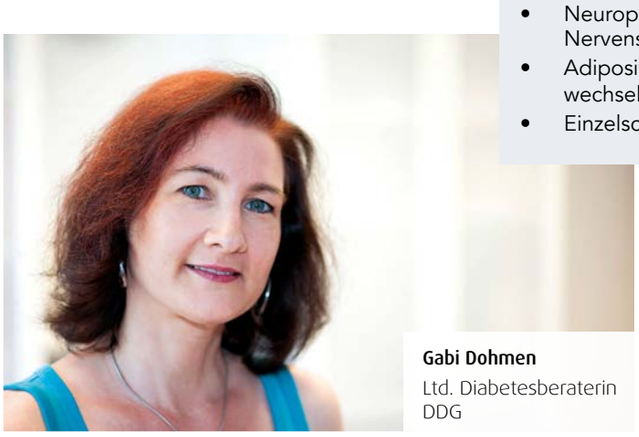
Wann beginnt man am besten mit der Schulung?
Es empfiehlt sich zwar, möglichst zu Beginn der Erkrankung die Schulung durchzuführen, allerdings nicht unmittelbar nach der Diagnosestellung. Wir leiten zunächst die Therapie ein, um die Blutzuckerwerte in den Griff zu bekommen. Die Patienten müssen sich wieder leistungsfähig fühlen und vor allem auch den Schock der Diagnose verkraften. Parallel vermitteln wir in Einzelgesprächen die wichtigsten Grundlagen, erst nach ein paar Wochen ist der Zeitpunkt gekommen, mit der strukturierten Gruppenschulung zu beginnen.

Zahlen die Krankenkassen die Kosten?
Im Rahmen des DMP steht den Patienten eine Schulung auf Kosten der Krankenkassen zu. Dafür verpflichtet sich der Patient, regelmäßige Kontrolluntersuchungen durchführen zu lassen. Dies liegt in seinem persönlichen Interesse.

Wer führt Schulungen durch?
Umfassende Schulungen gibt es in Diabetologischen Schwerpunktpraxen, wie wir eine sind. Auch diabetologisch geschulte Hausärzte können bestimmte Schulungen durchführen. Als Schwerpunktpraxis liegt uns die gute Zusammenarbeit mit Hausarztpraxen und Krankenhäusern sehr am Herzen. Um diese zu stärken, haben wir eine ärztliche Schulungsgemeinschaft gegründet, der viele Bonner Hausarztpraxen angehören. Zudem führen wir regelmäßige Qualitätszirkel für Ärzte und ihre Mitarbeiterinnen durch, um das Wissen zu vertiefen und die Kooperation zu verstärken. ■

Angebot an Diabetes-Schulungen

- Strukturierte Schulungen Typ-1- und Typ-2-Diabetes
- Typ 2 ohne Insulin/Typ 2 mit Insulin (BOT/CT)
- Typ-1-intensivierte konventionelle Insulintherapie (ICT/PRIMAS)
- Insulin-Pumpentherapie (CSII)
- Typ-2-intensivierte konventionelle Insulintherapie (ICT/MEDIAS)
- Gestationsdiabetes (Schwangerschaftsdiabetes)
- Hypertonie-Schulung (erhöhter Blutdruck)
- Strukturierte geriatrische Diabetiker-Schulung (SGS): für ältere Patienten
- Hypoglykämie (Unterzuckerungs)-Wahrnehmungsschulung (HYPOS)
- Neuropathie-Schulung: für Patienten mit Nervenstörungen (NEUROS)
- Adipositas-Schulung (ambulante Stoffwechsel-Rehabilitation)
- Einzelschulung und Beratung



Gabi Dohmen
Ltd. Diabetesberaterin DDG

Fotos: P. M. J. Rothe (4)

Dr.Kern
Facharzt- und Hausarztpraxis
Diabetologische Schwerpunktpraxis

Als Internistische Facharzt- und Hausarztpraxis betreuen wir alle Krankheitsbilder der Inneren Medizin.

Die Schwerpunkte unserer Praxis liegen auf der Prävention, Diagnostik und Therapie von Diabetes mellitus und diabetesbedingten Folgeerkrankungen.

Die Praxis Dr. Kern betreut alle Formen des Diabetes: Typ-1- und Typ-2-Diabetes, Sonderformen im Sinne des Typ-3-Diabetes sowie Schwangerschaftsdiabetes und diabetisches Fußsyndrom.

Neben der ärztlichen Behandlung ist die strukturierte Schulung als wichtiger Bestandteil der ärztlichen Therapie zentrales Instrument der Patientenbetreuung.

Ambulantes Diabetes– und Stoffwechselzentrum Bundesstadt Bonn
Anerkannte Behandlungseinrichtung für Patienten mit Diabetes mellitus Typ 1 / Typ 2 / Schwangerschaftsdiabetes (nach Richtlinien der Deutschen Diabetes Gesellschaft / DDG)

Hauptpraxis Bonn–Zentrum
Poppelsdorfer Allee 19
53115 Bonn-Zentrum

Praxisstandort Baumschulallee
(Schulungszentrum)
Baumschulallee 20A
53115 Bonn-Zentrum

Praxisstandort Bonn–Kessenich
Hausdorffstr. 163
53129 Bonn-Kessenich

Praxisstandort Bonn–Beuel
(am St. Josef-Hospital)
Johann-Link-Str. 11
53225 Bonn-Beuel

Praxisstandort Bonn–Holzlar
Holzlarer Str. 40
53229 Bonn-Holzlar

Kontakt
Tel.: 0228 / 22 31 63
0228 / 65 65 03
Fax: 0228 / 22 58 20
info@praxis–drkern.de

www.praxis-drkern.de

Natürlich perfekt schöne Zähne sind selten naturgegeben, sondern die Arbeit eines sehr guten Zahnarztes und eines ebenso guten Zahntechnikers. Ömür Pak ist Oral-Designer und gehört damit zu einem Zusammenschluss der besten Zahntechniker der Welt. Wir haben ihn in der Zahnarztpraxis von Dr. Natalie Paulsen getroffen und mit den beiden Zahnspezialisten aus Leidenschaft über perfekte Zähne, moderne Implantologie und die Angst vor dem Zahnarzt gesprochen.

INTERVIEW: SUSANNE ROTHE

Eine Frage der Ästhetik

Herr Pak, Sie sind einer von sieben Oral-Designern in Deutschland und arbeiten im Bonn Rhein-Sieg-Kreis exklusiv mit Frau Dr. Paulsen im Bereich Zahnersatz zusammen. Warum nur mit dieser Praxis?
Pak: Die Nachfrage nach unseren Produkten ist groß, aber wir beschränken uns auf Praxen, von denen wir absolut überzeugt sind, dass sie unsere Qualitätsansprüche erfüllen. Bei uns liegt die Messlatte sehr hoch und wir haben einen sehr geringen Toleranzbereich. Natalie Paulsen ist eine Ausnahme-Zahnärztin, die genau diese wichtigen Kriterien erfüllt.

Paulsen: Ich bin sehr froh, mit Ömür Pak zusammenzuarbeiten. Wir haben zwei große Gemeinsamkeiten: unser Streben nach optischer Schönheit und Perfektion in der Arbeit. Wir gehen – jeder in seinem Bereich – keine Kompromisse ein. Ich leiste in jeder Hinsicht hochwertige Arbeit. In den Bereichen, in denen ein Zahntechniker involviert ist, bin ich daher auch nicht bereit, Abstriche zu machen. Diese Arbeiten – Veneers, Kronen, Brücken usw. – müssen genauso hochwertig sein. Das ist mein Anspruch, von dem ich nicht abrücke.

Damit sind wir beim Thema Ästhetik. Was bedeutet das für Sie?
Pak: Ästhetik ist für mich in erster Linie Natur und nicht das, was oftmals als Ästhetik verkauft wird: Alles ist weiß und gleich. In der Natur ist nichts symmetrisch und auch nicht unbedingt ►

► vollkommen perfekt, aber trotzdem oder gerade deswegen ist es schön. Natur ist ein ausbalanciertes Chaos. Für mich ist etwas ästhetisch, wenn es aussieht, als ob es gewachsen wäre.

Paulsen: Ich sehe es etwas anders. Ich bin für Vollkommenheit, nach der sich doch beinahe alle Menschen sehnen und die von ihnen als traumhaft schön empfunden wird. Es gibt natürlich auch Menschen, die großen Wert darauf legen, dass man nicht sieht, dass die Zähne zahnästhetisch behandelt wurden. Das ist genauso legitim und wir können beide Wünsche, den nach natürlicher Schönheit und den nach einem vollkommenen Lächeln, erfüllen.

Natalie Paulsen und
Oral-Designer Ömür Pak

Pak: Ja, das ist richtig. Wir können natürlich schöne Zähne machen, die nahezu perfekt sind. Aber nur nahezu. So sehen sie wunderschön, aber dennoch natürlich aus. Keiner käme auf die Idee, dass diese Zähne aus den Händen eines Zahntechnikers stammen. Man muss letztendlich den Menschen sehen, mit ihm in Ruhe sprechen und dann schauen, was für ihn ästhetisch ist.

Paulsen: Das ist ganz wichtig. Der Zahnarzt darf nicht seine eigene Vorstellung von Ästhetik verwirklichen, man kann und muss die Patienten beraten, und sie entscheiden dann für sich alleine, was sie als ästhetisch empfinden und wie sie ihre Zähne haben möchten. Sie müssen sich schließlich damit wohlfühlen und mit ihren Zähnen leben.

Pak: Ich denke, man könnte unsere Vorstellung doch in einem Wort zusammenbringen: Harmonie. Die Zähne, die wir machen, müssen zum Gesicht des Patienten passen. Bei manchen Patienten sieht eine Symmetrie gut aus, zu anderen passt das nicht, denn es wirkt nicht harmonisch. Ästhetik ist Harmonie.

Sie legen großen Wert auf eine ganzheitliche Behandlung der Patienten. Was steckt dahinter?
Pak: Ganzheitlich bedeutet für mich als Zahntechniker, dass wir keine Materialien verwenden, die nicht in den Körper gehören. Wir arbeiten nur mit natürlichen Materialien. Ganzheitlich bedeutet für uns nicht nur einen schönen Zahn anzufertigen und diesen im Mund einzusetzen, der Zahn muss auch funktionieren. In der Natur hat alles eine gewisse Form aus der Funktion heraus. Es gibt in der Natur keine Form nur aus ästhetischen Gründen. Wenn ich beispielsweise Veneers (Anm. d. Red.: Veneers sind keramische Schalen, die den Schmelz ersetzen) herstelle, dann muss man immer bedenken, dass sie in erster Linie eine Funktion haben und dann natürlich auch gut aussehen sollen.

Paulsen: Für mich bedeutet ganzheitliche Behandlung, dass ich den ganzen Menschen sehe. Deswegen lasse ich meine Patienten auch sehr ausführliche Fragebögen ausfüllen. Ich möchte sie kennenlernen, das hilft mir dabei, die Behandlung so angenehm und entspannt wie möglich zu machen. Der Patient soll sich bei mir wohlfühlen und mit dem Ergebnis 100 Prozent zufrieden sein.

Strahlend schöne Zähne sind in den wenigstens Fällen selbstverständlich.
Paulsen: Natürlich nicht, aber man kann heute sehr viel dafür tun. Abgesehen davon, dass eine regelmäßige Prophylaxe sehr wichtig ist, haben wir mit der modernen Implantologie ganz neue Möglichkeiten, um auch Menschen, deren eigenen Zähne nicht erhalten werden können, ein schönes und natürliches Lächeln zu schenken.

Was zeichnet ein gutes Implantat aus?
Paulsen: Ein gutes Implantat ersetzt den Zahn in seiner Funktion und seiner Ästhetik und fühlt sich an, als wäre es schon immer da gewesen. Man spürt es nicht. Mir erzählen meine Patienten, sie lieben ihre Implantate. Wenn ich das höre, weiß ich, dass ich alles richtig gemacht habe.

Wann kommen Sie als Oral-Designer ins Spiel?
Pak: Dadurch, dass ich die Krone mache, die auf das Implantat kommt, bin ich von Anfang an im Spiel. Ein Beispiel: Wenn Sie ein Bild an die Wand hängen möchten, dann hauen Sie nicht einfach Nägel in die Wand und denken, hoffentlich passt das Bild dahin, sondern Sie überlegen erst, wo das Bild genau hängen soll, und halten es einmal an die Stelle, um zu schauen, ob es passt und gut aussieht. Dann erst hauen Sie die Nägel in die Wand. Und genau so muss auch ein Implantat geplant werden. Man muss zuerst schauen, wo der Zahn hin soll, wie er perfekt steht, damit er alle Funktionen erfüllen kann.

Paulsen: Dann muss ich sehen, dass der Zahn genau an die richtige Stelle kommt. Das mache ich mit Hilfe der 3D-Technologie. Durch dieses Ver-

fahren können der nötige Abstand zu sensiblen Nerven und die optimale Implantattiefe genau berechnet werden. So implantiere ich nicht nur nach Erfahrungswerten, sondern nach den tatsächlichen Gegebenheiten. Weil ich auch die Krone selbst setze, die Herr Pak gefertigt hat, gehe ich an die Implantierung ganz anders heran. Wenn ein Zahnchirurg das Implantat setzt, sieht er nur das Implantat und hat mit der Krone nachher nichts mehr zu tun. Ich bin aber für beides verantwortlich und habe das bei meiner Arbeit immer vor Augen.

Kommen wir noch einmal zur Zahntechnik. Ist sie noch echtes Handwerk?
Pak: Bei mir zu 100 Prozent. Unser Beruf unterliegt natürlich auch Veränderungen und Maschinen spielen mittlerweile eine Rolle. In meinem Labor allerdings lege ich Wert darauf, dass von Hand gearbeitet wird. Ich bin fest davon überzeugt, dass wir mit unseren Händen ein besseres Produkt herstellen als mit der Maschine. Wenn man mit den Händen arbeitet, arbeitet man mit seiner ganzen Seele und Liebe. Wenn man etwas maschinell herstellt, gibt man etwas von seiner Individualität auf. Das ist in unserem Beruf nicht gut. Jeder Patient ist individuell und hat ein Recht auf ein individuelles und zu ihm passendes Produkt. Eine Maschine kann da nicht mithalten.

> ***„Ein gutes Implantat spürt man nicht."***
>
> *Natalie Paulsen*

Paulsen: Ich kann das nur unterstreichen. Ich möchte für meine Patienten nur das Beste. Und genau das liefert Ömür Pak. Er arbeitet mit einer unglaublichen Präzision, Leidenschaft und Gewissenhaftigkeit. Ein Zahnersatz von ihm ist wie ein von Hand maßgeschneiderter Anzug. Er sitzt, als ob man nie etwas anderes getragen hätte.

Welche Rolle spielt bei Ihnen das Material?
Pak: Das Material spielt eine große Rolle. Ich arbeite mit einem Naturprodukt, der sogenannten Feldspatkeramik, die sich seit 25 Jahren bewährt. Alles, was schnell und billig ist, ist maximal seit drei bis vier Jahren erprobt. Da wissen wir noch nicht, wie es sich beispielsweise in zehn Jahren im Mund verhält. Wenn wir eine Krone fertigen, haben wir den Anspruch, dass wir diese Arbeit mit dem Patienten gemeinsam über viele Jahre pflegen. Das Material, das ich verwende, erfüllt diesen Anspruch und hat aufgrund seiner Struktur eine Farbwirkung und Brillanz, die von natürlichen Zähnen nicht zu unterscheiden ist. Mein Labor ist sehr modern ausgestattet, aber was das Material betrifft, greife ich auf die erprobten Klassiker zurück. Wir wählen das Material so aus, dass es nicht für uns die Verarbeitung einfacher, sondern das Produkt besser macht.

Sie haben auch Patientenkontakt, das ist eher ungewöhnlich.
Pak: Ja, das ist nicht unbedingt üblich. Für mich sind gute Ergebnisse ohne Patientenkontakt aber undenkbar. Damit alles perfekt aussieht und präzise sitzt, passe ich den Zahnersatz direkt beim Patienten an.

Paulsen: Bei den ästhetischen Arbeiten geht es auch meiner Meinung nach nicht ohne Patientenkontakt. Wenn das Ergebnis perfekt sein soll, muss der Zahntechniker den Patienten sehen. Daher habe ich für Ömür Pak auch einen Arbeitsplatz eingerichtet. Im Übrigen ermöglicht es uns in einigen Fällen, Implantate an einem Tag zu setzen. Die Patienten kommen morgens in die Praxis. Wir entfernen die kaputten Zähne und setzen die Implantate. Danach geht der Patient erst einmal wieder nach Hause und bekommt dann abends die gefertigten Zähne auf die Implantate gesetzt.

Viele Menschen haben Angst vor dem Zahnarzt und scheuen den Gang dorthin. Sie, Frau Dr. Paulsen, werden von solchen Patienten aufgesucht ...
Paulsen: Ja, 90 Prozent aller von mir Behandelten waren früher Angstpatienten. Das Wichtigste ist, dass ein Vertrauensverhältnis aufgebaut wird und die Patienten wissen, dass ich ihre Sorgen und Ängste ernst nehme. Daher nehme ich mir auch sehr viel Zeit für ein ausführliches Beratungsgespräch. Gemeinsam legen wir den für die Patienten akzeptablen Weg für eine schmerzfreie und entspannte Behandlung fest. Es gibt die Möglichkeit, Behandlungen unter Vollnarkose durchzuführen. Da arbeite ich mit einer sehr erfahrenen Narkoseärztin zusammen, die die Patienten während der Behandlung und auch noch danach betreut. Außerdem können wir den Patienten in einen Dämmerschlaf versetzen. Hypnose ist eine weitere Möglichkeit, die sehr gut funktioniert. Wir führen jegliche Zahnbehandlung so einfühlsam und schmerzfrei wie möglich durch.

Welche Rolle spielt die Atmosphäre im Hinblick auf einen entspannten Zahnarztbesuch?
Paulsen: Eine sehr große. Je weniger es nach Zahnarzt aussieht, desto entspannter ist der Patient. Wir haben Räume, die die Atmosphäre eines Luxushotels vermitteln. Wir spielen schöne Chill-out-Musik und bemühen uns in jeder Hinsicht, den Besuch bei uns zu einer möglichst angenehmen Erfahrung zu machen. Wer möchte, dem servieren wir auch einen Latte macchiato, Tee oder ein Glas Prosecco.

Zum Schluss eine eher persönliche Frage an Sie beide: Gehen Sie selbst gerne zum Zahnarzt?
Pak: Ich war auch Angstpatient, habe aber mittlerweile den Zahnarzt meines Vertrauens gefunden (lacht und blickt auf Natalie Paulsen) und gehe gerne zum Zahnarzt.

Paulsen: Ich habe zum Glück sehr selten Grund, einen Zahnarzt aufsuchen zu müssen. Aber auch für mich ist eine Zahnbehandlung Vertrauenssache. Vertraue ich jemandem, fühle ich mich deutlich entspannter.

Ömür Pak
Der Titel Oral-Designer wird von der „Oral Design Foundation" verliehen. Ziel von Gründer Willi Geller ist es, die besten Zahntechniker der Welt zu vereinen, die garantiert höchstmögliche Qualität, Präzision und Ästhetik bieten. Ömür Pak erhielt den Titel 2009.

www.strahlend-laecheln.eu

Natalie Paulsen
Natalie Paulsen hat in Bonn Zahnmedizin studiert. 2002 hat sie sich mit einer eigenen Zahnarztpraxis in Bad Honnef niedergelassen. Praxis-Schwerpunkte sind 3D-Implantologie, hochwertige ästhetische Zahnheilkunde, Prophylaxe und die Behandlung von Angstpatienten.

www.praxis-paulsen.de

Dr. med. dent. Natalie Paulsen
Am Saynschen Hof 8,
53604 Bad Honnef
Tel.: 02224 911033

Fotos: P. M. J. Rothe (3)

Wir treffen …

Klaus und Thomas Gerwing

Wärme, Wasser und Energie sind ihr Element. Die Firma Gerwing Söhne zählt im Großraum Bonn zu den führenden Spezialisten in Elektro-, Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik. Wir treffen die beiden Geschäftsführer Klaus und Thomas Gerwing im Weingut Sülz. Bei einem Glas Riesling plaudern wir über die Kultur des Badens, Väterstolz und den Geschmack der Heimat.

INTERVIEW: MARTIN THEOBALD

Heute ist Samstag. Das ist doch eigentlich der Badetag!
Klaus Gerwing (lacht): Ja, früher, damals, in grauer Vorzeit, mag man heute meinen. Aber ganz ehrlich, ich glaube, mein Bruder und ich, wir können uns auch noch daran erinnern, dass früher der Samstag Badetag war. Da wurde das Badezimmer eingeheizt …

Thomas Gerwing: … sofern es denn überhaupt ein Badezimmer gab. Bei vielen Familien, das darf man auch nicht vergessen, wurde der Badezuber in die Küche gezogen. Klaus, ich glaube, wir hören uns wie zwei alte Männer an, die aus grauer Urzeit erzählen.

Was hat sich denn geändert?
Thomas Gerwing: Wir haben eine Kultur des Badens entwickelt. Eine Kultur des Badens allerdings im privaten Raum. Eine Badekultur im öffentlichen Raum gab es schon im alten Rom. Man braucht sich dazu nur die prächtigen Thermen in Trier anzuschauen, um zu verstehen, welchen Stellenwert das Baden damals hatte. Aber öffentlich! In der Gemeinschaft! Im Mittelalter hat diese Kultur dann ihren Stellenwert eingebüßt. Grund dafür waren zum einen Krankheiten und Seuchen, zum anderen aber auch religiöse Vorschriften, die Sitten und Moral beeinflussten. Die Scham nahm zu.

Klaus Gerwing: Das Baden wurde ganz aus dem Leben verbannt. Im Schloss Versailles gab es sogar gar keine Badezimmer. Erst mit der Industrialisierung wurde wieder die Notwendigkeit erkannt. Aber Baden war dabei einfach nur auf Schmutz abwaschen reduziert. Das war auch noch in der Nachkriegszeit so, erst in den Siebziger- und Achtzigerjahren begann es sich allmählich zu wandeln. ▶

► Thomas Gerwing: Ja, das Badezimmer wurde zunächst in die Wohnung integriert und ihm wurde Raum gegeben.

Klaus Gerwing: Ja, Raum und Platz. Im Laufe der Zeit wurden Badezimmer immer größer. Zu Recht. Das Bad bekam einen neuen Stellenwert im Leben. Heute ist es kein Ort mehr, an dem ich mir den Schmutz abwasche, sondern ein Raum, in dem ich meinen Stress vergesse, in den ich mich zurückziehen kann und in dem ich vom Alltag entspanne.

Wie sieht denn das Bad von heute aus?
Klaus Gerwing: Früher, bis in die Siebzigerjahre, war ein Bad zweckmäßig. Waschbecken, Wanne, Toilette. Dazu die unvermeidliche Fliese in Pastelltönen. Rosa, gelb, blau, grün. Eine Armatur war eine Armatur. Standard.

Thomas Gerwing: Ja. Es ist damals kein Mensch auf die Idee gekommen, beispielsweise eine Pflanze im Bad aufzustellen. Oder auf Annehmlichkeiten zu achten. Heute machen sich Bauherren wesentlich mehr Gedanken über das Badezimmer. Wo wird welche Wanne stehen? Welche Armaturen will ich haben?

Klaus Gerwing: Ganz praktisch bedeutete das für uns, dass wir zum Beispiel einen Showroom eingerichtet haben, in dem wir unseren Kunden zeigen können, was momentan Stand der Dinge ist. Früher war ein Duschkopf ein Duschkopf. Heute kann ich damit ungemein mehr machen. Massagestrahl, Regenschauer, ich kann Licht integrieren und noch viel mehr.

Das veränderte doch auch Ihr Unternehmertum.
Klaus Gerwing: Auf alle Fälle. Wir sind heute nicht nur Experten in den Gewerken von Sanitär, Heizung, Elektro und Klima, sondern wir haben beispielsweise auch Spezialisten für Bad-Design. Der Anteil und die Qualität der Beratung sind gestiegen.

Thomas Gerwing: Wir zeigen unseren Kunden, was möglich ist, was gut aussieht, den jeweiligen Vorstellungen entspricht, vor allem aber auch, was Zukunft hat. Insbesondere in Hinblick auf Nachhaltigkeit und Vernunft. Da ist der Markt derzeit ungemein in Bewegung und es gibt eine unübersichtliche Anzahl von Angeboten, die nicht immer zu dem passen, was sich der Hausherr …

Klaus Gerwing: … und auch die Dame des Hauses …

Thomas Gerwing: … ja, und auch die Dame des Hauses sich vorstellen. Wir realisieren mit unserem Team und den Kunden gemeinsam das Bad oder die Klimalösung, die die Anforderungen von Qualität, den Wunsch nach Design mit den Herausforderungen des zur Verfügung stehenden Platzes und den Bedingungen der Energetik zusammenbringt und dabei den gesetzten Kostenrahmen nicht sprengt.

Das klingt ja nach einer Unternehmensphilosophie.
Klaus Gerwing: Ja, ist es. Es ist das, für was wir stehen, was wir sind.

Thomas Gerwing: Ja, unbedingt.

Klaus Gerwing: Und das auch in der kommenden Generation. Denn mein Sohn Roland und Stefan, der Sohn von Thomas, werden das Geschäft fortführen. Was uns, da kann ich auch für meinen Bruder sprechen, stolz macht. Stefan ist mit seinem betriebswirtschaftlichen Studium noch nicht ganz fertig. Roland arbeitet bereits im Betrieb.

Thomas Gerwing: Mit ihnen kommen auch neue Ideen. Das finde ich interessant. Beide haben wieder ihre eigene, persönliche Herangehensweise an das Thema. So war es auch, als wir die Firma von unserem Vater übernommen haben. Da ist auf der einen Seite die Tradition, die für Beständigkeit und Zuverlässigkeit spricht, auf der anderen Seite aber auch der Wandel, der das Unternehmen für neue Trends, neue Technologien und neue Herausforderungen öffnet. Und, na klar, man ist als Vater stolz darauf, wenn der Sohn ins Familienunternehmen einsteigt.

Klaus Gerwing: Es zeigt ja, dass sich unsere Söhne für unsere Arbeit, für unser Geschäft interessieren.

Der Stolz der Väter. Haben Sie Ihren Söhnen auch die Heimatverbundenheit in die Wiege gelegt?
Thomas Gerwing: Ob jetzt unbedingt in die Wiege gelegt, weiß ich nicht. Aber wenn man in dieser Region, ich korrigiere, in dieser schönen Region aufwächst, dann fällt einem Heimatverbundenheit leichter. Insbesondere auch dann, wenn die Region wirtschaftlich gesund ist. Denn die schönste Gegend nützt nichts, wenn dort der Hund begraben ist.

Dennoch verlassen Sie als Ramersdorfer die Heimat und machen sich auf nach Dollendorf …
Klaus Gerwing (lacht): … eine Weltreise. Aber genau das meint Thomas. Es sind nur zehn Minuten mit dem Rad und ich bin inmitten herrlichster Weinberge, in wunderschönen Weinlokalen, in denen der Wein noch besser schmeckt.

Welcher Wein muss es denn sein?
Klaus Gerwing: Riesling.

Thomas Gerwing: Und nichts anderes. Es ist für mich der Wein der Region, der Heimat. In diesem Glas hier ist alles drin, was die Heimat ausmacht.

Klaus Gerwing: So schmeckt die Heimat.

Thomas Gerwing: Ja, der mineralische Geschmack des Bodens.

Klaus Gerwing: Die Fruchtigkeit, aber auch die Sonne. Das ist einmalig. Man schmeckt auch den Humor durch.

Thomas Gerwing: Das muss man hier im Weingut Sülz genießen.

Nicht doch in einer Badewanne zu Hause?
Thomas Gerwing (lacht): Da muss es unbedingt ein Rotwein sein.

Von der Ahr?
Thomas Gerwing: Nein, ich möchte den Ahrwinzern nicht zu nahetreten, aber da braucht es südländische Gelassenheit. Ich würde einen Roten aus dem Languedoc empfehlen.

Klaus Gerwing (lacht ebenfalls): Wir werden unseren Kunden eine Liste zusammenstellen, welche Weine zu ihrem privaten Wellnesstempel passen. ■

Fotos: P. M. J. Rothe (2)

www.stuck-linden.de

Wir schaffen Räume.

Restaurierung eines denkmalgeschützten Wohn- und Geschäftshauses in Köln, Venloer Str. 16: Um das Baudenkmal zu erhalten und modern nutzen zu können, wurde im Erdgeschoss eine beschädigte Kassettendecke in enger Absprache mit der Denkmalpflege abgetragen und entsprechend den aktuellen Brand- und Schallschutzauflagen wieder aufgebaut.

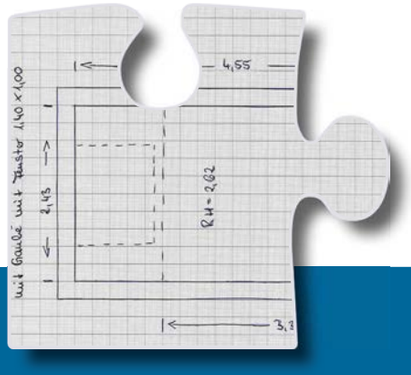
Seit mehr als 40 Jahren leben Menschen in Räumen, die wir geschaffen haben.

Stuck · Putz
Trockenausbau
Linden
Stukkateure seit Generationen

KOMPETENZ
rund ums Bad

Sie träumen von einem schönen, neuen Badezimmer? Von einer Wohlfühloase, in die Sie abtauchen und dem Stress entfliehen können? Doch Sie fürchten aufwendige Baumaßnahmen, Termindruck und Schmutz? Hier bieten die Expertinnen und Experten des badteams Bonn-Rhein-Sieg eine Lösung.

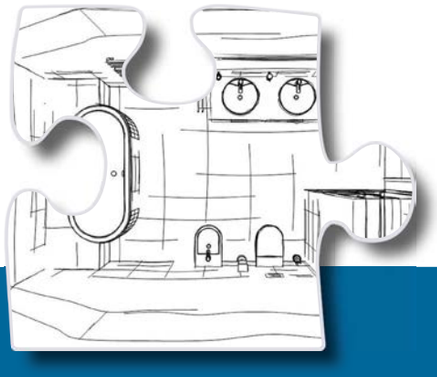
Das Badezimmer: Früher ein stiefmütterlich behandelter Raum, ein Muss in jedem Haus, in jeder Wohnung, dem wenig Aufmerksamkeit gewidmet wurde. Das hat sich im Laufe der Zeit grundlegend geändert. Das Badezimmer wurde zum Entspannungsidyll im Alltagsstress. Doch wie wird das alte, enge Badezimmer zur modernen Wohlfühloase, die heute schon die Anforderungen an ein Generationenbad erfüllt? Das regionale Kom-



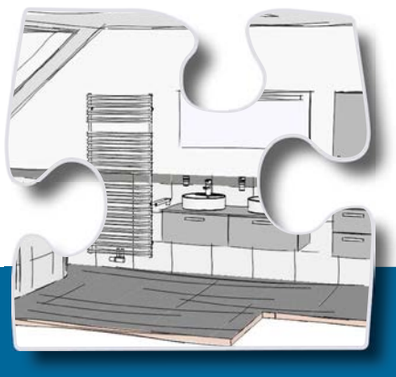
In vier Schritten begleiten die Expertinnen und Experten des badteams Bonn-Rhein-Sieg die Bauherren zum Wohlfühlbad.

Schritt 1
Badcheck

petenz-Netzwerk aus 16 erfahrenen Sanitär-Meisterbetrieben macht aus Ihrem Bad ein privates Spa. Dabei erhalten Sie alle Leistungen komplett aus einer Hand – von einem der Meisterbetriebe, der die Federführung übernimmt. Das bedeutet für Sie: nur ein Ansprechpartner für alle Baumaßnahmen, der die einzelnen Gewerke koordiniert. Moderne Badezimmer sind mittlerweile kein rein funktionaler Raum mehr und weitaus mehr als nur einer, in dem man sich lediglich wäscht. Sie haben an Stellenwert gewonnen und sind eine Welt für sich – Entspannungstempel und Rückzugsrefugium. Ebenerdige Duschen, komfortable Badewannen von bekannten Designern, Lichteffekte für jede Tageszeit, leise rieselnde Regenschauer-Brause und übergroße Naturfliesen – man kann es sich so schön und vor allem für jeden Lebensabschnitt gleichzeitig komfortabel machen. Doch Arbeiten im Bestand sind aufwendig. Es muss gut geplant und viele Schritte müssen koordiniert werden, damit es zügig und möglichst problemlos abläuft. Ein Gewerk ergänzt das andere. Viele Menschen schrecken daher zu Recht davor zurück, ihr Badezimmer in Eigenregie umzubauen. Hier müssen Fachleute wie das badteam Bonn-Rhein-Sieg her – kompetent, erfahren und gut ►



Schritt 2
Konkrete Planung



Schritt 3
Umsetzung

Schritt 4
Fertigstellung

► vernetzt. Jeder der Bäder-Spezialisten bietet für seine Kunden alle notwendigen Leistungen an. Sie können sich derweil ganz entspannt auf Ihr Traumbad freuen.

Die professionelle Unterstützung des badteams umfasst vier Konzeptschritte. Es beginnt mit einem Badcheck zu Hause. Die Fachleute schauen sich genau die örtlichen Gegebenheiten an. Wo laufen welche Leitungen, was ist zu entsorgen, wie sieht es mit den räumlichen Voraussetzungen für den Staubschutz aus?

Danach erfolgt in enger Abstimmung mit dem Bauherrn und unter Berücksichtigung des vorgegebenen Budgets die Planung des neuen Badezimmers beziehungsweise der Arbeitsmaßnahmen. Umsetzung und Fertigstellung schließen sich an und ein Zufriedenheitscheck am Ende ist selbstverständlich.

Wichtig: Der Bauherr hat über alle Arbeitsschritte hinweg nur einen Ansprechpartner. Dieser übernimmt den Kontakt zu den jeweils beteiligten Gewerken. Sie als Auftraggeber müssen sich um nichts kümmern – weder um die Koordination der Sanitärmaßnahmen, aber vor allem auch nicht um die der Fliesen- und Naturstein- sowie Maler-, Elektro- und Schreinerarbeiten. Am Ende erhält der Bauherr für sein neues Traumbad eine einzige Schlussrechnung über alle Gewerke mit einer Gewährleistung von fünf Jahren auf die gesamten Arbeiten.

Über das besondere Dienstleistungsspektrum, neue Trends und Techniken informiert das badteam Bonn-Rhein-Sieg zweimal im Jahr im Rahmen der „BadMacher Tage“. Unterstützt werden die Badezimmer-Profis dabei von der Firma Neugart, in deren Badausstellungen in Bonn und Hennef die jeweiligen „BadMacher Tage“ stattfinden. ■

badteam
Bonn-Rhein-Sieg

Am Propsthof 17,
53121 Bonn

Max-Planck-Straße 2,
53773 Hennef

www.badteam-bonnrheinsieg.de

Fotos: Neugart (7)

GROHE GRANDERA
WILLKOMMEN ZU HAUSE

GROHE SPA

GRANDERA

grohe.de

1

KEUCO – FASZINATION FÜRS BAD

Innovative Armaturen und komplette Badeinrichtungen von KEUCO *sorgen für Wohlbefinden im Bad*

Sinn und Sinnlichkeit – die Leidenschaft fürs Bad liegt KEUCO in den Genen und ist den Produkten anzumerken. Ein KEUCO-Bad weckt Emotionen. Es ist ein intimer Ort des Wohlfühlens. Es vereinigt Ästhetik, Ergonomie und Funktionalität. In keinem anderen Raum ist diese Herausforderung so spannend und so anspruchsvoll wie im Bad.

Seit der Gründung im Jahr 1953 vollzog das Unternehmen, das sich auch heute noch in Familienbesitz befindet, eine ebenso rasante wie nachhaltige Entwicklung. Vom Marktführer für hochwertige Bad-Accessoires wandelte KEUCO sich zur Marke fürs Bad mit einem großen Sortiment aus Armaturen, Accessoires, Möbeln, Waschtischen und Spiegelschränken. Im Zentrum stand dabei schon früh die Idee, Einrichtungskonzepte anzubieten, mit denen Bäder komplett ausgestattet werden können.

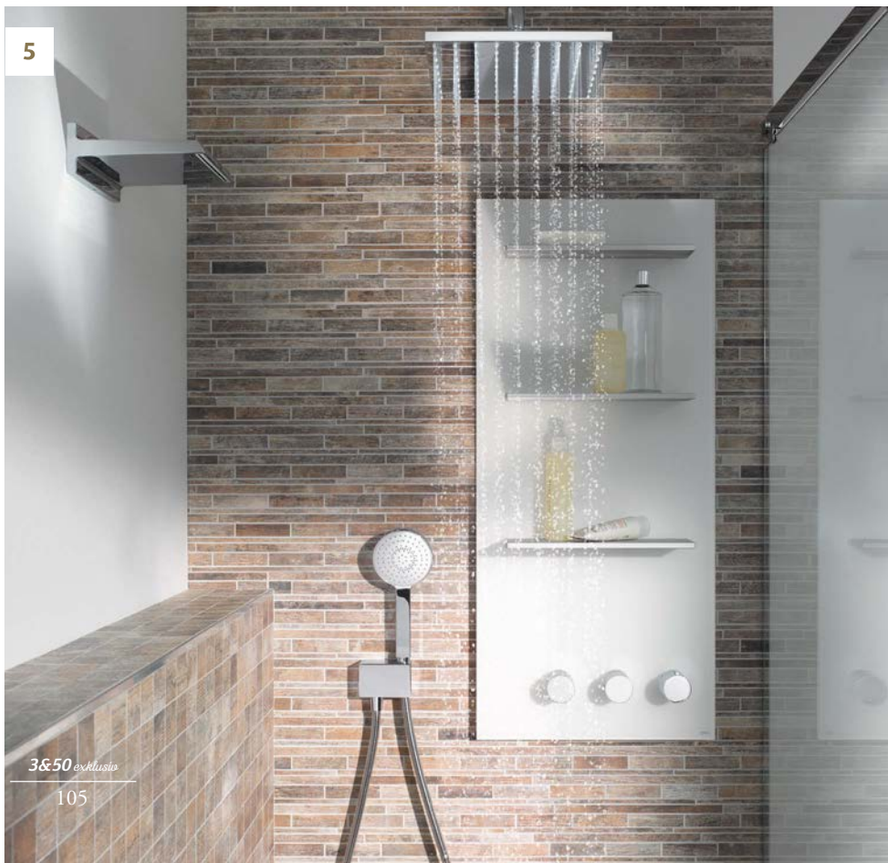
ANZEIGE

meTime_spa:
innovative Armatur für Dusche und Wanne

Entspannung und Regeneration: Wellness beginnt bei einem wohnlichen Ambiente und wirkt gesundheitsfördernd und wohltuend.

meTime_spa ist ein elegantes, völlig neuartiges Unterputzthermostat für Dusche und Wanne mit viel Ablagefläche und eigenständigem Design. Großformatige Glasborde in zwei Abmessungen setzen farbige Akzente in matt oder glänzend. Die besondere Beschichtung der Glasoberfläche ist hygienisch und lässt das Wasser abperlen. Die Farbauswahl reicht von klarem Weiß bis zu satiniertem Cashmere und eröffnet damit einen großen Gestaltungsspielraum.

Auch in der Funktion bietet die Armatur eine enorme Vielseitigkeit. Für ein außergewöhnliches Duscherlebnis können über ein Thermostat bis zu drei Zapfstellen angesteuert werden – egal ob Kopfbrause, Schwallbrause, Handbrause oder Gussschlauch – ganz individuell ...



1 Perfekt abgestimmtes Design rund um den Waschtisch: Einbauspiegelschrank und Waschtisch aus der Serie Royal 60, Armaturen, Accessoires und Waschtischunterbau aus der Serie EDITION 11.

2 Das Element Wasser zieht Menschen seit jeher in den Bann. Besonders faszinierend wird es in Form eines Wasserfalls. Mit der ästhetischen Schwallbrause von KEUCO lässt sich dieses Wassererlebnis ins eigene Bad holen: Das Gefühl, unter einem Wasserfall zu duschen, die ursprüngliche Kraft des Wassers auf sich einwirken zu lassen, lässt auch Geist und Seele entspannen.

3 Clever und schick: Wie ästhetisch-technische Innovationen aussehen können, zeigt auch der Schwammkorb der EDITION 11 von KEUCO mit integriertem, herausziehbarem Glasabzieher. Nach Benutzung verschwindet der Glasabzieher unter der hochwertigen und pflegeleichten Aluminiumstellfläche des Schwammkorbs.

4 Die Armatur meTime_spa, entworfen von Tesseraux+Partner, Potsdam, hat den „iF product design award 2014" gewonnen, ein weltweites, anerkanntes Markenzeichen, wenn es um ausgezeichnete Gestaltung geht.

5 Dass Duscharmaturen nicht immer gleich aussehen müssen, zeigt KEUCO mit der Serie meTime_spa. Was auf den ersten Blick wie ein praktisches Regalelement aussieht, zeigt sich bei genauerem Hinsehen als eine außergewöhnliche Armatur. Die hochwertigen Ablagen aus Aluminium sind sowohl funktional als auch ein designgebendes Element.

KEUCO

KEUCO GmbH & Co. KG
Oesestr. 36
D-58675 Hemer

Telefon: +49 2372 904 - 0
Fax: +49 2372 904 - 236
E-Mail: info@keuco.de
Internet: www.keuco.de

Fotos: Keuco (5)

SCHNITZEL JAGD

Kleine Kinder träumen davon, einmal in ihrem Leben einen Schatz zu finden. Viele lässt dieser Traum nicht los, auch wenn sie längst groß sind. Mit Geocaching können sie ihn jetzt ausleben – wir haben diese moderne Form der Schatzsuche unter die Lupe genommen.

Bewaffnet mit einem Navigationsgerät und den Koordinaten, die wir auf entsprechenden Seiten im Internet erhalten haben, machen wir uns auf die Suche nach „unserem Schatz". Hoch konzentriert folgen wir dem Pfeil auf dem GPS-Empfänger. Einen Bach überqueren? Kein Problem! Querfeldein geht es weiter. Wir vertrauen blind auf das Navi. Es wird schon den richtigen Weg weisen – leider auch bergauf. Es ist rutschig und die Kondition lässt irgendwann nach. Spätestens hier ist klar: Eine Schatzsuche macht sehr viel Spaß, ist aber kein Zuckerschlecken und trotz neuester Technik immer noch anstrengend. Nur noch wenige Meter, dann haben wir es! Unter einem Baum, mit Laub bedeckt, ist der „Schatz" versteckt. Anstelle von Gold- und Silber, wie in alten Piratenfilmen, ist unser Fund eine kleine Figur – ein Spiderman aus Plastik. Stolz und zufrieden nehmen wir ihn, legen ein kleines Büchlein hinein und tragen uns zum ersten Mal in den vorgesehenen Notizblock ein. Jetzt muss der Schatz nur noch wieder gut versteckt werden und unsere erste Erfahrung mit Geocaching ist erfolgreich beendet.

Seit 2000 gibt es diese moderne Art der Schnitzeljagd. Geocaching bezeichnet eine reale Outdoor-Schatzsuche, bei der GPS-taugliche Geräte verwendet werden, über die man zum Schatz geleitet wird. Der Verstecker des Schatzes hat dessen Koordinaten auf Internetseiten wie www.geocaching.com veröffentlicht. Der Cache ist ein mehr oder weniger gut versteckter und getarnter, oftmals wasserdichter Behälter, der ein Logbuch enthält, in das man sich mit Namen und Datum einträgt. Der Beweis, dass man den Cache gefunden hat. ►

► Zusätzlich kann ein Finderlohn hinterlegt sein, der nicht wertvoll, sondern beispielsweise eine kleine Figur wie Spiderman ist, manchmal sind es sogar Bücher oder CDs. Wer etwas entnimmt, muss – so ein ungeschriebenes Cachergesetz – etwas mindestens Gleichwertiges hineinlegen.

Wichtig: Der Geocache wird an genau derselben Stelle wieder versteckt, an der man ihn gefunden hat. Nur so ist gewährleistet, dass ihn andere Geocacher auch sicher wiederentdecken können und ebenfalls ihren Spaß haben. Zu Hause wird der Fund dann auf der Internetseite eingetragen (= geloggt), von der die Cachebeschreibung entnommen wurde. Der Handel der Tauschgegenstände wird ebenfalls dort dokumentiert, z. B. „IN: Gummiball, OUT: Figur“ oder „NO TRADE“, wenn nichts getauscht wurde.

Mittlerweile gibt es weltweit bereits mehr als zwei Millionen Geocaches in über 200 Ländern, von Afghanistan bis Simbabwe. Die meisten Caches findet man in den USA. Aber auch Deutschland ist vom „Schatzsuche-Fieber“ infiziert. Immerhin liegt circa jeder siebte Geocache in Deutschland.

Um auf elektronische Schatzsuche zu gehen, braucht man nur einige wenige Dinge: einen – meist kostenlosen – Zugang zu einer Geocaching-Datenbank im Internet und ein Navigationsgerät oder Smartphone mit entsprechender Geocaching-App. Wichtig ist gute Outdoorkleidung mit festem Schuhwerk, weil man ja nie weiß, wohin und woher das Navi einen führt. Ein Notizblock ist hilfreich, um unterwegs Informationen zum Geocache und die Koordinaten zu notieren. Gute GPS-Geräte gibt es ab etwa 100 Euro. Empfehlenswert sind Geräte mit Kartendarstellung, weil sie eine anschauliche Suche ermöglichen. ■

Lässt keine Wünsche offen
Falk LUX 32 DE
ab 399,95 Euro

Diese Software-Produkte helfen bei der „Schatzsuche“:

- Smartphone-Caching-App von Groundspeak
- c:geo – eine kostenlose Geocaching-App, die nur für Android erhältlich ist
- TomTom Navigator – ein Programm zur Straßennavigation mit Autoroutingfunktion
- TOURATECH-QV3 – eine vielseitig einsetzbare GPS- und Navigationssoftware
- OziExplorer – eine universelle GPS-, Routenplanungs- und Moving-Map-Software
- GPS-Drive – ein Open-Source-Navigationsprogramm
- Glopus – ein Programm für Pocket-PCs, das Informationen von einem GPS-Empfänger anzeigen und verarbeiten kann
- FollowMe – ein Programm für Pocket-PCs, das auf dem PPC einen GPS-Empfänger nachbildet
- GeoShrine – eine Freeware, die papierloses Geocachen möglich macht

Weitere Informationen unter www.geocaching.de

Kinderleicht und günstig
Garmin eTrex 10
ab 119 Euro

Guter Empfang
Garmin GPSMAP® 64
ab 299 Euro

Für Anfänger
Navin miniHomer 2.8
ab 79,90 Euro

Einige Begriffe aus dem Geocaching:

Cache ist der „Schatz“ beim Geocaching. Er wird vom Owner versteckt und von den anderen Geocachern gesucht.

Owner ist derjenige, der einen Cache erstmals auslegt und damit auch dessen Kategorie, Versteck, Hinweise etc. bestimmt.

Beim *Rätsel-Cache* müssen, wie es der Name schon sagt, ein oder auch mehrere Rätsel gelöst oder Codes entschlüsselt werden. Diese Caches sind auch als Mystery- oder Puzzel-Caches bekannt.

Webcam-Cache ist eine virtuelle Variante des Spiels. Hier wird kein Schatz gesucht, sondern ein Webcam Bild. Das Bild wird geloggt und veröffentlicht.

Geocache-Codes: Jeder Cache erhält einen Code zugewiesen, der ihn für jeden Cacher in jeder Geocaching-Datenbank auffindbar macht.

Spoiler verraten im Voraus Details zum finalen Versteck.

Intuitiv
Garmin Dakota™ 20
ab 249 Euro

Fotos: ZNEX Deutschland GmbH & Co.KG, Garmin Deutschland GmbH (4), Falk-Outdoor (2)

www.van-de-sandt.de

LUST auf Tapetenwechsel?

SEIT MEHR ALS 90 JAHREN
BONNS GUTE ADRESSE FÜR

MALERARBEITEN
FASSADENREINIGUNG
RESTAURATIONSARBEITEN
FUßBODENBELÄGE
TROCKENAUSBAU
BETONSANIERUNG

van de sandt GmbH
malerwerkstätten

Bonner Talweg 55 · 53113 Bonn
Tel.: 0228 - 21 05 91/95 · Fax: 0228 - 26 10 81
info@van-de-sandt.de

Hinter den Kulissen

Bis 3&50 exklusiv druckfrisch in Ihren Händen liegt,
vergehen einige spannende Wochen. Mit einem neuen Creative Director.

Für nicht wenige Rheinländer ist ein Berliner ein faustgroßes Siedegebäck, in Fett ausgebacken. Wehe, man bestellt einen solchen in der Hauptstadt. Dann bekommt man zur Antwort, dass man sich einen fangen möge. Das haben wir gemacht.

An der Angel hing unser neuer Creative Director: Martin Theobald, dem Rheinland verbunden, in Berlin verwurzelt, zeichnet nun für die kreative Linie von 3&50 exklusiv verantwortlich. Dabei stehen Storytelling in Text und Foto, Konzepte für Marketing und PR ganz klar im Vordergrund, denn das ist seine eigentliche, journalistische wie werbliche Heimat. Wobei er es mit diesem Begriff nicht ganz so genau nimmt.

Nach einem Redaktionsvolontariat in Bonn, Düsseldorf, Hamburg und New York City, dem Studium in Karlsruhe, Trier und Pécs, dem Arbeiten unter anderem in Oslo, London und Luxemburg bereiste er vor, nach und währenddessen die weite Welt. 58 Länder der Erde sind es bislang, nicht alle davon freiwillig, wie er immer kleinlaut gesteht. Er kümmerte sich um den Weltfrieden im Kosovo, genauso wie er bei der Entwicklung in Nicaragua half, Norwegern Telekommunikation erklärte und Luxemburgern über Politik schreibt. Doch jeweils für zehn Tage führt zwei Mal im Jahr kein Weg vorbei an seiner Wahlheimat Berlin und dem Mittelmeergestade von Cannes. Dann setzt er sich in Kinosäle und schaut sich auf den beiden bedeutendsten Filmfestivals der Welt – auch richtig schlechte – Filme an. Obwohl er in Cannes lieber am Strand liegt. Oder seiner zweiten Leidenschaft frönt: französischer Punkmusik.

Bonn mag er. Jeden Meter am Rhein, von dem man das Siebengebirge betrachten kann, jeden Radweg, der zielführend ausgeschildert ist, und zudem den luxemburgischen Entwurf für das Beethoven-Festspielhaus. Bonn mag er. Bis Freitagabend, 19 Uhr. Dann ruckelt er nervös auf seinem Stuhl hin und her, schielt in Richtung Bahnhof und sehnt den Moment herbei, in dem es wieder nach Berlin geht. Übers Wochenende. Obwohl er jahrelang in Plittersdorf lebte, nennt er sich nun Friedenauer. Aber auch das lässt sich ändern, die Redaktion arbeitet daran! ■

3 FRAGEN AN IHN:

WAS IST KREATIV?
All das, was die Welt schöner macht.

WO IST ES AUF DER WELT AM SCHÖNSTEN?
An einem Sommermorgen um fünf Uhr mit dem letzten Drink im Biergarten der Kaiserdiele am Berliner Südwestkorso, um zehn Uhr im Obergeschoss der Villa Panza, Varese (Italien), mit all ihrer Kunst, nachmittags um vier auf dem Kreuzpodest in Kastel-Staadt, Kreis Trier-Saarburg, mit Blick über die Stille eines Tages, um sechs Uhr auf der jordanischen Seite des Toten Meers, wenn die Sonne über Jerusalem untergeht, zwei Stunden später in der Bastei in Plittersdorf mit Blick aufs Siebengebirge und um elf Uhr abends mit Freunden im Ace, Palm Springs, Kalifornien.

WAS FEHLT?
Bei Kunden der Mut zur Story. Bei mir: auf der Reiseliste Punta del' Este in Uruguay und die neue CD von Catherine Ringer.

Foto: P. M. J. Rothe

Design & Funktion
für Büro & Praxis

Unsere Office- und Praxisbäder werden Ihren Besuchern in Erinnerung bleiben. Mit Leidenschaft und Kompetenz planen und bauen wir Bäder mit Schönheit, Ergonomie und Funktionalität. Bäder von Gerwing sind aus einer Hand: von der Beratung, über die Planung bis zur perfekten Umsetzung.

GERWING • SÖHNE GmbH
Wärme • Wasser • Energie

Gerwing Söhne • Röhfeldstr. 9 • 53227 Bonn
www.gerwing-soehne.de

TERMINE, TERMINE ... *EINIGE HIGHLIGHTS DER SAISON*

NEUES AUS TANZ, THEATER & KONZERT

Dieser Sommer bietet uns Kultur in ihrer ganzen Vielfalt. Tanz, Kabarett, Konzert und natürlich viele, viele Open-Air-Veranstaltungen. Genießen Sie die warme Jahreszeit – klassisch bei einem Picknick mit Beethoven, romantisch mit der Taschenlampe vor der Kulisse des Poppelsdorfer Schlosses, feurig und leidenschaftlich auf Burg Monschau oder asiatisch im Phantasialand.

KABARETT

LADIES NIGHT – GANZ ODER GAR NICHT

Ein Stück über „männschliche" Schwächen, über Geldnot, Freundschaft, Verzweiflung, Mut und Größenwahn. Bekannt wurde die „Enthüllungskomödie" der beiden Neuseeländer Stephen Sinclair und Anthony McCarten durch den Oscar-prämierten Film „Ganz oder gar nicht – The Full Monty".

Haus der Springmaus, Aufführungen: 22.07.2014, 23.07.2014, 12.08.2014, 13.08.2014

VARIETESPEKTAKEL – DIE GAUKLER

Die neue Show 2014, Artistik, Luftakrobatik und Komik hautnah: Das Varietespektakel feiert mit dem Jubiläumsprogramm „Die Gaukler" sein zehnjähriges Jubiläum. Lassen Sie sich von einem siebenköpfigen Team internationaler junger Artisten aus den besten europäischen Zirkusschulen faszinieren!

Pantheon, Aufführungen: 15.08.2014, 16.08.2014, 17.08.2014, 18.08.2014, 19.08.2014, 20.08.2014, 22.08.2014, 23.08.2014

BANDONEON PRÄSENTIERT: MILONGA

Seit 1872 ist der Begriff Milonga in der Bedeutung „Tanzveranstaltung" belegt. Heutzutage treffen sich Tangotänzer zu Milongas, um zu den drei Rhythmen zu tanzen: Tango, Vals und Milonga (Musik).

Pantheon Casino, Aufführungen: 24.08.2014, 14.09.2014, 12.10.2014

THEATER & OPER

TIERRA NEGRA – MEDITERRANEAN GUITAR LOUNGE

Musik voller Temperament, Gefühl und Leidenschaft steht auf dem Programm, wenn Tierra Negra – Raughi Ebert und Leo Henrichs – die Bühne betreten. Gemeinsam nehmen sie ihr Publikum mit auf eine musikalische Reise in den Süden Frankreichs und Spaniens.
www.kleinestheater-badgodesberg.de

Kleines Theater Bad Godesberg, Aufführung: 09.08.2014, 20 Uhr

CARMEN

„Carmen", die wohl bekannteste Oper von Georges Bizet. Die Oper entführt das Publikum in das feurige Spanien des 19. Jahrhunderts – in eine Welt voller Leidenschaft, blutiger Kämpfe und dramatischer Intrigen.
www.monschau-klassik.de

Burg Monschau, Aufführung: 09.08.2014, 20:30 Uhr

CHARLIE CHAPLIN – EINE HOMMAGE ZUM 125. GEBURTSTAG

In seiner spritzigen Bühnenshow spielt Peter Mim vergnügliche Szenen und Motive aus Chaplins Stummfilmen. Erleben Sie legendäre Szenen aus Filmen wie „Der große Diktator", „Goldrausch" und „Lichter der Großstadt".
www.kleinestheater-badgodesberg.de

Kleines Theater Bad Godesberg, Aufführung: 10.08.2014, 20 Uhr

OPEN AIR

ASIA NIGHTS

Ein fernöstlicher Sommernachtszauber legt sich in diesem Jahr wieder über China Town im Phantasialand: Die „Asia Nights" bieten Unterhaltung und Gastronomie auf höchstem Niveau und sind eine echte Alternative zu Biergarten & Co.
www.phantasialand.de

Phantasialand Brühl, 05.07. - 30.08.2014, täglich ab 19 Uhr

SIMPLE MINDS

„Simple Minds" – „Best of Tour 2014": Zwei Teile, eine Pause, keine Supportband, nur reiner, donnernder schottischer Rock aus den letzten 35 Jahren.
www.kunstrasen-bonn.de

Kunst!Rasen, 11.07.2014, 19 Uhr

FLOHMARKT

Altertümchen, Kunst, Krempel und Gebrauchtes.
www.bonn.de@flohmarkt

Rheinaue, 19.07.2014

BONNER BIERBÖRSE

Bonner Bierbörse: rund 700 Biersorten und ein flottes Musikprogramm – was will man an einem lauen Sommerabend mehr.
www.bierboerse.com

Rheinaue, 25. - 27.07.2014

FESTKONZERT „OPEN AIR"

Zum Jubiläum des Vereins Beethovenhaus findet ein Festkonzert im Innenhof des Poppelsdorfer Schlosses statt, bei Regen in der Aula der Universität.
www.beethoven-haus-bonn.de

Poppelsdorfer Schloss, 30.07.2014, 19 Uhr

FREILUFTKINO FÜR STUMMFILMFREUNDE

Der Arkadeninnenhof der Bonner Universität verwandelt sich in ein Freiluftkino für Stummfilmfreunde. Stummfilmklassiker werden zu livemusikalischer Begleitung aufgeführt.
www.foerderverein-filmkultur.de/inhalt/stummfilmtage

Arkadenhof der Universität Bonn, 07.08. - 17.08.2014

GREEN JUICE FESTIVAL

Indie-Rock, Pop-Punk, Punkrock: Der Sommer wird heiß für die Musikfans der Region. Das 7. Green Juice Festival findet in der Parkanlage an der Maria-Montessori-Allee statt.

Konzertgelände Park Neu-Vilich, 23.08.2014, 12:30 Uhr

ANTIKMARKT

Antikmarkt rund um den Friedensplatz. Hier wird man auf der Suche nach seinem Liebhaberstück fündig.

Friedensplatz, 24.08.2014

BONN OLÉ

Bonn Olé, die größte Sommerparty im Rheinland. Auch in diesem Jahr wieder treten in der Bonner Rheinaue angesagte Party- und Schlagerstars auf.
www.oleparty.de

Rheinaue, 30.08.2014

TASCHENLAMPENKONZERT

Das swingende und rockende Taschenlampenkonzert der Gruppe Rumpelstil vor der Kulisse des Poppelsdorfer Schlosses verzaubert Zuhörer aller Generationen. Taschenlampen mitbringen!
www.rumpelstil.de/taschenlampenkonzert

Poppelsdorfer Schloss, 30.08.2014, 19:30 - 21:15 Uhr

40. SOMMERFEST

Der Bad Godesberger Kurpark lockt mit Musik, Tanz und Unterhaltung für die ganze Familie. Bad Godesberger Vereine und Initiativen stellen sich vor. Zum Abschluss treten die „Sunny Skies" auf der Hauptbühne auf.
www.bonn.de

Kurpark Bad Godesberg, 30.08.2014

OPEN-AIR-KLASSIK!PICKNICK

Das Beethoven Orchester Bonn und der Kunst!Rasen laden zu einem Klassik!Picknick-Konzert ein. Klassikspaß für die ganze Familie! Eintritt frei! Picknick-Korb und Decke nicht vergessen!
www.beethoven-orchester.de

Kunst!Rasen, 31.08.2014, 17 Uhr

KULINARISCHES

FRENCH BBQ

Sommerzeit ist Grillzeit! Jeden Donnerstag findet ein entspannter Grillabend auf der Terrasse der Brasserie Next Level statt – mit Aussicht auf den Rhein und das Siebengebirge. Serviert wird eine Auswahl an französischen Grillgerichten aus dem Brennwagen. Dazu gibt es ein Buffet mit klassischen Beilagen, Salatbar und Dips. Ein perfekter Ausklang für laue Sommerabende!

Kameha, Brasserie Next Level, donnerstags (15.06. - 25.09.2014)

GOURMET-WOCHENENDE

Ein ganzes Wochenende voller kulinarischer Köstlichkeiten und Erholung pur im Nattermanns Fine Dining Hotel & Restaurant in Vettelschoß. 2 Übernachtungen, 2x Verwöhn-Frühstück vom Buffet und ein 4-Gang-Menü, ab 200 €/pro Person.
www.nattermanns.de

Nattermanns Fine Dining, Bahnhofstraße 12, 53560 Vettelschoß

HERSTELLERNACHWEIS

AMAZON
www.amazon.de

AUDIO MEDIA
www.audiomedia.de

AUFBAU VERLAG
www.aufbau-verlag.de

AVÈNE
www.avene.de

AXOR/HANSGROHE
www.hansgrohe.de

BAREMINERALS
www.bareminerals.de

BLANVALET
www.randomhouse.de

BOBBI BROWN
www.bobbibrown.de

BÖRLIND
www.boerlind.com

BOSE
www.bose.de

BOURBON BARREL FOODS
www.bourbonbarrelfoods.com

BRAUN
www.braun.com

BRENNWAGEN
www.brennwagen.de

BUFFALO
www.buffalo-shop.de

BULL AND BEAR
www.bull-bear.de

BYMI
www.bymi.de

CASAS DE HUALDO
www.casasdehualdo.com

CHANEL
www.chanel.com

CHATEAU D`ESTOUBLON
www.estoublon.com

CHLOÉ
www.chloe.com

DALLMAYR
www.dallmayr.de

DAVIDOFF
www.zinodavidoff.com

DIANA
www.randomhouse.de

DIZBEE
www.dizbee.com

DOUBLEKICK
www.doublekicksauce.com

ESSIE
www.essie.de

EXTREMIS
www.extremis.be

EVA SOLO
www.evasolo.com

FALK
www.falk-outdoor.com

FATBOY
www.fatboy.com

FEEL GOOD
www.feelgood-shop.com

FRAU TONIS PARFUM
www.frau-tonis-parfum.com

GARMIN
www.garmin.com

GARNIER
www.garnier.de

GUESS
www.guess.com/

GOTTEX
www.gottexmodels.com

HEYNE
www.randomhouse.de

I GREPPI DI SILLI
www.igreppidisilli.it

IMMERDEIN
www.immerdein.de

IWC SCHAFFHAUSEN
www.iwc.com

JORDAN
www.jordanolivenoel.de

LEONARDO
www.leonardo.de

KARE DESIGN
www.kare-design.com

KEUCO
www.keuco.de

KITCHEN AID
www.kitchenaid.de

LAGERFELD
ww.karl.com

LANCASTER
www.lancaster-beauty.de

LA PRAIRIE
www.laprairie.com

LIGNE ROSET
www.ligne-roset.de

LONG TALL SALLY
www.longtallsally.com

L`ORÉAL
www.loreal.de

LUSH
www.lush-shop.de

MAFI
www.mafi.com

MARSET
www.marset.com

MC BURN
www.mcburn.com

NAVIN
www.navin.com.tw

NEUGART
www.neugart-kg.de

NIVEA
www.nivea.de

NUXE
www.nuxe.com

PAGE & TURNER
www.randomhouse.de

PIAGGIO
www.vespa.de

REDLINE VERLAG
www.muenchner-verlaggruppe.de

RENE FURTERER
www.renefurterer.com

RENÉ LEZARD
www.rene-lezard.com

RENNER & FISCHER
www.renner-fischer-feinkost.de

THE BODY SHOP
www.thebodyshop.de

RITUALS
www.rituals.com

ROSENTHAL
www.rosenthal.de

RIEDEL
www.riedel.com

SAGAFORM
www.sagaform.com

SAMSUNG
www.samsung.com

SCHAEBENS
www.schaebens.de

SPIEGELAU
www.spiegelau.com

STELLA & DOTT
www.stelladot.de

WMF
www.wmf.de

ZERO
www.zerolighting.com

Alle (Termin-) Angaben sind ohne Gewähr.

Fotos: Ole Party Tour 2014, badteam Bonn-Rhein-Sieg, P. M. J. Rothe

jag´

excellent putters

www.jagputters.com

Kontakt jag´ Europe • Petr Jandl
Ke Hřbitovu 554 • CZ-280 02 Kolín
+420 602 241 782 • info@jagputters.com

Treff.punkt

Verabschieden möchten wir Sie hier wieder mit dieser besonderen Rubrik: Wir treffen spannende Personen aus der Region an einem Ort, der für sie eine spezielle Bedeutung hat. Diesmal ist es der Bonner Kaufmann Jörg Blömer, der sich seit vielen Jahren für seine Heimatstadt sehr engagiert. Wir sprechen mit ihm auf dem Balkon des früheren Kaufhauses Blömer – ein Stück Bonner Tradition seit 1886.

Die Glocken vom Bonner Münster schlagen klar und vernehmlich. Zwölf Uhr. Vom Remigiusplatz dringt das leise Gemurmel der Blumenhändler zu Jörg Blömer hinauf. In seinem Büro im alten Blömer-Haus hat er einen Logenplatz und einen einmaligen Blick auf den kleinen Platz im Herzen von Bonn. Blumenstände, der große Baum mit seiner schattenspendenden Krone und darunter das muntere Treiben der Bistro-Gäste – Sommerfeeling mit französischem Flair und einem Hauch internationaler Kunstszene. Denn seit wenigen Wochen ist der Remigiusplatz auch Heimat einer etwas sechs Meter hohen Bronzeskulptur. „Mean Average“ vom britischen Bildhauer Anthony Cragg hat Jörg Blömer finanziert und der Stadt für zehn Jahre als Leihgabe übergeben. Sie ist Teil des Kunstprojekts Bonn, mit dem die Stiftung für Kunst und Kultur die Diskussion über Kunst im öffentlichen Raum weiterentwickeln möchte. Ansporn für den Kunstliebhaber Blömer, seinen Beitrag dazu zu leisten, möglichst vielen Menschen Zugang zur Kunst zu ermöglichen. „Es ist wichtig, gerade auch die junge Generation zu motivieren, sich mit Kunst zu beschäftigen“, sagt Blömer und hofft, dass ihm dies mit „Mean Average“ mitten in der Stadt gelingt. Von seinem Büro aus, hat er es im Blick.

Im Blick hat er allerdings noch mehr. Seit Jahren beschäftigt er sich damit, seine Heimatstadt ansehnlicher zu machen. Unterstützt wird er dabei von Architekt Tim Denninger. Gemeinsam haben sie viele Pläne entworfen, „um Bonn sauber, sicher und noch attraktiver zu machen“. Für Blömer ist klar, Bonn hat mit seiner zentralen Lage in Europa noch sehr viel Potenzial. Man muss es nur mit vernünftigen Konzepten freilegen. ■

Foto: P. M. J. Rothe

Herbst 2014

VORSCHAU

Die nächste 3&50 exklusiv erscheint im Herbst 2014.

Mehr LEBEN

„Hoffmanns Erzählungen“ von Jacques Offenbach, Mozarts „Zauberflöte“ und „Thebans“ des Briten Julian Anderson stehen in der kommenden Spielzeit auf dem Programm der Oper Bonn. Ein Blick hinter die Kulissen des Bonner Musentempels.

Mehr STIL

Regen, Regentröpfchen: Wir besuchen einen der letzten Schirmmacher Deutschlands und unterhalten uns mit ihm über das Understatement eines Regenschirms und die Kunst des Schirmmachens.

Mehr HEIMAT

Im Herbst beginnt die Ballsaison mit Wiener Walzer, Foxtrott und argentinischem Tango. Die besten Tanzfeste, die besten Tanzschulen, das perfekte Stelldichein für einen schwebenden Abend und als Argumente gegen Tanzmuffel.

Mehr GESUNDHEIT

Abseits der Pisten: Mit dem Mountainbike eine Tour durch die Natur. Auch im Herbst hält Radfahren fit. Das richtige Equipment und schöne Strecken für einen gesunden und bewegenden Sport.

Impressum

Herausgeber
seromedia GmbH
Am Neutor 5, 53113 Bonn
www.seromedia.de

Verlag
seromedia GmbH
Am Neutor 5, 53113 Bonn
www.seromedia.de

Redaktion *3&50 exklusiv/ 53-exklusiv.de*
seromedia GmbH
Am Neutor 5, 53113 Bonn
info@53-exklusiv.de
www.53-exklusiv.de

Chefredakteur
Peter Rothe

Creative Director
Martin Theobald

CvD
Susanne Rothe

Redaktion
Jana Doe, Lucas Pfingsten, Susanne Rothe, Rüdiger Strempel, Martin Theobald

Grafik
Edina Grabecz, Jasmin Schlegel, Sebastian Weber

Bildredaktion/Bildbearbeitung
Edina Grabecz, Jasmin Schlegel

Mitarbeit
Nishtiman Sindi

Lektorat
Kathrin Gehrlein, Katharina Zeutschner

Druck
Welzel+Hardt GmbH
Herseler Straße 7–9
50389 Wesseling

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt
Peter Rothe

Verantwortlich für den Anzeigenteil
Peter Rothe

Titelfoto
Fotolia: George Mayer

Printed in Germany

Alle Rechte vorbehalten. Die Zeitschrift 3&50 exklusiv und alle darin veröffentlichten Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede durch das Urheberrechtsgesetz nicht ausdrücklich zugelassene Nutzung oder Verwertung, Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet bedürfen der Einwilligung des Verlags. Eine Vermietung oder ein Nachdruck, auch auszugsweise, sind nicht gestattet, Fotokopien nur als Einzelkopien für den persönlichen Gebrauch. Für unverlangt eingesandte Fotos, Datenträger, Bücher und Manuskripte wird keine Gewähr übernommen.

Fotos: Theater Bonn, Burlington, warrengoldswain/iStock/thinkstock, blanaru/iStock/thinkstock

Audi
Vorsprung durch Technik

Der neue Audi A7 Sportback.

Mit dem neuen Audi A7 Sportback* lassen Sie die Welt in einem neuen Licht erstrahlen. Denn er hat die fortschrittlichste Audi Lichttechnologie an Bord: langlebige und äußerst effiziente LED-Scheinwerfer in Serie, auf Wunsch sogar Audi Matrix LED-Scheinwerfer. Auch seine weiteren Highlights werden Sie strahlen lassen: bemerkenswerte Infotainmentmöglichkeiten und eine dynamische Performance dank permanentem Allradantrieb quattro®. Ein zusätzliches Glanzlicht: das besonders effiziente Audi ultra Modell mit Frontantrieb. Lassen Sie sich inspirieren. Am besten bei uns im Autohaus.

* Kraftstoffverbrauch l/100 km: kombiniert 7,6 – 4,7; CO_2-Emission g/km: kombiniert 176 – 122

Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

Jetzt bei uns vorbestellen.

AUTO SCHORN

Auto Schorn GmbH & Co. KG

Frankfurter Str. 137+176, 53773 Hennef
Tel.: 0 22 42 / 88 96-0
audi.service@auto-schorn.de, www.auto-schorn.de

RATHS

www.juwelier-raths.de