

We ³⁶⁰ Ma _{Westerwald}

Ausgabe 10 | Winter 2024/2025 | 360-magazine.de

GEDICHTE UND POSITIVITÄT

Tina Hüscher macht die Welt bunter

MYSTISCHE ORTE MIT GESCHICHTE(N)

Andreas Stahl
stellt Lost Places vor

50 JAHRE KÖLSCHE KULTUR

Die Hühner
starten in eine neue Ära



ZELLER

www.interliving-zeller.de

Ihr Möbel- & Küchenprofi



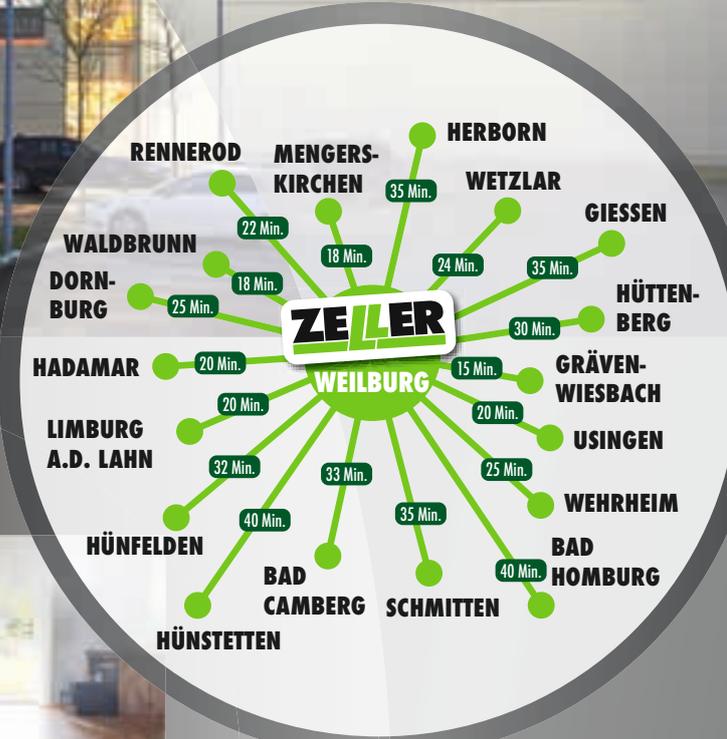
Es erwartet Sie eine große und aktuelle **Möbel- & Küchenvielfalt** auf 3 Etagen zu unschlagbaren Preisen!

Beratung, Planung, Lieferung & Montage – alles aus einer Hand!

Wir sind ein familiäres Traditionsunternehmen mit über **120 Jahren** Einrichtungs-Erfahrung!



BESUCHEN SIE UNS IN WEILBURG!



Alle Bilder sind Musterbeispiele.

BESTER SERVICE

- Persönliche Fachberatung
- 3D-Computerplanung im Detail
- Aufmaß bei Ihnen Zuhause
- Wunschgerechte Lieferung
- Perfekte Montage

VERMEIDEN SIE WARTEZEITEN!

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit unseren Einrichtungsprofis in **WEILBURG: ☎ 0 64 71 / 9 27 80**



Firmenstr. Wohnkauf Zeller GmbH
Messener Straße 42, 35789 Weilburger

WEILBURG

Riesige Auswahl in der Möbel- und KüchenWelt

Interliving ZELLER

Viehweg 8 / Gewerbepark
Tel. 0 64 71 / 9 27 80

ÖFFNUNGSZEITEN: Di. – Fr. 10 – 19 Uhr · Sa. 10 – 18 Uhr

DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR VERBRAUCHERSTUDIEN mbH | **GEPRÜFTE QUALITÄT**

HERAUSRAGENDES Möbelhaus 2023

Partner

Prüfung von Kundenservice, Beratung und regionalem Engagement, Test 03/2023, dtgvd.de/8032



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

der Dezember markiert das Ende eines Jahres – und gleichzeitig den Anfang von etwas Neuem. Es ist ein Monat, der uns einlädt, innezuhalten, durchzuatmen und uns bewusst zu machen, was wirklich zählt. Die Tage werden langsam heller, und mit ihnen erwachen neue Ideen, Hoffnungen und Ziele.

Der perfekte Zeitpunkt also, um in unseren 360-Magazinen zu schmökern, die gerade das Druckhaus verlassen haben. Es geht um Themen, die uns alle bewegen: Wie schaffen wir mehr Balance in einem oft hektischen Alltag? Was inspiriert uns dazu, Veränderungen anzustoßen? Und wie können wir unseren persönlichen Stil finden, egal ob im Leben, im Zuhause oder in der Mode?

Mit spannenden Geschichten, praktischen Tipps und frischen Ideen begleiten wir Sie durch die kommenden Monate. Freuen Sie sich auf inspirierende Menschen, die uns zeigen, wie man mutig neue Wege geht, kreative Ansätze für ein nachhaltigeres Leben und natürlich auf Lifestyle-Themen, die Spaß bereiten – von stylischen Highlights bis hin zu Genussmomenten. Ob Sie sich in der Ruhe einer stillen Stunde verlieren oder in einem Abenteuer, das Sie lange geplant haben – diese Ausgabe ist Ihr Begleiter.

Wenn Ihnen das alles nicht genug ist, folgen Sie uns auch gerne auf den digitalen Kanälen, um immer brandaktuell mit den neuesten Meldungen versorgt zu werden.

Unsere Magazine erhalten Sie weiterhin über den Lesezirkel und an ausgewählten Premium-Auslegestellen. Sie haben Ideen und Anregungen und möchten sich für die Region oder unsere Magazine engagieren? Dann kontaktieren Sie uns gerne.

Herzliche Grüße

René Kuhmann
Verlagsleitung

Christian Schütz
Magazinleitung

Mehr zum Magazin und zu uns finden Sie auch auf www.360-magazine.de und auf unseren Social-Media-Kanälen.



- 6 | ZUKUNFT DER MOBILITÄT
Sind E-Fuels die Lösung?
- 12 | VERBINDUNG VON DESIGN UND EFFIZIENZ
Der Peugeot E-3008 Long Range
- 14 | LEIDENSCHAFT UND KREATIVITÄT
Druckwerke Zuckerstein
- 20 | FINANZTIPP
DORNBACH GMBH
Wegzug aus Deutschland
- 22 | AUS ALT MACH NEU
So geht Upcycling für Einsteiger
- 24 | GEDICHTE, FARBE UND POSITIVITÄT
Tina Hüsch macht die Welt bunter
- 30 | DIE RUHE KOMMT VON INNEN
Mit fünf Strategien dem Alltagsstress trotzen
- 32 | URLAUB MIT HUND
Tipps für eine reibungslose Reise
- 35 | KOLUMNE
Die Sache mit den guten Vorsätzen
- 36 | SOPHIA JUNK LEBT IHREN OLYMPIATRAUM
Emotionale Entscheidungen und eine Bronzemedaille
- 44 | NICHT TRINKEN, SONDERN GENIEßEN
Auszeichnung für „Villa Konthor“
- 46 | MYSTISCHE ORTE, DIE GESCHICHTE(N) ERZÄHLEN
Andreas Stahl hat Lost Places gesucht und gefunden
- 52 | EIN GUTES GEFÜHL FÜR ABENTEURER
Satellitenkommunikation sorgt für Sicherheit
- 54 | DAS LIEDSTADT-FESTIVAL
Besondere Begegnungen zwischen Mensch und Musik
- 60 | WÜRZIG TRIFFT KNACKIG
Mediterrane Salat-Rosmarinkartoffel-Bowl
- 62 | WELTWEIT HÖCHSTE BURGENDICHTE
Historische Gemäuer locken ins Mittelrheintal
- 64 | 50 JAHRE KÖLSCHE KULTUR
Die Hühner starten in eine neue Ära
- 70 | EINTAUCHEN IN DIE ENTSPANNUNG
So wird die Badezeit zur Wellness-Anwendung
- 72 | WIE EIN SCHWEIZER UHRWERK
So wird die Käseplatte perfekt
- 74 | HANDWERKSKUNST IN JEDER FLASCHE
Auszeichnung für Birkenhof-Brennerei
- 76 | CALM GLAMOUR
Die Trend-Looks Herbst/Winter 2024/25
- 79 | ALLROUNDTALENT JEANS
Mit der richtigen Kombination zum Highlight
- 80 | TRENDFARBE DER SAISON
Ist Dunkelblau das neue Schwarz?



46 76



64



6



32

IMPRESSUM

Verlag für Anzeigenblätter GmbH
Mittelrheinstraße 2-4 | 56072 Koblenz

GESCHÄFTSFÜHRUNG
Litsa Papalitsa

KONZEPTION & UMSETZUNG
René Kuhmann | Christian Schütz
Daniel Korzilius (V.i.S.d.P.)

REDAKTION
Jacqueline Schlechtriem
Daniel Korzilius

FOTOGRAFIE INNENTEIL
stock.adobe.com

FOTOGRAFIE TITEL
stock.adobe.com/maxbelchenko

GESTALTUNG & DESIGN
sapro GmbH

DRUCK
Druckerei Hachenburg | PMS GmbH

VERTEILUNG
An ausgewählten Auslagestellen im
Westerwald und Umgebung

WeMa 360 Westerwald erscheint in 2024
zweimal pro Jahr.

Nächste Ausgabe Sommer 2025

E-Fuels



DIE LÖSUNG FÜR DAS PURISTISCHE AUTOFAHREN?

Griesemann-Brüder zeigen auf dem Nürburgring, dass die Zukunft nicht nur elektrisch sein muss

Text und Fotos: Roland Schäfges – www.myfoto24.eu

Umweltschutz und Klimaneutralität sind zu zentralen Themen unserer Zeit geworden. Mit der geplanten Einführung eines Verbots für Verbrennungsmotoren ab 2035 setzt die EU verstärkt auf Elektromobilität als die Lösung der Zukunft. Doch sind rein elektrische Antriebe wirklich der einzig richtige Weg? Die Kölner Griesemann-Brüder, Björn und Georg, sehen in dieser Vorstellung nur eine Facette und arbeiten bereits heute an einer leistungsfähigen, nachhaltigen Alternative: E-Fuels.







DER SCHLÜSSEL ZU ALLEM IST [grüner] WASSERSTOFF.

Was sind E-Fuels?

Nachdem es im ersten Teil dieser Reportage um die Geschichte des Teams Griesemann bei den 24-Stunden-Rennen auf dem Nürburgring und deren E-Fuels-Projekt ging, wird nun erklärt, was E-Fuels eigentlich sind. Der wichtigste Unterschied zu konventionellen Kraftstoffen besteht darin, dass E-Fuels nicht auf fossilen Rohstoffen basieren und somit keine endlichen Ressourcen wie Erdöl verbrauchen. Klimaneutrale E-Fuels, auch synthetische Kraftstoffe genannt, werden aus erneuerbaren Energiequellen wie Wind- oder Solarenergie, dem sogenannten „grünen Strom“, hergestellt. Dabei werden Wasser und Kohlendioxid (CO₂) in flüssige Kraftstoffe wie synthetisches Benzin oder Diesel umgewandelt.

Im Gegensatz zu herkömmlichen fossilen Brennstoffen führen E-Fuels kein zusätzliches CO₂ in die Atmosphäre, da das CO₂, das bei der Verbrennung freigesetzt wird, zuvor aus der Atmosphäre entnommen wurde. Dies schafft einen nahezu geschlossenen CO₂-Kreislauf und bietet nicht nur eine umweltfreundliche Alternative zu herkömmlichen Kraftstoffen, sondern steht auch nicht in Konkurrenz zur Nahrungsmittelproduktion, wie es bei einigen Biokraftstoffen der Fall ist.

Eine bemerkenswerte Umsetzung eines Kraftstoffs mit Bioanteil zeigte das Reutlinger Team FourMotors von „Fanta4“-Star „Smudo“. Im Jahr 2023 starteten sie bereits zum 21. Mal in Folge mit einem besonderen Umweltprojekt. Das auf Nachhaltigkeit spe-

zialisierte Rennteam setzte bei seinen drei Porsche-Fahrzeugen auf sogenannte Bioconcept-Cars mit verschiedenen weiterentwickelten CO₂-reduzierenden Technologien. Ihre alternative Kraftstoffformulierung enthält einen erneuerbaren Anteil von 60%. Die Basis bildet ein sogenanntes „Blue Gasoline“, ein nachhaltiger Sonderkraftstoff von „Shell“, der zu 40% aus erneuerbaren Komponenten wie Rest- beziehungsweise Abfallstoffen und zu 10% aus regenerativem Reststoff-Ethanol von „CropEnergies“ besteht. Durch den Zusatz von weiteren 10% Bioethanol erreicht der Kraftstoff eine Gesamteinsparung von etwa 40% CO₂ sowie eine Oktanzahl von über 100. Dieser nachhaltige Rennkraftstoff steht einem herkömmlichen Hochleistungskraftstoff in nichts nach.

Die beiden umweltfreundlichen Kraftstoffkonzepte eint, dass sie, im Gegensatz zu rein elektrischen Antriebsarten, keine aufwendig zu bauende neue Infrastruktur für die Stromerzeugung und -verteilung benötigen. Sie können in bestehenden Tankstellen und Kraftstoffanlagen vertrieben werden, was die Verfügbarkeit und Anwendung im Motorsport und im Alltag erleichtert. Zudem können E-Fuels in herkömmlichen Verbrennungsmotoren ohne Änderungen, ohne Leistungsverlust und ohne erhöhten technischen Verschleiß eingesetzt werden. Selbst in bis zu 100 Jahre alten Oldtimern!

Die Verwendung von E-Fuels und Biokraftstoffen ist ein vielversprechender Schritt in

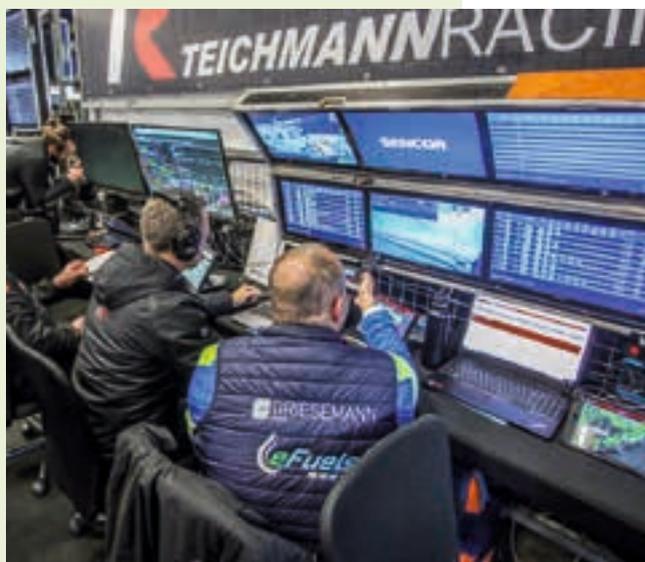


Foto unten | Georg Griesemann im Gespräch mit dem Westerwälder Rennfahrer Dirk Adorf.



Foto oben | Björn Griesemann mit dem Team von Partner NordÖl.

Foto rechts | Der Kommandostand beim Team Teichmann Racing, die den Griesemann Toyota beim 24h Rennen einsetzen.



Richtung einer nachhaltigen Zukunft. Sie reduzieren Treibhausgasemissionen und fördern umweltfreundliche Technologien, wodurch Motorsportorganisationen und Autohersteller ihre Verantwortung für den Umweltschutz wahrnehmen können, ohne die Faszination und Spannung des Automobils abzuschwächen.

Während Elektromobilität für Pendler und Innenstädte sicherlich gewisse Vorteile bietet, stößt sie bei längeren Reisen, in ländlichen Regionen ohne ausgebauter Ladeinfrastruktur, in professionellen Nutzungsbereichen wie Feuerwehr, Polizei, Bau- und Landwirtschaft, sowie bei sportlichen und passionierten Automobilenthusiasten an ihre Grenzen. Vom Einsatz in

der Flugzeug- und Schifffahrtsindustrie ganz zu schweigen, wo E-Mobilität absolut keine realistische Option ist. E-Fuels durchlaufen zudem denselben Raffinerie-Prozess wie herkömmliches Benzin. Auch diese Kraftstoffe werden mit Additiven angepasst, sodass sie problemlos in bestehenden Diesel- oder Ottomotoren verwendet werden können. Besagte Additive sind auch noch der Grund, wieso auch der Griesemann-Kraftstoff aktuell nur 95 % Klimaneutral ist. Aber auch hier arbeiten die Experten an besseren Lösungen.

Was bedeutet das alles für die Zukunft?

Die international tätige Wirtschaftsanwältin der renommierten Stuttgarter Kanzlei „DS

Graner & Partner mbB Rechtsanwälte“, Stefanie Bieg, erklärt die juristische Seite: „Die EU-Kommission wird ‚außerhalb des Geltungsbereichs der Flottenzielwerte und in Übereinstimmung mit dem Ziel der Klimaneutralität der Union, einen Vorschlag für die Zulassung nach 2035 von Fahrzeugen, die ausschließlich mit CO₂-neutralen Kraftstoffen betrieben werden, vorlegen.‘ Das Gesetzgebungsverfahren hierzu dauert derzeit noch an, sodass abzuwarten bleibt, ob es eine Ausnahme für E-Fuels betriebene Pkws geben wird.“

Für jeden, der nun Bedenken hat, dass sein Auto bald nicht mehr gefahren werden darf, erklärt die 35-jährige Juristin: „Grundsätzlich dürfen in der EU ab 2035 keine mit fossilem Diesel oder Benzin betankten Pkw mehr neu zugelassen werden. Dies gilt jedoch nur für die Erstzulassung, ein Verbot gebrauchte Pkw zu kaufen oder zu verkaufen, gibt es nicht. Bestandsfahrzeuge sind von den neuen EU-Vorgaben nicht unmittelbar betroffen, strengere Schadstoffrichtlinien zur Luftreinhaltung könnten allerdings dazu führen, dass ältere Autos von eventuell einzurichtenden Fahrverbotszonen betroffen sind. Dies vor allem in Anbetracht der Zielsetzung der EU, ‚auch die bestehende Flotte zu dekarbonisieren“.

Trotzdem: Die Einführung und Etablierung von E-Fuels könnten wichtiger sein, als viele in Europa glauben. Laut aktuellen Statistiken nutzen die derzeit 8,1 Milliarden auf der Erde lebenden Menschen 1,475 Milliarden Personenkraftfahrzeuge. Insgesamt machen die Fahrzeuge in Europa 28% der weltweiten Gesamtanzahl aus (520 Fahrzeuge pro tausend Einwohner), während Nordamerika mit 24% (710 Fahrzeuge pro tausend Einwohner) eine höhere Fahrzeugdichte pro Einwohner besitzt. Asien und Ozeanien dominieren mit 37% aller weltweiten Autos, jedoch ist die statistische Fahrzeugdichte dort deutlich geringer. Nur 0,14 Fahrzeuge pro Kopf, sprich 140 Fahrzeuge pro tausend Einwohner, erreicht die Weltregion mit den größten Ländern der Welt.

Dies liegt vor allem an großen Wüsten- und Berggebieten, gewaltigen Urwäldern und

wenig besiedelten Regionen. Südamerika kommt auf 0,21 Fahrzeuge pro Kopf, der Nahe Osten auf 0,19 und Afrika auf 0,06 Fahrzeuge pro Kopf. In der Antarktis gibt es lediglich 50 Autos pro tausend Einwohner. Die Einführung von klimaneutralen E-Fuels könnte also besonders in Regionen mit geringerer Fahrzeugdichte und schwacher Infrastruktur von großer Bedeutung sein.

Im Gegensatz zu den E-Fuels weist das Elektroauto einen hohen ökologischen Rucksack auf. Selbst wenn ein E-Auto ausschließlich mit Strom aus klimaneutralen Quellen betrieben wird – was heute noch utopisch ist, da nur 56% (Stand aus dem „guten Windjahr“ 2023) der Energie aus erneuerbaren Quellen stammt – muss es eine bestimmte Anzahl von Kilometern zurücklegen, um die Emissionen, die durch den aufwendigeren Herstellungsprozess entstehen, wieder einzusparen. Laut ADAC liegt dieser Wert bei mindestens 75.000 bis 120.000 Kilometern.

Trotz aller Vorteile von E-Fuels, wird der enorme Energieaufwand bei der Herstellung der Kraftstoffe von vielen Umweltaktivisten und europäischen Politikern kritisiert. Doch Energie gibt es im Überfluss, vor allem von der Sonne. „Der Schlüssel zu allem ist [grüner] Wasserstoff“, sagt Björn Griesemann. An den richtigen Orten produziert – wie im E-Fuels-Testlabor von Porsche in Patagonien, das die konstanten Winde der „Roaring Forties“ nutzt – spielt die Energiebilanz keine Rolle, da der Strom klimaneutral erzeugt wird. Die Lieferkette kann global diversifiziert werden, da es viele dünn besiedelte potenzielle Stromerzeugungsgebiete gibt.

Die große Frage bleibt: Wann gibt es den synthetischen Kraftstoff? „Wenn wir alle Gas geben, können wir theoretisch in fünf Jahren den gesamten Motorsport versorgen“, verspricht Griesemann. Sein Bruder Georg hofft, dass der ADAC in Zukunft mehr für alternative Kraftstoffe tun wird, um den Komfort der Teams der Klasse „AT“ während des Rennens zu verbessern. So könnten beispielsweise die ersten Boxen abgesperrt oder eine FIA-Tankanlage mit klimaneutralen Kraftstoffen genutzt werden. ■

INFOS

Sie haben den ersten Teil dieser Reportage verpasst? Dann schauen Sie doch mal in unsere Sommer-Ausgabe 2024.

DIE BESTE ELEKTRISCHE Reichweite



AUF DEM SUV-MARKT

PEUGEOT E-3008 LONG RANGE VERBINDET DESIGN UND EFFIZIENZ

Text: Jacqueline Schlechtriem | Fotos: Peugeot

Mit dem neuen Peugeot E-3008 Long Range hat Peugeot eine neue Elektro-Ära eingeleitet, in der das Design im Dienste der Effizienz steht. Beim neuen Modell wurde eine neue Frontpartie designt, bei der die Scheinwerfer und der Kühlergrill von Grund auf neugestaltet wurden. Die kompakten Scheinwerfer mit der neuen Pixel-LED-Technologie (serienmäßig für GT) sind in einer schlanken, eleganten Leiste untergebracht und unterstreichen die Modernität des Fahrzeugs. Bei dem Peugeot E-3008 handelt es sich um das erste Modell, das mit dem neuen Peugeot Panorama i-Cockpit® ausgestattet ist. Der schwebende 21-Zoll-HD-Curved-Panoramadisplays (53,3 cm) erzeugt einen aufregenden und raffinierten Effekt an Bord und integriert das digitale Kombiinstrument und den großen zentralen Touchscreen. Die LED-Ambientebeleuchtung kann in acht verschiedenen Farben individuell gestaltet werden.

Der neue Peugeot E-3008, der mit seinem Fastback-SUV-Design und dem Fahrspaß seines Peugeot Panorama i-Cockpit® neue Maßstäbe setzt, bietet die beste elektrische Reichweite in seinem Segment. Dank der Effizienz seines 170 kW (230 PS) starken Elektromotors und seiner neuen 96,9 kWh nutzbaren Batterie ist der Peugeot E-3008 230 Long Range in der Lage, 700 km* ohne Nachladen zurückzulegen (kombiniert nach WLTP). In der Praxis ermöglicht dies eine Fahrt von Paris nach Nizza mit nur zwei Zwischenstopps, während andere Fahrzeuge aus dem gleichen Segment mindestens drei benötigen.

Der Peugeot E-3008 230 Long Range bringt auch Verbesserungen bei der Mode-4-Ladezeit mit sich, denn er kann mit bis zu 160 kW an der Ladestation aufgeladen werden und benötigt 27 Minuten, um von 20 Prozent auf 80 Prozent oder 150 km* in 10 Minuten zu kommen. ■



* Kombinierte Werte gem. WLTP. Die Werte eines Fahrzeugs hängen nicht nur von der effizienten Ausnutzung des Kraftstoffs durch das Fahrzeug ab, sondern werden auch vom Fahrverhalten und anderen nichttechnischen Faktoren beeinflusst.



PEUGEOT DER NEUE E-3008 VOLLELEKTRISCH



• Neues PEUGEOT i-Cockpit® mit 21"-HD-Curved-Panoramadisplay



Kombinierte Werte gem. WLTP: Energieverbrauch: 17,7-17,3 kWh/100km; CO₂-Emissionen: 0 g/km; CO₂-Klasse: A

¹PEUGEOT Allure Care umfasst die 2-jährige Neufahrzeuggarantie und jede andere Stellantis Garantie sowie bis zu 6 Jahren kostenlosen, besonderen Schutz, der aktiviert wird, indem Sie eine regelmäßige Wartung nach dem Garantie- und Serviceheft durch einen teilnehmenden, autorisierten PEUGEOT Partner durchführen lassen. Dieser Besondere Schutz ist gültig bis zur nächsten regelmäßigen Wartung für bis zu 8 Jahre alte Fahrzeuge mit einer Laufleistung von max. 160.000 km je nachdem, was zuerst eintritt, gemäß den Bedingungen des Besonderen Schutzes von PEUGEOT Allure Care. PEUGEOT ALLURE CARE gilt für E-208, E-208, E-308, E-308 SW, E-3009, E-5008. Der Besondere Schutz von Allure Care hat keinen Einfluss auf Ihre gesetzlichen Gewährleistungsansprüche oder die Neufahrzeuggarantie für Ihr Fahrzeug. Die vollständigen Bedingungen für den Besonderen Schutz von Allure Care finden Sie hier: <https://www.peugeot.de/service/allure-care.html>
Abbildung zeigt Fahrzeug der Baureihe, die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeuges sind nicht Bestandteil des Angebotes.

Leidenschaft & Kreativität

EBNEN UNGEWAHNTEN WEGE

VON EINER SPONTANEN IDEE ZUR KREATIVEN REVOLUTION DRUCKWERKE ZUCKERSTEIN

Text: Jacqueline Schlechtriem | Fotos: Druckwerke Zuckerstein

Manchmal verstecken sich die größten Abenteuer hinter einer Idee, die lange Zeit irgendwo im Hinterkopf geschlummert hat. Denn nicht alle Geschichten beginnen mit „Es war einmal...“. Im Leben ergeben sich hin und wieder Zufälle, die zu so viel mehr führen, als man sich jemals hätte vorstellen können...

Das perfekte Beispiel dafür ist Daniela Kunz – der kreative Geist hinter Druckwerke Zuckerstein. 2023 lernt sie Elisabetta Giannattasio und die Räumlichkeiten des Lebedame Creativstudios – damals noch in Unnau – kennen. „Wir haben uns direkt gut verstanden und dann kam eins zum anderen. Sie erzählte mir, dass in ein paar Wochen die Fiesta stattfindet, eine Veranstaltung im Creativstudio, und wenn ich es schaffen würde, etwas auf die Beine zu stellen, könnte ich doch mit einem eigenen Stand mitmachen“, erinnert sich Daniela. Und dann ging alles Schlag auf Schlag. „Ich musste nur Schubladen aufmachen, nicht groß nachdenken. Es sprudelte alles aus mir raus und wurde irgendwie zum Selbstläufer.



Und dann plötzlich war die Fiesta, dann hatte ich mich plötzlich in Unnau eingemietet, dann plötzlich kam Weihnachten, und seitdem geht es weiter und entwickelt sich immer mehr.“

Produkte, Workshops – und ganz viel Kreativität

Kreativität und Interesse daran, Neues auszuprobieren, waren bei Daniela schon immer vorhanden. „80 Prozent der Dinge, die man in der Werkstatt sieht, gehören mir privat. Die habe ich schon besessen. Ich musste also nicht nur metaphorisch die Schubladen aufziehen, sondern alles hatte plötzlich einen Sinn.“ Ihr Augenmerk lag dabei am Anfang vor allem auf Druck- und Papiertechnik. „Es geht um Handwerk, darum, Dinge wirklich selbst zu machen.“ Es fing an mit bedruckten Beuteln und selbst geschöpftem Papier. Und dann wurde immer mehr daraus.

Ihre Produkte lösten großes Interesse bei Menschen aus, die dann nach Workshops fragten, und das Angebot wurde stetig erweitert. Papierschöpfen, Siebdruck, Lettering – alles, was Daniela schon immer Spaß gemacht hat, oder, was sie selbst schon immer mal ausprobieren wollte, fand plötzlich einen ganz neuen Rahmen. Wenn sie etwas interessiert, fuchst sie sich da rein und

teilt ihre alten und neuen Kenntnisse mit anderen. „Jetzt muss man aber auch mal dazu sagen, dass nichts von all dem eine Raketenwissenschaft ist – es geht eben um Technik! Je mehr man übt, desto besser und schöner wird es!“

Aber egal, was sie macht, auf eine Sache legt sie besonders Wert: Nachhaltigkeit und Fairtrade! „Ich achte sehr darauf, wo meine Produkte und Materialien herkommen. Mir ist wichtig, dass meine Klamotten ohne Kinderarbeit produziert sind. Also fair produziert und möglichst ökologisch. Wobei ich mich dann natürlich auch immer nur darauf verlassen kann, was mir gesagt wird. Wenn ich die Wahl habe, die ökologischere und sozial vertretbarere Alternative zu wählen, mache ich das!“

Heimatverbundenheit

Daniela ist im Westerwald geboren und aufgewachsen, hat eine Ausbildung zur Bürokauffrau gemacht und in der Abendschule ihr Abitur nachgeholt. Fürs BWL-Studium ging es nach Koblenz und währenddessen für ein Praktikum auch nach China, bis sie schließlich in Heidelberg landete, wo sie, zusammen mit ihrem Mann, der ebenfalls aus dem Westerwald stammt, fast zehn Jahre wohnte. Bis beide irgendwann den Entschluss fassten, wieder zurück in die Heimat zu gehen. „Als wir in



Heidelberg waren, habe ich tatsächlich immer gedacht, dass ich niemals zurück in den Westerwald gehe. Aber dann ist das eben der Klassiker: Je älter man wird... Es zieht einen dann doch wieder näher zur Familie, weil einem klar wird, wie wichtig das ist.“

Diese Heimatverbundenheit spiegelt sich auch in ihren Produkten wider. „Mir hat einfach ein bisschen der schöne, moderne, frische Lokalkolorit gefehlt. Mir war es ganz wichtig zu zeigen, dass der Westerwald wirklich mehr ist als so grau-blaues Steinzeug und ‚Hui Wäller!‘. Ich wollte zeigen, dass wir noch mehr können.“ Und das auch gerne auf Westerwälder Platt. Selbst mit Hochdeutsch erzogen, fällt es ihr zwar schwer, es zu sprechen, hören tut sie es dafür aber umso lieber. „Das hat für mich so ein Stück Kindheitsbezug, wenn ich daran denke, wie meine Oma mit der Uroma oder mit ihren Schwestern richtig schönes Platt spricht. Da wird es einem einfach warm ums Herz.“

So gibt sie zum Beispiel Weihnachtskarten mit Aufschriften wie „Schühne Feierdaach mödd der Baggasch!“ oder „Önn

schühne Krössdaach unn önn gure Rotsch!“ eine besondere Note und zaubert ihren Kunden ein Lächeln ins Gesicht. Die Westerwälderin möchte nämlich das Image auch ein Stück weit entstauben. Und auch auf anderen Produkten wird die Liebe zur Heimat deutlich. „Ich finde, es macht einfach was mit einem, wenn man weiß, wo man herkommt und wenn man das gerne zeigt. Das ist schon auch was Schönes, zum Beispiel mit einem T-Shirt so ein Stück Heimat einfach mitzunehmen.“ Der Name Zuckerstein ist natürlich ebenfalls kein Zufall: „Die Westerwälder erinnern sich doch alle noch an ihre Oma, die früher Zuckersteine in der Kittelschürze hatte.“

Pop-Up-Store in Hachenburg

Aktuell befinden sich die Druckwerke Zuckerstein in einem großen Pop-Up-Store in Hachenburg in der Graf-Heinrich-Straße 1, wo noch bis Mitte Februar 2025 ein großes Angebot an Produkten und Workshops kreative Herzen höherschlagen lässt. Ihre Produktpalette geht mittlerweile weit über Beutel und Papier hinaus: Kerzen, Kleidung, Brettchen,



Lesezeichen, Karten, Untersetzer, Geschenkanhänger, Notizbücher und noch vieles mehr bietet sie an – alles wunderbare Dinge, die sich hervorragend als Geschenk für sich und andere eignen.

Kleinere Kollektionen möchte Daniela auch in Zukunft entwerfen und anbieten, doch ihr Hauptaugenmerk liegt mittlerweile auf den zahlreichen Workshops, die dazu einladen, der eigenen Kreativität freien Lauf zu lassen und seine Individualität auszudrücken. Denn die Nachfrage stieg stetig – vor allem auch für Kinder. „Kunstkurse zu geben und Workshops, in denen Kinder einfach Kunst ausprobieren und erleben können, ohne dass sie bewertet werden. Einfach wertfrei und wertschätzend mit Kunst in Berührung kommen. Ich finde, das ist ganz wichtig und es gibt einem sehr viel!“, so die Visionärin.

Und auch Erwachsene werden zum Teil wieder zu Kindern. „Weil die Sorgen, die Gedanken, die Verantwortung einfach draußen bleiben. Man merkt, die Leute kommen an und haben so den ganzen Hustle vom Tag auf den Schultern. Und

WIR SIND KUNST! Im Januar 2025 startet das dreimonatige Kunstprojekt „Wir sind Kunst“ für Kinder und Jugendliche aus sozial besonderen Verhältnissen in den Kreisen Altenkirchen und Westerwald. Kunst fördert das innere Wachstum, stärkt die kognitive Leistungsfähigkeit und hilft dabei, in der Gemeinschaft Selbstvertrauen zu entwickeln. Daher suchen Daniela Kunz von Zuckerstein Druckwerke und Kathrin Mockenhaupt von der Ev. Jugendhilfe Friedenshort GmbH noch Sponsoren und Förderer die, ebenfalls glauben, dass jedes Kind all das verdient hat, und freuen sich über jeden Beitrag. Mit deiner Hilfe unterstützt das Projekt die Kids, für die Zugang zu Kunst nicht selbstverständlich ist.

SPENDENKONTO

IBAN DE95 3506 0190 0000 0660 01
 VWZ Wir sind Kunst AH 2144

Auf Wunsch wird gerne eine Spendenquittung ausgestellt.



nach einer halben Stunde ist das alles weg. Und egal, ob Erwachsener oder Kind – alle gehen nach Hause, stolz darauf, etwas mit den Händen geschaffen zu haben. Und das ist schön. Dann ist es egal, ob du 6 oder 60 bist!“

Der Store ist aktuell immer donnerstags und freitags von 16 bis 20 Uhr und samstags von 9 bis 18 Uhr geöffnet. Generell gilt aber: „Brennt Licht, komm rein!“ „Da freue ich mich natürlich auch immer, wenn Interesse da ist, sich das einfach mal anzuschauen.“ Ein besonderes Highlight ist hier sicherlich die Möglichkeit, einfach vorbeizukommen und Sachen spontan und individuell zu bedrucken. „So Etsy to-go quasi“, wie Daniela es beschreibt. Zudem gibt es hier die Möglichkeit, kreative Kindergeburtstage zu feiern. Neue Workshops, Sonderöffnungszeiten, Angebote oder einfach nur tolle Bilder, die die Vielfalt von Zuckerstein zeigen, gibt es natürlich auch immer auf der Homepage sowie auf Instagram zu sehen.

Ein Blick in die Zukunft

Wenn es um langfristige Pläne geht, hält sich die 40-Jährige gerne zurück, denn sie ist davon überzeugt, dass sowieso alles so kommt, wie es kommen soll. „Ich plane da gar nichts, sondern ich genieße einfach, dass es so toll ist, wie es ist, dass das Feedback so schön ist und dass ich, wenn ich die Workshops mache, in so viele zufriedene Gesichter sehe. Ich hätte mir letztes Jahr nicht vorstellen können, dass Zuckerstein heute das ist, was es ist.“

Doch so ganz stimmt das natürlich nicht, denn in ihrem Kopf sprudelt es ständig nur so vor Ideen. Bei Zuckerstein gibt es immer neue Dinge zu entdecken und neue Workshops zu besuchen. Daher plant sie 2025 dauerhaft einen Kunstraum zu schaffen, in dem Menschen jeden Alters ihre Angst vor Kreativität an der Tür abgeben können. Ein Ort, an dem sich jeder ausprobieren kann und der Kunst erlebbar macht. Besonders liegt ihr dabei am Herzen, die Kinderkunst weiter auszubauen, da es für die Entwicklung der Kids ein großer Mehrwert ist. „Ich glaube einfach, dass das jetzt im Moment das ist, wofür Zuckerstein steht und alles unterliegt dem Wandel. Also keiner weiß ja, wie es weiter geht und natürlich kann ich jetzt die Weltherrschaft mit Zuckerstein anstreben, aber es muss ja dann doch nicht direkt die ganze Welt sein!“

INFOS

www.druckwerke-zuckerstein.de
daniela@druckwerke-zuckerstein.de
 Instagram @bei.zuckerstein



Leserstimmen

★★★★★ Eine tiefgründige Reflexion über Familie und Selbstbestimmung

★★★★★ Absolut zu empfehlen

★★★★★ Einfühlsam, lehrreich und tröstend

OPAS SEELE BLEIBT

Begeben Sie sich auf eine emotionale Reise.

Das neue Buch von Manuela Lewentz. **JETZT IM HANDEL!**

Erhältlich online bei rz-forum.de sowie überall, wo es Bücher gibt.
14,90 Euro · ISBN 978-3-925180-46-0 · Auch als E-Book erschienen

manuela-lewentz.de

WEGZUG AUS DEUTSCHLAND

Bei vielen Unternehmern ergeben sich mittlerweile Situationen, in denen das sogenannte Thema Wegzug an Bedeutung gewinnt.



Herr Dipl.-Wirtschaftsjurist (FH) Johannes Quast ist Wirtschaftsprüfer, Steuerberater und Geschäftsführender Gesellschafter bei der DORNACH GmbH in Koblenz.

Unter einem Wegzug versteht man steuerlich die Problematik, dass ein Gesellschafter einer deutschen GmbH dauerhaft in das Ausland auswandert und seinen deutschen Wohnsitz aufgibt. Diese Konstellation findet in der Praxis bewusst oder unbewusst immer häufiger statt. In diesem Fall ergeben sich jedoch ohne vorherige Gestaltungsmaßnahmen enorme steuerliche Risiken.

BEISPIEL

Der Gesellschafter einer GmbH mit mehreren Tochtergesellschaften (Wohnsitz in Deutschland) ist grundsätzlich mit seinen Einkünften in Deutschland steuerpflichtig. Der Veräußerungsgewinn aus den vorgenannten Anteilen ist ebenfalls hier in Deutschland steuerpflichtig. Zieht dieser Gesellschafter nun jedoch z.B. in die Schweiz und gibt seinen Wohnsitz in Deutschland auf, so ergeben sich folgende unangenehme steuerliche Rechtsfolgen:

Das Besteuerungsrecht für einen potenziellen Veräußerungsgewinn „wandert“ in diesem Fall in das Land des neuen Wohnsitzes (Regelfall). Dies führt dazu, dass Deutschland hier eine (fiktive) Veräußerung der Anteile annimmt und der Gesellschafter somit aufgrund der sogenannten Wegzugsbesteuerung Einkommensteuer auf einen unterstellten Veräußerungsgewinn zahlt, obwohl kein Liquiditätszufluss stattgefunden hat.

Nun müsste man davon ausgehen, dass dieses Thema überall präsent ist und von vorneherein vermieden wird. Die Praxis sieht hier jedoch oftmals anders aus. Folgende Fälle lassen sich immer wieder beobachten:

- Unternehmer/Gesellschafter begründet bereits einen neuen Wohnsitz im Ausland und ist dabei, den alten Wohnsitz aufzugeben

- Kinder sind bereits an den Unternehmen beteiligt (z.B. durch vorweggenommene Erbfolge), studieren sodann im Ausland und begründen dort ihren ausschließlichen Wohnsitz

Sofern der Berater des Unternehmens frühzeitig z.B. über den Wegzug der Kinder informiert ist, können hier gestalterische Vorkehrungen getroffen werden, die die Wegzugsbesteuerung verhindern.

Der „Goldstandard“ ist hier weiterhin die Etablierung einer sogenannten geschäftsleitenden Holding-Struktur. Hierbei werden die GmbH-Anteile in eine GmbH & Co. KG eingelegt, die sodann mit Substanz (Mitarbeiter usw.) ausgestattet wird und die Führung der Gruppe übernimmt.

Eine weitere Möglichkeit ist die Etablierung einer deutschen Familienstiftung, die ebenfalls von der Wegzugsbesteuerung abschirmen kann. Hierbei verselbstständigt man jedoch das Vermögen und schafft eine Struktur, die auf die „Ewigkeit“ angelegt sein sollte.

Die gesamten hier aufgezeigten steuerlichen Risiken ergeben sich zusammengefasst insbesondere für Unternehmensgruppen, die in der Rechtsform der GmbH (Muttersgesellschaft) oder (substanzlose) GmbH & Co. KG mit GmbH-Tochtergesellschaften organisiert sind. Hier bietet es sich an, frühzeitig Strukturen zu schaffen, die von einer ungewollten Wegzugsbesteuerung/Entstrickung abschirmen.

Da auch die unentgeltliche Übertragung von GmbH-Anteilen auf eine im Ausland ansässige Person die Wegzugsbesteuerung auslösen kann, empfiehlt es sich, entsprechende Überlegungen auch im Rahmen der Nachfolgeplanung (im Vorgriff auf eine Schenkung oder einen etwaigen Todesfall) zu berücksichtigen. ■

SIE KÖNNEN AUF

ANTWORTEN

HOFFEN ...

**ODER SIE DIREKT ERHALTEN.
MIT DEN LÖSUNGSMACHERN.**

Wir bei DORNBACH vereinen vielfältige Disziplinen in einer Expertengruppe. Mit Erfahrung, Kompetenz und in engem Austausch bieten wir unseren Mandanten individuelle Lösungen in allen Bereichen der Wirtschaftsprüfung, Steuerberatung und Rechtsberatung an.

Wir sind Lösungsmacher

Wirtschaftsprüfung · Steuerberatung · Rechtsberatung

WWW.DORNBACH.DE

AUS ALT MACH Neu

So geht Upcycling
für Einsteiger

Text: dpa-mag | Fotos: stock.adobe.com

Recycling: Klar, kennt man. Doch haben Sie schon mal von Upcycling gehört? Philip Heldt von der Verbraucherzentrale NRW versteht darunter „das Umbauen oder Umgestalten von Dingen, die wir im Alltag haben“. Statt etwas wegzuworfen, verwandelt man es beim Upcycling in etwas Neues, Nützliches. Man gibt Dingen also ein zweites Leben, oft in einer neuen, manchmal auch schöneren Form. Der Unterschied zwischen Upcycling und Recycling? Heldt nennt dafür ein Beispiel: Werden die verzierten Griffe von altem Silberbesteck zu Ringen umgeformt, spricht man von Upcycling. Würde das Silberbesteck hingegen eingeschmolzen, um das Silber für eine technische Anwendung zu nutzen, wäre das Recycling.

Wann ist das Aufmöbeln wirklich sinnvoll?

Das Praktische am Upcycling: Man kann sich kreativ austoben, spart womöglich Geld, weil man keine neuen Dinge anschafft und kann gleichzeitig der Umwelt etwas Gutes tun. Weil durch Upcycling Abfall reduziert und Ressourcen geschont werden. Und darauf sollte dann auch das Augenmerk gelegt werden. „Upcycling eignet sich, wenn Produkte herauskommen, die man brauchen kann und die auch gut funktionieren“, sagt Verbraucherschützer Heldt. Der Fokus liegt auf dem Nutzen, denn nicht jede Deko, nicht jeder Stifthalter aus einer Konservendose ist wirklich notwendig. Ziel ist es etwas zu schaffen, das verhindert, dass ein komplett neu hergestelltes Produkt gekauft werden muss.

Projekt-Ideen für Upcycling-Neulinge

Sie wissen nicht genau, wie Sie Ihre neue Begeisterung fürs Upcycling einsetzen können? Für Inspiration eignen sich soziale Medien wie etwa Instagram, sagt Philip Heldt. Auch auf Pinterest, YouTube oder in Upcycling-Blogs lassen sich Anregungen und Anleitungen finden. Eine Idee der DIY Academy in Köln: Aus alten Hemden oder Geschirrhandtüchern Geschenkbeutel für Anlässe wie etwa Weihnachten kreieren. Schneiden Sie daraus Quadrate in den Maßen 50 mal 50 cm zu, dann das Geschenk in die Mitte legen, die Stoffenden zusammenraffen und mit einer Schleife verzieren. So sparen Sie gekaufte Tütchen ein.

Aus einem alten, verknickten Gartenschlauch kann man hingegen einen wetterfesten Pflanzkübel oder ein Behältnis für Gartenutensilien bauen. Der Schlauch wird dafür aufgewickelt und in regelmäßigen Abständen mit Kabelbindern fixiert. Ist die gewünschte Höhe des Topfes erreicht, biegen Sie den Schlauch für die beiden Haltegriffe an zwei gegenüberliegenden Stellen hoch, fixieren die entstehende Schlaufe an beiden Seiten und legen noch eine weitere Schlauchlage darüber. Die Kabelbinder verbinden die Schlauchteilstücke, sodass Sie den Kübel direkt bepflanzen können, ohne dass bei jedem Wässern ständig Substrat aus den Ritzen gespült wird.

Ungenutzte Einmachgläser eignen sich hingegen gut, um Windlichter zu basteln. Und aus alten Holzpaletten können Möbelstücke werden. Schmirgelt man sie ab und streicht sie neu, kann man daraus etwa einen Tisch für den Balkon oder ein Bettgestell bauen. ■



DIE WELT EIN BISSCHEN

bunter MACHEN

Mit Gedichten, viel Farbe und jeder Menge Positivität begibt sich Tina Hüsck auf eine Mission

Text: Jacqueline Schlechtriem | Fotos: J. Schlechtriem, Katharina Nix

„Mein Vater hat immer gesagt: ‚Du bist wie eine Wundertüte – in jeder Ecke eine neue Überraschung‘“, erinnert sich Tina Hüsck aus Bad Marienberg, die sich auch selbst gerne als solche beschreibt. Treffender könnte dies kaum sein. Der quirlige Rotschopf ist bunt – ihre Kleidung, ihre Einrichtung, ihre Seele. Und das trägt sie auch stolz nach außen, nimmt sich selbst einfach nicht zu ernst. Getreu dem Motto „Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt“, geht sie durchs Leben und versucht dabei immer, diese ein Stück bunter zu machen und den Menschen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern.

Tina wurde als Winterkind im Februar in Hachenburg geboren und ist auf dieser Erde, um alles mit anderen Augen zu sehen. Für sie ist ein weißes Blatt Papier die Bühne ihrer Seele,





auf der sie sich gerne austobt. Mit ihrer erfrischenden, bunten und offenen Art schreibt sie ihre Gedanken nieder und verhilft damit auch anderen Menschen, die Wunder ihrer eigenen Seelen zu ergründen. Seit einigen Jahren veröffentlicht sie Gedichtbände und schafft damit genau das.

Ihre Bücher sind unkonventionell, ehrlich und regen die eigene Fantasie an. Mal zum Lachen, mal zum Weinen – aber immer genau auf den Punkt! Tina nimmt die Leser mit auf einer Reise zu sich selbst. Einfach mal um die Ecke denken, aus den eigenen Zwängen ausbrechen und mehr Positivität in sein Leben lassen – mit ihren Worten trifft sie dabei oft mitten ins Herz. Und das alles für den guten Zweck, denn der Erlös wird stets gespendet. „Am Anfang wollte ich einfach, dass meine Texte in die Welt rausgehen. Mein Wunsch wäre es, dass sich jeder an meinen Gedichten erfreuen kann. Und wenn ich damit dann noch etwas Gutes tue, hat das eine schöne Energie, die in jedem ein bisschen Glück entstehen lassen kann!“

Keinen Platz für Mainstream

„Es gibt gefühlt keine individuellen Sachen mehr und alle haben irgendwie diese gleichbleibenden Dinge. Ich war eigentlich nie so, ich bin so nicht aufgewachsen.“ Bis sie 17 Jahre alt war, wohnte Tinas Oma mit im Haus und von ihr lernte sie, aus alten Dingen neue zu zaubern. „Meine Oma war Schneiderin und Handarbeitslehrerin. Sie hat schon zu Kriegszeiten, wo die Leute überhaupt nichts hatten, aus alten Soldatenuniformen Kinderkleidchen oder Hosen genäht. Später nähte sie dann auch für uns, was ich immer schön fand. Wir sind dann losgefahren, um Stoffe einzukaufen, und ich durfte mitentscheiden.“

Schon damals wurde deutlich, dass Tina ihren ganz eigenen Kopf hat: „Ich weiß noch, dass ich mich bei einem Rock richtig durchsetzen musste. Ich wollte einen Rock, der dunkelblau, pink und weiß ist. Und das Ganze in so einer Art Seersuckerstoff, der dann in so weiten Tellerbahnen läuft bis zum Knie. Die Frage meiner Oma war dann nur, wie man das denn waschen soll. Das Dunkelblau läuft in das Weiß rein...“ Am Ende ging ihr Wunsch aber doch in Erfüllung.

Durch Kleidung und ihre Oma entwickelte Tina ihre Liebe für alte Dinge. Und für Sachen, die einfach anders sind. Sie liebt es, auf Flohmärkten oder in Second-Hand-Läden nach besonderen Schätzen zu suchen, ältere Funde aufzubereiten und ihnen ein neues Zuhause zu geben. Das einzige Problem dabei: Irgendwann ist so ein Haus halt auch mal voll. Verliebt sie sich in etwas, nimmt sie es aber dennoch mit. „Was willst du denn machen, wenn die Teile alle auf dich zufliegen? Da kannst du dich wehren, wie du willst. Das funktioniert nicht!“, lacht sie. Umso besser, dass es mittlerweile noch ein Ferienhaus in Holland gibt, in dem sie sich ebenfalls austoben kann.

Ihre eigene Villa Kunterbunt

Seit fast 20 Jahren wohnt Tina mit ihrer Familie und Hund Anton in einem Haus in Bad Marienberg – aber es ist nicht





INFOS

Instagram @wundertuetenpoet
www.wundertuetenpoet.de

FÜR EIN LEBEN GENUG

Funkenflug –
für ein Leben genug

Spontanität!

Denn es ist nie zu
spät,

seinen eigenen Weg
zu gehen,

seine eigene Seele
zu verstehen,

seinem eigenen
Herzen zuzuhören.

Und für sich zu
klären:

Was man wirklich
will,

wenn die Zeit
stünde still ...



nur ein Haus, sondern eine Schatztruhe voller Besonderheiten und Kuriositäten. Es ist ein Ort, der ihre Persönlichkeit widerspiegelt und ihre Kreativität beflügelt. Aus der einstigen Terrasse wurde ein Wintergarten, den sie auf Ebay geshoppt hat, und in den eine Küche gebaut wurde. „Geht nicht, gibt's nicht!“ ist bei Tina nämlich Programm. Der Boden wurde mit Fliesen aus einer alten Sakristei gelegt. Im Wohnzimmer hat sie sich mit einem weißen, runden Kachelofen samt Krönchen einen Mädchentraum erfüllt. An den Wänden findet sich alles, was strahlt und glitzert, gerne auch mal religiöse Bilder, dazwischen Frida Kahlo. „Was ich besonders liebe, das sind diese alten Bilder, die man früher in den Schlafzimmern über den Betten hatte. Wo man meistens einen Engel oder die heilige Mutter Maria sieht. Ich mag diese Farben, diese Leuchtkraft, auch diese Ruhe. Ich habe auch so ein Bild über meinem Bett hängen.“

Den Flur schmücken ihre heißgeliebten Cowboystiefel, das Gästebad überzeugt mit Shabby Chic und einem ganz besonderen Waschbecken. Kronleuchter, ausgefallene Figuren, kunterbunte Kissen – Überraschungen wohin man auch schaut. Im Schlafzimmer ein Überseekoffer vom alten Grafen zu Westenburg. „Es gibt nichts, was es nicht gibt. Es gibt nichts, was mich nicht interessieren könnte. Und was ich besonders gut kann: ganz viel in die kleinsten Ritzen stecken. Ich darf keine freien Ritzen haben!“ Das Highlight des Hauses ist jedoch Tinas Naturzimmer. Oder besser gesagt, ihr ganz persönlicher Rückzugsort mit Blick auf den „wilden Charaktergarten“, wie sie ihn nennt. „Hier kann ich schreiben und werkeln, habe dort alle meine Bücher, und kann so aus aller Welt irgendwie was einbringen“, schwärmt sie. Ein außergewöhnliches Zimmer, in dem sie Inspiration findet und das einmal im Jahr auch ein Weihnachtszimmer sein darf.

DU BIST WIE EINE WUNDERTÜTE – IN JEDER ECKE EINE NEUE Überraschung.

”

Sie mag es, wenn ihr Außen zum Innen passt – und das ist eben kunterbunt. Dennoch hat sie auch mal darüber nachgedacht, ob das nicht doch alles zu viel ist und probiert, alles ein bisschen zu reduzieren. „Aber wenn ich mit einem überfüllten Kopf in so eine Leere komme, merke ich irgendwann, wie diese Leere so fürchterlich leer ist, und dann muss ich wieder ein Kunterbunt haben, um auch Ideen zu finden. Dann könnte ich stundenlang meine eigene Deko anschauen, wie dann der Hund neben einem goldenen Gartenzwerg und den bunten Hühnern oder dem neuen Einhorn sitzt. Da habe ich dann direkt tausend Geschichten in Kopf.“

Immer reichlich Flausen im Kopf

Tina wäre nicht Tina, wenn es nicht ständig in ihrem Kopf arbeiten würde. An Ideen, was sie zukünftig gerne noch alles machen würde, mangelt es definitiv nicht. Das Schreiben wird sie weiterhin begleiten und gerne würde sie auch mal wieder was mit der kleinen Hexe Himmelblau machen, einer fiktiven Figur, die sie vor einigen Jahren kreiert hat, um mit lustigen Kurzfilmen auf YouTube zu unterhalten und die Zuschauer in eine magische Welt zu entführen.

„Ich bin ja auch so ein Glückstrüffelschwein. Und letztens habe ich nachgedacht und mir ist bewusst geworden, dass ich gerne kleine Glücksseminare geben würde. Die Leute leben ja alle so in den Tag hinein und man erkennt eigentlich gar nicht, wo sich die kleinen Glücke überall verstecken“, so Tina. „Unsere Konditionierung ist eher darauf ausgelegt, die

Dinge negativ zu betrachten. Dann habe ich mir gedacht, einfach ein schönes, füllendes Abendprogramm anzubieten, wo man eben lernt, Glück und Dankbarkeit zu fühlen. Vielleicht mit kleinen Übungen, die dabei helfen, Glückshormone freizusetzen. Ich möchte einfach, dass die Leute sich ganz viel mitnehmen können und dann eine kleine Glücksbibliothek besitzen. Raus mit den Stinkstiefeln und Energie-Vampiren – rein mit dem Glück, der Zufriedenheit und dem inneren Frieden!“

Aber egal, was Tina sich noch alles ausdenken wird, neue Gedichtbände sollen definitiv weiterhin erscheinen. Denn die rund 30 Exemplare, die sie bereits geschrieben hat, reichen ihr noch lange nicht. „Gedichte sind auch kleine Glücke. Die meisten Leute haben ja gar nicht mehr die Zeit und Aufmerksamkeitsspanne für lange Texte. So eine kleine, schnelle Sache zwischendurch – die kann man halt schnell mal lesen.“ Daher träumt Tina auch immer davon, ihre Worte weiter in die Welt zu tragen und tüfelt ständig an der Umsetzung von Ideen, die genau das machen sollen.

„Ich stelle mir vor, wenn ich irgendwann mal nicht mehr bin und Menschen sich um meinen Nachlass kümmern, wie sie meine vielen kunterbunten Kleidungsstücke und Schuhe sehen und denken ‚Guck mal, die muss doch verrückt gewesen sein‘. Dann entdecken sie vielleicht meine Bücher und finden heraus, was für ein Mensch ich war.“ Ein schöner Gedanke eines Menschen, der alles ein bisschen bunter und positiver machen möchte. Tina Hüschi lebt eben in ihrer eigenen Welt – und das ist auch gut so! ■

Rinne DIE



KOMMT
VON
INNEN

MIT FÜNF CLEVEREN STRATEGIEN DEM ALLTAGSSTRESS TROTZEN

Entdeckt von Jacqueline Schlechtriem, djd | Fotos: stock.adobe.com

Der Terminkalender ist voll, der Chef macht Druck, die Kinder quengeln und der Nachbar übt Klaviertonleitern: Solche Situationen kennt fast jeder. Doch während bei vielen Menschen dann die Nerven blank liegen, bleiben andere selbst in der größten Hektik gelassen. Zum Teil ist das sicher eine Frage der Veranlagung, aber auch clevere Strategien können helfen, im stressigen Alltag cool zu bleiben – denn echte Ruhe kommt von innen.

1 | DAS DENKEN ÄNDERN

Ob wir eine Aufgabe als negativen Stress oder positive Herausforderung empfinden, hängt auch von der Bewertung ab. Oft hilft es, sich bewusst zu machen, dass man vergleichbare Probleme schon zimal erfolgreich bewältigt hat – und es auch diesmal schaffen wird.

2 | GESUND ESSEN

Statt auf „Nervennahrung“ wie Chips und Süßigkeiten sollte man lieber auf komplexe Kohlenhydrate aus Kartoffeln, Hülsenfrüchten oder Vollkornprodukten sowie reichlich Obst und Gemüse setzen. Wichtig ist auch eine gute Magnesiumversorgung, denn das „Mineral der inneren Ruhe“ wird bei Stress vermehrt über den Urin ausgeschieden, und ein Mangel kann Schlafstörungen und innere Unruhe fördern. Unverzichtbar für ein funktionierendes Nervensystem sind außerdem B-Vitamine. Eine Extraportion der wertvollen Nährstoffe liefern etwa die Bioelectra Magnesium 400 mg Nerven und Muskeln Vital Direct-Sticks. Die Kombination aus hochdosiertem Magnesium und den wertvollen B-Vitaminen B1, B2, B6 und B12 unterstützt das Nervensystem sowie den Energiestoffwechsel und kann Müdigkeit und Erschöpfung verringern.

3 | DEN ALLTAG STRUKTURIEREN

Wer Aufgaben nach Plan erledigt und auch Pausen vorab festlegt, gerät nicht so leicht ins Rotieren. Kleine Rituale wie zehn Minuten Teepause am Morgen, ein Spaziergang in der Mittagspause oder ein abendliches heißes Bad, tun gut.

4 | SPORT TREIBEN

Regelmäßige Bewegung ist zwar ein weiterer Programmpunkt im Terminkalender – aber ein guter! Denn Sport hilft, Stresshormone abzubauen und negative Gedanken aus dem Kopf zu fegen. Und weil die Natur ebenfalls ausgleichend wirkt, verlegt man das Training am besten so oft wie möglich ins Freie.

5 | ENTSPANNUNGSTECHNIKEN NUTZEN

Mit Autogenem Training, progressiver Muskelentspannung nach Jacobson oder Atemübungen lässt sich Entspannung aktiv erreichen – mehr dazu und Tipps zur inneren Ruhe gibt es auf www.bioelectra-magnesium.de/entspannung. Ganz einfach ist beispielsweise die 4-7-8-Atmung: Vier Sekunden lang durch die Nase einatmen, sieben Sekunden die Luft anhalten und schließlich acht Sekunden geräuschvoll durch den Mund ausatmen. Viermal wiederholen. ■

MIT DEM HUND
entspa
IN DEN URLAUB



Entdeckt von Jacqueline Schlechtriem, djd
Fotos: stock.adobe.com

mit

Tipps für eine reibungslose Reise mit dem Vierbeiner

Den Hund im Urlaub dabeizuhaben ist für viele Halterinnen und -halter selbstverständlich. Schließlich werden auch die Möglichkeiten, den geliebten Vierbeiner mitzunehmen, immer vielseitiger – ob im Hotel, in der Airbnb-Unterkunft oder auf dem Campingplatz. Hier sind vier Tipps, mit denen im Urlaub alles entspannt abläuft.

1 | Vorbereitung

Natürlich muss der Vierbeiner bereits bei der Urlaubsplanung berücksichtigt werden, denn: „Auch in hundefreundlichen Unterkünften wird der Aufenthalt schnell langweilig, wenn der Vierbeiner die meiste Zeit alleine verbringt“, weiß Franziska Obert, Expertin der Agila Haustierversicherung. Am Urlaubsort sollte es deshalb genügend Strände, Parks, Wanderwege oder Wälder geben, die mit dem Hund besucht werden dürfen. „Gegenden, in denen besonders hohe Temperaturen herrschen, sind für Reisen mit Hund nicht ideal. Zudem ist es im Winterurlaub wichtig, dem Liebling immer genug Sonnenschutz zu bieten, um eine übermäßige Belastung oder gar einen Hitzschlag zu vermeiden“, so Obert.

2 | Einreisebestimmungen

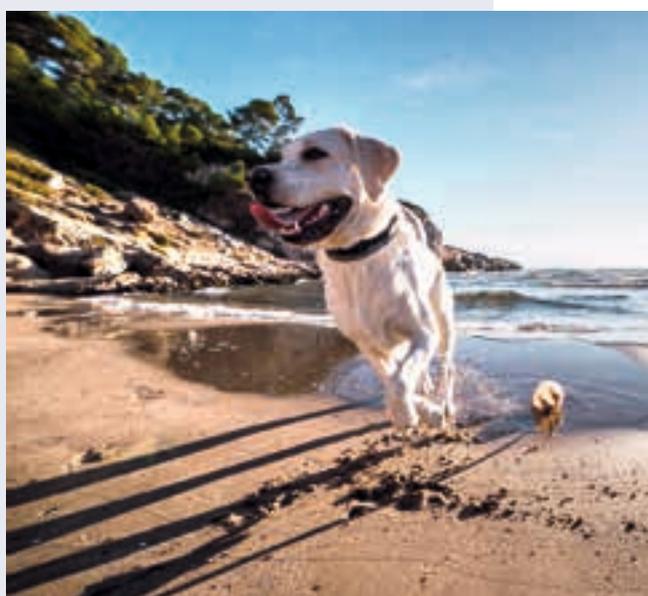
Innerhalb der EU benötigen Haltende für ihre Vierbeiner den blauen EU-Heimtierpass, eine gültige Tollwutimpfung und einen Mikrochip. Ergänzend dazu haben die jeweiligen Länder spezielle Regelungen für die Einreise mit dem Hund. So dürfen in viele Staaten etwa Hunde, die jünger als 15 Wochen sind, nicht einreisen. Generell sollten aber vor allem Nachbarländer für die Urlaubsreise infrage kommen, da die An- und Abreise für den Vierbeiner so



Foto links | Damit sich der Hund wohlfühlt, sollten gewohnte Gegenstände mit in den Urlaubsort genommen werden.

Foto links unten | Am Urlaubsort sollte es genügend Möglichkeiten geben, sich mit dem Hund bewegen zu können.

Foto rechts unten | An vielen Urlaubsorten gibt es mittlerweile speziell ausgewiesene Hundestrände, von denen aus die Vierbeiner ins kühlende Nass aufbrechen können.



besser zu ertragen ist. Zudem sollten sich Halterinnen und Halter rechtzeitig bei einem Tierarztbesuch informieren, welche Schutzimpfungen oder weiteren medizinischen Maßnahmen im jeweiligen Land sinnvoll und notwendig sein können.

3 | Versicherungen

Auch im Urlaub sind die beliebten Vierbeiner leider nicht vor Verletzungen oder anderen Wehwehchen gefeit. Und trotz guter Erziehung kann immer mal etwas kaputt gehen. Tierkrankenversicherung und Hundehaftpflicht schützen auch auf Reisen ins Ausland vor hohen Tierarzkosten und Haftpflichtansprüchen Dritter. Hier lohnt sich ein

Blick auf die genauen Vertragsbedingungen. Mehr Infos gibt es etwa auf der Website von Agila.

4 | Ausstattung

Damit sich der Vierbeiner wohlfühlt, sollten gewohnte Gegenstände wie Futternapf, Hundebett oder Kuschedecke und Spielzeug mitgenommen werden. „Auch eine ausreichende Menge des gewohnten Hundefutters darf nicht fehlen“, rät Expertin Obert. Eine Reiseapotheke ist ebenfalls sinnvoll: „Welche Medikamente und Mittel mitgenommen werden sollten, besprechen Halterinnen und Halter am besten vorab individuell mit ihrer Tierarztpraxis.“ ■

KOLUMNE



JACQUELINE SCHLECHTRIEM
REDAKTIONELLE LEITUNG 360-MAGAZINE

DIE SACHE MIT DEN GUTEN VORSÄTZEN

Wir kennen es doch alle: Das Jahr neigt sich dem Ende zu und plötzlich verspüren alle das dringende Bedürfnis, sich und sein Leben optimieren zu müssen. Wir wollen abnehmen, mit dem Rauchen aufhören, mehr Bücher lesen, es endlich schaffen, am Wochenende nicht erst mittags aus dem Bett zu fallen – eine vermeintlich bessere Person werden. Aber warum ist das so? Warum können wir nicht einfach mal zufrieden sein mit dem, was wir haben, mit der Person, die wir sind? Weil es immer höher, schneller, weiter gehen muss. Vielen Dank dafür, liebe Gesellschaft! Aber wenn man mal genauer darüber nachdenkt, versaut man sich doch direkt den Start in die nächsten 365 Tage. Wir setzen uns unter Druck, suchen nach Motivation. Und sollten wir ein paar Wochen später scheitern, fühlen wir uns schlecht.

Und lasst euch von mir nicht täuschen. Auch auf meiner Amazon-Wunschliste befindet sich ein schickes Walkingpad, womit man ganz praktisch seine tägliche Schrittzahl im Wohnzimmer erreichen kann. Was an den Geräten

aber vor allem so verlockend ist: die Tatsache, dass man sie einfach unters Bett schieben kann. Da könnte es sich dann zusammen mit meiner Yogamatte und dem Hula-Hoop-Reifen über meine kläglichen Versuche Sport zu treiben lustig machen. Am Ende weiß ich, dass jetzt nicht der richtige Zeitpunkt ist. So fazeit mit einer großen Schüssel Pasta lassen mein Herz einfach wesentlich höherschlagen.

Aber natürlich sollten wir alle auf uns achten und wenn uns Dinge stören, können wir versuchen, sie zu ändern. Aber der richtige Moment dafür ist immer dann, wenn man es fühlt und nicht, weil plötzlich der 1. Januar vor der Tür steht. Und wenn ihr euch doch Ziele setzen wollt, wählt die, die realistisch sind, die euch Freude bereiten und die euch wirklich guttun – körperlich und mental. Um es mit den Worten von Matt Haig, einem meiner Lieblingsautoren, zu sagen: „Wenn du danach strebst, etwas zu sein, das du nicht bist, wirst du immer scheitern. Strebe danach, DU zu sein.“ Und ein lieb gemeinter Rat zum Schluss: Iss die verdammte Pasta! ■

Olympia

SPRINTERIN SOPHIA JUNK
LEBT IHREN



traum

EINE STEILE KARRIERE, EMOTIONALE ENTSCHEIDUNGEN UND EINE MEDAILLE IN BRONZE

Text: René Weiss | Fotos: Team Deutschland, picture alliance/dpa, privat

Wer Sophia Junk in emotionalen Momenten zuhört, bekommt Gänsehaut. Sie weiß, wie es geht, Menschen mit Worten zu fesseln, sie mitzunehmen und ganz genau zu vermitteln, was gerade in ihrem Kopf passiert. Sophia Junk ist in einer Zeit, in der Floskel-Interviews die Oberhand gewinnen, eine Sportlerin, die aus ihren Gefühlen nie ein Geheimnis macht. Nicht nach Enttäuschungen und erst recht nicht nach Erfolgen. Die 25-Jährige ist das, was man, trotz steil aufwärts zeigender Karriere, einen bodenständigen Athleten nennt. Und sie ist vor allem eines: schnell.

Olympische Spiele 2024

Sommer 2024, die Welt schaut zwei Wochen lang nach Paris. Olympische Spiele, die weltbesten Sportler aus allen möglichen Disziplinen versammeln sich auf einen Fleck. Zum ersten Mal befindet sich darunter auch Sophia Junk. So ein großes Wort wie Olympia passe gar nicht zu einem so kleinen Menschen wie sie, hatte sie vor ihrer Abreise mit dem deutschen Leichtathletik-Tross in die französische Hauptstadt gesagt. Und jetzt wurden ihre Erwartungen noch einmal übertroffen. „Paris war noch viel pompöser, viel größer als ich es mir vorgestellt hatte. Auch wenn ich Letzte geworden wäre, hätten die Erfahrungen und Eindrücke genauso ausgesehen.“

Junk, knapp 1,70 Meter groß, wird auf der Rundbahn des Olympiastadions von St. Denis eine ganz Große. Nach ihrer Olympia-Mission reist sie als Bronzemedailengewinnerin mit der deutschen 4x100-Meter-Staffel in ihre Koblenzer Heimat zurück. Neben der besonderen Auszeichnung befindet sich viel Stolz im Gepäck. Stolz auf das Ergebnis, aber irgendwann auch Stolz auf eine Entscheidung, die die Sprinterin der LG Rhein-Wied zwischen Vor- und Endlauf treffen muss: Muskuläre Pro-



bleme im Oberschenkel verhindern, dass Junk 100 Prozent abrufen kann. „Wir Leichtathleten sind als Einzelsportler geboren, aber wenn wir als Staffel auf der Bahn stehen, sind wir eine Mannschaft“, so die 25-Jährige.

Mit gebrochenem Herzen und nach vielen geweinten Tränen, wie sie später selbst erzählt, verzichtet sie auf die Final-Teilnahme. „Weil 99 Prozent vielleicht nicht gereicht hätten, und wir unbedingt unser Ziel erreichen wollten, eine Medaille zu gewinnen.“ Ihre vier Staffellokolleginnen Alexandra Burghardt, Lisa Mayer, Rebekka Haase und Gina Lückenkemper schaffen es, laufen auf Platz drei – auch für Sophia Junk. Nach dem Einlaufen ins vollbesetzte Stadion war die Siegerehrung Junks zweiter Gänsehaut-Moment, denn: „Ich hätte mir niemals erträumen können, dass ich eine Medaille gewinne. Das auszusprechen, ist immer noch absurd. Diesen Moment vergesse

ich nie, weil bei Olympia dabei zu sein schon so viel Wert ist, auch wenn man als Leistungssportler natürlich immer die bestmöglichen Ergebnisse aus sich herausholen möchte.“

Immer wieder aufgestanden

Um es in der Leichtathletik-Sprache auszudrücken: Der Finalverzicht ist nicht die erste Hürde, die Sophia Junk genommen hat. Anderthalb Jahre vor Olympia musste sie sich für das Jahr 2023 aufgrund einer Schulteroperation ein stark reduziertes Wettkampfprogramm auferlegen. Die gebürtige Konzerin glaubt an sich, vertraut ihrem medizinischen und betreuerischen Umfeld und hat keine Angst, das Olympia-Ziel zu verpassen. „Für genau diese Momente bei der Siegerehrung in Paris geht man durch Tiefs, in denen man sich an seine sportlichen Träume erinnert“, sagt Junk und macht damit deutlich, wie wichtig der



mentale Aspekt ist. „Das Olympia-Erlebnis ist der Lohn für so manche harte Zeit, Bestätigung dafür, dass jeder gegangene Weg und jede getroffene Entscheidung richtig war. Jedes Aufstehen nach einem Fall hat sich gelohnt.“

Die 25-Jährige ist nach Rück- und Schicksalsschlägen immer wieder aufgestanden. „Der Sport hat mir immer Halt im Leben gegeben“, sagt sie und meint damit vor allem die schwierigen Momente, als ihr Vater im Jahr 2015 unerwartet verstarb und sie nach einem schweren Unfall ihres ehemaligen Trainers bei der TG Konz, ihre sportliche Zukunft neu ordnen musste. Junk verließ mit 16 Jahren das Zuhause, ihre Familie und Freunde, um ins Koblenzer Sportinternat zu ziehen. Hier entstand die Nähe zu ihrem späteren Verein LG Rhein-Wied und der Kontakt zu ihrem neuen Heimtrainer Martin Schmitz. Es war der erste große Schritt auf dem Weg zur erfolgreichen

Karriere, die früh internationale Medaillengewinne einbrachte. Einmal Gold und einmal Silber bei U20-Euro-, einmal Gold bei U20-Welt- sowie zweimal Gold und einmal Silber bei U23-Europameisterschaften reicherten die Sammlung großer Erfolge an. Olympia-Bronze ist – auch ohne Final-Teilnahme – mindestens genauso viel Wert, eher mehr, weil es in der Sportwelt schlichtweg keine größere Veranstaltung gibt. „Ich werde das wahrscheinlich erst alles verarbeitet haben, wenn ich nach Olympia wieder zu Hause bin“, mutmaßte Junk vor den beiden Wochen von Paris.

Ein Blick in die Zukunft

Ein paar Monate sind seitdem vergangen, die bislang größte Saison in der Laufbahn der Sophia Junk ist beendet. In der Jahreszeit der fallenden Blätter sammeln die Sprinter Kräfte für die Hal-



JETZT BIN ICH VIEL gelassener.

”

lensaison, oder eben das, was im kommenden Jahr folgt. Auf die „Faule Haut“ legt sich Sophia Junk aber nicht. Des Leistungssports wegen ist die Polizeikommissarin lange im Jahr vom Dienst freigestellt. Aber ein paar Wochen heißt es dann doch: Wechselschichtdienst anstatt Training. „Dadurch habe ich mich mit ganz anderen Dingen als mit der Leichtathletik beschäftigt. Es wird immer noch etwas dauern, bis ich das, was in diesem Sommer passiert ist, alles richtig realisiere.“ Vielleicht dann ein Stück mehr, wenn sie die Medaille wieder in die Hand nimmt. Momentan befindet sie sich noch im Medaillenkoffer im Schlafzimmer. Wenn ihr Umzug aus Koblenz nach Frankfurt abgeschlossen ist, wird sie ihren Platz in der Glasvitrine im Wohnzimmer finden. „Druck“ ist ein wichtiger Begriff im Leistungssport. Das Jahr 2024 hat ein großes Stück von Sophia

Junks Schultern genommen. Ihren sportlichen Lebenstraum hat sie sich in Paris erfüllt. „Ich bin einer der wenigen Menschen, der dieses Privileg genießen durfte. Jetzt bin ich viel gelassener.“

Doch in der Leichtathletik vergeht kein Jahr ohne große Meisterschaften. 2025 steht unter anderem die Weltmeisterschaft in Tokio, 2026 die Europameisterschaft in Birmingham an. Und Olympia 2028 in Los Angeles? „Das wird ganz bestimmt wahnsinnig toll. Aber ich will nicht in so großen Abschnitten denken. In vier Jahren kann viel passieren. Der Körper kann einem immer sagen ‚Bis hierhin und nicht weiter.‘ Es wäre auf jeden Fall schön, Olympia noch einmal zu erleben. Aber wo ich jetzt einmal dabei war, gehe ich alles eben etwas gelassener an.“

RANSBACH-BAUMBACH • LIMBURG • KOBLENZ

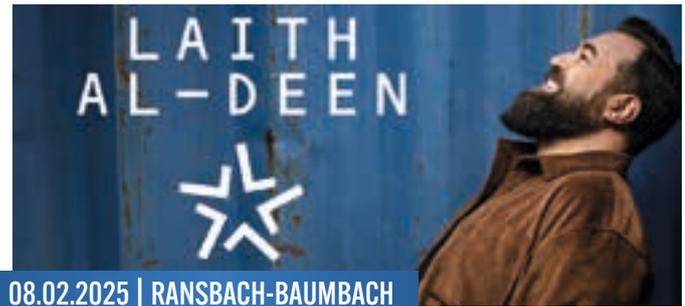
VON POP-MUSIK UND SCHLAGER

BIS HIN ZU ECHTEN ROCK-LEGENDEN

KARTEN
DIE
GESCHENKIDEE

Laith Al-Deen: „Die längste Zugabe der Welt“

Nach dem überwältigenden Erfolg des ersten Teils seiner „Dein Begleiter“ Tour 2024 setzt LAITH AL-DEEN seine musikalische Reise fort und kündigt nun Teil 2 an: Unter dem Motto „Die längste Zugabe der Welt“ bringt der Deutsch-Pop-Star im Januar und Februar 2025 erneut die Bühnen Deutschlands zum Beben – mit neuen Songs, aufregend-frischen Show-Elementen und einer unvergesslichen und warmherzigen Atmosphäre, die jedes Mal aufs Neue seine Community begeistert. Am 08.02.2025 kommt LAITH AL-DEEN in der Stadthalle Ransbach-Baumbach.



08.02.2025 | RANSBACH-BAUMBACH

Wahnsinn! – Die größte Wolfgang Petry Show

2025 geht die größte Wolfgang Petry-Party weiter: „Wahnsinn! – Die Show 2025“ – bietet nicht nur jede Menge Wolfgang Petry-Hits, sondern eine Zeitreise, die bewegende Momente, unterhaltsame Geschichten und persönliche Anekdoten aus Wolfgang Petrys Karriere aufleben lässt. Die Show am 12.02.2025 in der CGM-Arena Koblenz feiert all seine größten Hits wie „Verlieben, verloren, vergessen, verzeihen“, „Der Himmel brennt“ und natürlich auch „Wahnsinn“.



12.02.2025 | KOBLENZ

Die Rocklegenden von CCR kommen nach Limburg

Ein weiteres Highlight erwartet das Publikum am 12.02.2025 in der Stadthalle Limburg mit Creedence Clearwater Revived und ihrer „Woodstock and Beyond Tour“ 2025/2026. Die legendäre Band, geführt von Johnnie Guitar Williamson, bringt die besten Hits der Woodstock-Ära sowie seltener gespielte Klassiker auf die Bühne und lässt die gute alte Zeit aufleben. Die Fans können sich auf eine energiegeladene Show freuen, die die Musik von CCR zelebriert und Erinnerungen weckt – ein unvergleichliches Erlebnis für alle, die Rock-Legenden live erleben möchten.



12.02.2025 | LIMBURG

Bernhard Brink: „Stärker als die Ewigkeit“

Am 28.03.2025 begeistert Bernhard Brink seine Fans mit seinem 25. Studioalbum „Stärker als die Ewigkeit“ in der Stadthalle Ransbach-Baumbach. Der „Schlagertitan“ präsentiert sieben neue Songs und Neuinterpretationen großer Hits. Mit Titeln wie „So wie Major Tom“ verspricht Brink große Gefühle und tiefgründige Texte. Seit mehr als 50 Jahren prägt er die deutsche Schlagerwelt und bietet seinem Publikum auch diesmal eine Show voller Leidenschaft.



28.03.2025 | RANSBACH-BAUMBACH



12.04.2025 | RANSBACH-BAUMBACH



06.05.2025 | LIMBURG



31.05.2025 | RANSBACH-BAUMBACH



30.10.2025 | RANSBACH-BAUMBACH

Tickets bei allen bekannten Vorverkaufsstellen oder unter
Ticket-Hotline: 06453/91 24 70

www.depro-konzerte.de

[deprokonzerte](https://www.facebook.com/deprokonzerte)

[depro_konzerte](https://www.instagram.com/depro_konzerte)



DAS NEUE WOHNKONZEPT



Chillig, Stylish & voller Leben

Betritt man den TRÖSSER Showroom in Mülheim-Kärlich, so erlebt man ein unvergleichbares Einkaufserlebnis in ganz besonderer Atmosphäre. Eine Wohlfühloase aus harmonischen Materialien, Farben und Formen, die beeindruckende Inspirationen für jeden Geschmack und jede Lebenssituation bietet. Neben über 25 Wohnerlebniswelten findet man auch das „House of living“. Eine Marke, mit Raum für kreative Ideen. Trendige, junge Polstergarnituren in neuen Designs und in langlebiger Qualität erstrahlen in facettenreichen Farben, die alle auf ihre ganz eigene Art und Weise beeindruckend. Jedes Möbelstück der Marke „House of living“ ist ein Eyecatcher und wirkt nicht nur in Kombination, sondern macht auch als Solo Star eine traumhafte Figur. Ob natürlicher

Landhausstil, lässiger Loft-Style, angesagter Retro-Look oder glamouröser Wohntrend Modern Art déco – die Modelle der Marke House of living integrieren sich perfekt in viele unterschiedliche Einrichtungsstile. Alles ganz individuell und perfekt aufeinander abgestimmt, mit passenden Ess-Stühlen, Tischen, Teppichen und Boxspringbetten, sowie stimmigen Wohnaccessoires. „Damit folgen wir dem Trend der offenen Wohnraumgestaltung“ erläutert Geschäftsstellenleiter Daniel Weber. „Heutzutage werden Räume gerne zusammengefasst, wodurch ein durchgängiges Einrichtungskonzept immer wichtiger wird.“

Besuchen Sie jetzt TRÖSSER in Mülheim-Kärlich und erleben ein neues Wohnflair! Willkommen Zuhause!



Jedes Wunschmaß möglich!

ECKSOFA

ca. 276 x 170 cm, mit Sitztopper aus Daunengemisch für softig weichen Loungekomfort, Stoff grau.

1499,- 2799,-
AKTIONSPREIS

Alle Preise in Euro, ohne Deko. Alle Maße sind Ca.-Angaben. Modell- und Farbabweichungen, Irrtümer und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Für Druckfehler keine Haftung. Alles Abholpreis!

 **Musterring**


WOHNEN

KOINOR


W.SCHILLIG



MÜLHEIM-KÄRLICH

Industriestraße 28 | 56218 Mülheim-Kärlich | Tel.: 0261/25725
 Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 10:00 – 19:00 Uhr · Sa. 10:00 – 18:00 Uhr

www.troesser.de

JETZT BEI TRÖSSER – Designstühle zu Top-Preisen



DESIGN-STUHL
 360° drehbar mit Rückhol-
 funktion, Trendstoff grau
 oder taupe. Nur solange
 Vorrat reicht.

129,-
 AKTIONSPREIS



DESIGN-STUHL
 ohne Armlehne, in Trend-
 stoff. Nur solange Vorrat
 reicht.

139,-
 AKTIONSPREIS



DESIGN-STUHL
 360° drehbar mit
 Rückholfunktion,
 Trendstoff. Nur solange
 Vorrat reicht.

149,-
 AKTIONSPREIS



KOMMODE
 Massivholz,
 Deckplatte Marmor
 ca. 160 x 78 cm.
1499,-

inkl. Rückholfunktion

360° drehbar



DESIGN-STUHL
 360° drehbar mit
 Rückholfunktion. Nur
 solange Vorrat reicht.

179,-
 AKTIONSPREIS

WHISKY

NICHT TRINKEN, SONDERN GENIESSEN



AUSZEICHNUNG FÜR DIE VILLA KONTHOR

Text: Jürgen Müller | Fotos: Villa Konthor, stock.adobe.com

Robin Pitz, Geschäftsführer der Villa Konthor in Limburg, erinnert sich noch gut an die Eröffnung der Villa Konthor. Bald 20 Jahre ist es her, doch aus dem Stand avancierte sie zur Top-Adresse beim Whisky. Kaum eine Bar bot mehr an. Und in dieser Spitzengruppe befindet sie sich bis heute. Fast ist es also so, als trügen man Eulen nach Athen, oder besser: Nosinggläser nach Dufftown.

Die Villa Konthor muss man einfach kennen. Das Angebot ist üppig, tiefeschürfend und um einiges größer und vielfältiger als zu Beginn. Man wächst mit den Gästen, allen voran den vielen internationalen während der Whisky Fair-Messe, wo man ein Hotspot des Liebhaber- und Nerd-Treffs ist. Und den führenden Kopf dafür, nämlich Robin Pitz, darf man dabei keineswegs unerwähnt lassen. Seine unermüdliche Triebkraft prägt die Villa Konthor mit einem umfassenden Programm, darunter Menüs, Events, Verkostungen, exklusive Whiskyweekends, Volkshochschulkurse, Reisen ins Mutterland des Whiskys nach Schottland sowie ein hauseigener Shop. Hier werden rund 850 Whiskys mit den Schwerpunkten Single Malts, Blended Scotch (20), Independents (70%), Irish (30)/

US-Whiskey (20), JP (15), New World (10), DE (20) und Raritäten angeboten. Zudem gehören verschiedene Tastings zu den Themen Whisky, Tee, Craft Beer, Gin, Rum, Schokolade oder Wein zum Repertoire. Private Veranstaltungen werden auf Anfrage organisiert. Außerdem ist die Villa Konthor natürlich auch ein wichtiger Bestandteil der jährlichen überregional anerkannten Whiskymesse in der Limburger Stadthalle.

Zum 25. Jubiläum der InterWhisky in Wiesbaden wurden im November 2024 zum 10. Mal von dem Fachmagazin „Der Whisky Botschafter“ die GERMANY'S BEST WHISKY AWARDS vergeben. Die wichtigsten Awards für die deutschsprachige Whisky-Szene würdigen Whisky-Genuss der Extraklasse und werden jedes Jahr durch „Der Whisky-Botschafter“ verliehen. Auch in diesem Jahr bestimmten die Leser bei den Awards durch eine Online-Umfrage im Vorfeld maßgeblich mit. Der große Saal im Kurhaus Wiesbaden fungierte als feierliches Ambiente für die Awards in insgesamt sieben Kategorien. In der Kategorie „Best Whisky Bar 2025“ kam die Villa Konthor hinter der Schwarz Weiß Bar in Stuttgart und vor der Bar Union Jack in Berlin auf den 2. Platz. ■



Security Tech Germany

1924
2024
0 YEARS
0 ABUS
0 FAMILY



**ABUS SAGT DANKE
FÜR 100 JAHRE**

Offene Vakanzen finden Sie online



abus.com



M ys tische Orte

DIE GESCHICHTE(N) ERZÄHLEN

Andreas Stahl hat sich auf die Suche nach Lost Places begeben

Text: Jacqueline Schlechtriem | Fotos: Andreas Stahl

Vergessene Orte, die ihren einstigen Glanz verloren haben und heute von Stille und Verfall geprägt sind: Lost Places üben eine magische Anziehungskraft aus, da sie das Vergangene mit einer mystischen Atmosphäre umgeben. Fotografen, Historiker und Abenteurer zieht es an diese Orte, um die Schönheit des Verfalls festzuhalten und die verborgenen Geschichten zu erkunden, die zwischen bröckelndem Putz und verrostetem Metall verborgen liegen.

So geht es auch dem Westerwälder Autor und Objektfotografen Andreas Stahl, der in seinem neuesten Buch „Lost & Dark Places Westerwald“ 33 vergessene, verlassene und unheimliche Orte in der Region vorstellt, die voller Geheimnisse steckt. So lagert(e)n auf und unter dem kargen Boden des Westerwalds gewaltige Waffenarsenale, es gibt eine vergessene unterirdische Bedürfnisanstalt, verwaiste Tanzpaläste, gruselige Hotels und ruinöse Gasthäuser. Und einen Massenmörder, dessen Geschichte einem eiskalte Schauer über den Rücken jagen wird...

Im Interview berichtet Andreas Stahl über seine faszinierende und geheimnisvolle Reise durch den Westerwald,

was ihn an diesen vergessenen Plätzen so sehr begeistert und über die Erlebnisse, die er bei seinen Erkundungen gesammelt hat.

Was hat Sie dazu bewogen, Bücher über Ihre Heimatregion zu schreiben?

Nunja, ich bin ein waschechter und windgestählter Wäller, bin als Hausgeburt am höchsten Flecken des Westerwaldes geboren, meine Muttersprache ist Wäller Platt. Keine Region dieses Landes ist mir so vertraut, wie der Westerwald und der wiederum steckt voller Geheimnisse, Überraschungen, Schönheiten und Orten voller Mythen. Man muss sich nur die Zeit nehmen, sich auf diese einzulassen, sie zu entdecken. Und wenn man dann auch noch gerne schreibt, dann weiß man gar nicht, wo man anfangen und aufhören soll – hinter nahezu jeder Ecke ein neues Wunder.

Was muss ein Ort haben, um es in Ihre Bücher zu schaffen?

Das mag zwar jetzt ziemlich banal klingen, aber das Wichtigste – für mich – ist, dass der Ort irgendetwas in mir auslöst. Da ist es zunächst zweitrangig, ob dies Grusel- oder Angstgefühle sind, oder ob da mehr Erstaunen und Überraschung im Vordergrund stehen. Wichtig ist, dass meine Fantasie und meine Gefühlswelt angesprochen oder geriggert werden. Wenn ich irgendwo stehe und staune, mich frage, was das denn mal gewesen sein könnte. Finde ich hinter der nächsten Ecke vielleicht irgendwelche völlig überraschenden oder vergessenen Gegenstände? Welche Geschichten könnten sich hinter diesem Ort verbergen? Das ist schon sehr spannend.

Auf der anderen Seite gilt es aber erst einmal, die Orte überhaupt zu finden. Und dann gilt es auch noch Bild- und/oder eigentumsrechtliche Aspekte zu berücksichtigen.

Warum haben Sie angefangen Lost Places zu suchen und wie findet man sie?

Letztlich habe nicht ich Lost Places gefunden, sie haben mich gefunden. Ich war eigentlich gar nicht auf der Suche nach ihnen. Es hat sich irgendwie so ergeben. Nach meinen beiden Westerwaldbüchern (Glücksorte und Blaue Glücksorte im Westerwald) war ich offen für neue schreibtechnische Abenteuer, an Lost Places habe ich dabei überhaupt nicht gedacht. Doch das Leben hält so manche

Überraschung parat. In dem Falle war es eine zwanglose Unterredung auf der Frankfurter Buchmesse, in deren Folge mir das Angebot ins Haus flatterte, ob ich mir – mit bereits zwei veröffentlichten Westerwaldbüchern sei ich ja offenkundig ausgewiesener Westerwaldkenner – vorstellen könne, ein Buch zu Lost and Dark Places im Westerwald zu schreiben.

Das ist dann schon ein reizvolles Angebot und ein spannendes Feld. Ich wäre von mir aus gar nicht darauf gekommen, aber es hat einfach gepasst. Und ja, wie sucht – und vor allen Dingen, wie findet man solche?

Ich würde meine Vorgehensweise in vier Kategorien einordnen wollen: Zum einen sind da die Handvoll Orte, die einem einfach bekannt sind. Ich denke wohl jede und jeder kennt ein paar verfallene und verlassene Orte und das war bei mir nicht anders. Dann natürlich die Recherchen in Print- und Digitalmedien, in welchen über einzelne Orte berichtet wurde. Es gibt die „geheimen“ Landkarten, die im Internet kursieren, in welchen Lost Places (meist allerdings ohne weitere detailliertere Informationen) mit Fähnchen-Symbolen eingezeichnet sind. Und den ein oder anderen Tipp erhält man dann auch in Gesprächen. Auf Informationen aus internen Internetforen habe ich indes bewusst verzichtet.

Gibt es einen bestimmten Lost Place, der Ihnen besonders am Herzen liegt, und warum?

Das kann ich so nicht beantworten. Das hängt vermutlich von der jeweiligen Herangehens- oder Sichtweise ab. Wenn ich in Indiana Jones-Welten eintauchen möchte, fällt mir sicherlich die Bauruine „Hohler Zahn“ ein. Die erhebt sich da völlig überraschend aus dem Wald und wirkt so, als könne sie einem spektakulären Hollywood-Abenteuerfilm entsprungen sein.

Spannend finde ich aber auch das im Buch beschriebene Bundeswehrübungscamp, gerade weil es optisch überhaupt nicht an einen Lost Place erinnert, sondern man eher an ein Urlaubsidyll denkt. Erschreckend hingegen ist eine vormalige Raketenabschussstation, bei der nicht klar ist, ob vormalig Atomwaffen hier lagerten, was einen wieder schaudern lässt. Und natürlich ist der entdeckte Bauhaus-Klon ein architektonisches Highlight, bei dem mir das Herz aufgeht und bei dem ich mir nur wünschen kann, dass alles so bleibt, wie es ist.



ANDREAS STAHL
LOST & DARK PLACES
WESTERWALD

33 VERGESSENE, VERLASSENE
UND UNHEIMLICHE ORTE

ISBN 978-3-7343-2543-4

22,99 EURO

BRUCKMANN VERLAG





Hatten Sie jemals unerwartete Begegnungen an einem Lost Place, wie zum Beispiel mit anderen Menschen oder Tieren?

In Bendorf-Sayn habe ich tatsächlich den dort Zuflucht gefunden habenden Zirkus Frankello angetroffen. Ich habe damals aber dann darauf verzichtet, das Firmengelände näher zu inspizieren, was ich später, mit Genehmigung des Eigentümers, nachholte. Ansonsten, nein, habe ich nicht.

Welche Geschichten hinter den Orten faszinieren Sie am meisten?

Das Spannendste ist sicherlich, was diese Geschichten mit mir selbst machen, wie offen ich bin, diese in mir aufzunehmen. Das gilt für die Sach- und Wissensebene ebenso wie die

emotionale Ebene. Auf der Sach- und Wissensebene habe ich Lehrreiches über das Gehör von Ziegen gelernt – was im Buch zu einer sehr zynischen menschlichen Auslegung führt. Ich weiß jetzt, was ein Interlock-Jersey oder eine Charmeuse sind, wo Kelten siedelten, wo der König von Mallorca brillierte und wie hilfreich es zuweilen ist, einmal über den eigenen Tellerrand zu schauen – so manche Lösung findet sich in keinem Lehrbuch.

Auf der emotionalen Ebene verwundert mich so manches. Wenn ich zum Beispiel die Geschichte des Massenmörders Angerstein nehme, so ist die Lektüre von rund einhundert Jahren alten Zeitungsberichten in drastischer Sprache schon sehr spannend.

LOST PLACES SIND EIN FINGERZEIG DER Schöpfung.

”

Wenn ich mir vorzustellen versuche, was wohl im Kopf des Herrn Angerstein vorgegangen sein muss und ihn zu seiner blutrünstigen Tat verleitete, schaudert es mich.

Warum sind Lost Places für viele Menschen so anziehend?

Lost Places regen die Fantasie an. Hinter jeder Tür, hinter jeder Ecke könnte ein Geheimnis lauern. Was war hier früher, welche Menschen lebten, arbeiteten, stritten, liebten sich hier? Warum ist nun alles verfallen? Das ist absolut spannend. Ich kann jedem und jeder nur empfehlen, sich einmal mit dem Niedergang einzelner Orte, Gegenden, Gesellschaften zu beschäftigen. Vor allen Dingen macht es auch etwas mit einem selbst.

Ich denke, die Arbeit zu diesem Buch hat mir selbst sehr viel geschenkt. Ich bin demütiger geworden. Die Erkenntnis, dass das Leben, unser aller Leben, endlich ist – ich denke, bei mir ist diese Erkenntnis vom Kopf in den Bauch gerutscht. Wie klein, wie unbedeutend doch der Mensch ist, das ist kein bloßes Wissen, das ist vor allen Dingen ein Gefühl – und damit wird es zum Geschenk. Ich denke, im Rahmen der Auseinandersetzung mit Lost and Dark Places bin ich tiefenentspannter geworden: Ist es nicht weitaus sinnvoller und besser, sich mit den Schönheiten des Lebens zu beschäftigen, statt sich wegen Nichtigkeiten zu zerstreiten? In diesem Sinne sind Lost (and Dark) Places so etwas wie ein Fingerzeig der Schöpfung. ■

EIN GUTES Gefühl

NICHT NUR
FÜR ABENTEUERER

Satellitenkommunikation sorgt dort für Sicherheit, wo es kein Mobilfunknetz gibt

Entdeckt von Jacqueline Schlechtriem, djd | Fotos: djd/www.zoleo.com

WLAN ist heute allgegenwärtig und erlaubt es Smartphone-Usern, immer und überall online zu sein. Immer und überall? Das gilt nicht so ganz, denn gerade Outdoor-Enthusiasten haben regelmäßig „kein Netz“. Herkömmliche Mobilfunkverbindungen sind dann nicht möglich oder stark eingeschränkt. Hier kann eine moderne, aber dennoch erschwingliche Satellitenkommunikation zum Einsatz kommen und bei den Abenteurern genauso wie bei Freunden und Angehörigen für ein gutes Gefühl der Sicherheit sorgen – egal ob die Outdoor-Fans durch dichte Wälder wandern, hohe Berge erklimmen oder weit entfernte Ecken der Welt erkunden.

SOS-Funktion alarmiert im Bedarfsfall 24/7-Notrufzentrale

Das Satellitenkommunikationsgerät von Zoleo etwa nutzt das Iridium-Satellitennetzwerk und bietet eine weltweite Abdeckung. Per Zwei-Wege-Messaging kann man mit Smartphone oder Tablet über eine App Nachrichten senden und empfangen und auf diese Weise mit anderen Wanderern in Kontakt bleiben, Erlebnisse mit den Liebsten zu Hause teilen und vor allem bei Bedarf über eine SOS-Funktion eine 24/7-Notrufzentrale alarmieren. Diese schickt Hilfe an den Standort des oder der Betroffenen. Durch die Partnerschaft mit einem Wetterdienst sendet das Satellitengerät exakte Wettervorhersagen aufs Smartphone, die auf den Standort des Nutzers zugeschnitten sind. Dank Aktualisierungen zu Windgeschwindigkeit, Windrichtung, Niederschlag und anderen Wetterbedingungen kann man seine Aktivitäten sicher planen. Das robuste und kompakte Satellitenkommunikationsgerät sollte man am besten am Rucksack oder am Körper tragen. Der Akku erlaubt bis zu 200 Stunden aktive Nutzung und bis zu 2000 Stunden Stand-by-Zeit.

Den Standort mit Kontaktpersonen „teilen“

Das Satellitensystem kann über eine Zusatzoption medizinischen Beistand leisten, auch wenn gerade kein Netz verfügbar ist: Beratung in Notfällen, Hilfe bei der Suche nach einer Klinik, einem Krankenhaus, einer Apotheke oder einem Zahnarzt sowie Unterstützung beim Ersatz von Rezepten oder medizinischen Hilfsmitteln. Mit einer Standortfreigabe und -ortung können Nutzer ihre Kontaktpersonen zu Hause immer auf dem Laufenden halten. Dabei werden die GPS-Koordinaten an Nachrichten angehängt, oder man teilt einen klickbaren Link, der eine webbasierte Karte bereitstellt, auf der Kontaktpersonen das Satellitengerät leicht verfolgen können. ■



LIEDSTADT

BESONDERE BEGEGNUNGEN ZWISCHEN MENSCH UND MUSIK

Text: Jasmin Rumpf | Fotos: David Königsmann, Sebastian Madej, Chris Gonz

Dass Musik mehr ist als nur Melodie und Gesang, sondern auch die Stimmung beeinflusst und Emotionen weckt, ist nichts Neues. Doch Julian Prégardien, Cate Pisaroni und Kian Jazdi haben dieser Tatsache ein besonderes Projekt gewidmet. Der international erfolgreiche Tenor hat gemeinsam mit der Art-Direktorin und Medienexpertin sowie dem Musiker und Projektentwickler im Dezember 2023 das gemeinnützige Unternehmen „Liedstadt“ in Limburg gegründet – ein Kultur-Startup, das sich zur Aufgabe gemacht hat, Musik in all ihren Facetten einem breiten Publikum zugänglich zu machen.

Die Drei teilen sich nicht nur die Leidenschaft zur Musik, sondern auch die künstlerische Leitung. „Die Schnittmenge unserer Sichtweisen ist die Liebe zur Musik und zur menschlichen Stimme und die Vision, gemeinsam zu gestalten“, beschreibt Prégardien die Zusammenarbeit. Insgesamt beschäftigt das Unternehmen mittlerweile zehn freie Mitarbeiter, die sowohl im Projektmanagement als auch in der Künstlerbetreuung tätig sind.

„Brücke zwischen Gestern und Morgen“

Der in Limburg aufgewachsene Prégardien, der in einer bekannten Musikerfamilie groß geworden ist, sang bereits als Kind bei den Limburger Domsingknaben und trat damit in die Fußstapfen seines Vaters – Christoph Prégardien –, dessen Karriere dort ebenfalls begann. Nicht verwunderlich, denn Prégardiens Großvater war u.a. auch ein Gründungsmitglied der Limburger Domsing-



LIEDER SIND PERFEKT DAFÜR GEEIGNET, RÄUME ZU verwandeln!

”

knaben. Als dieser im Sommer 2012 starb, organisierte sein Enkel ein Benefizkonzert im Limburger Dom, das am Geburtstag des Großvaters im April 2013 stattfand. Bei diesem Konzert ging es ihm „um den Brückenschlag zwischen Gestern und Morgen“, wie er seine Grundintention zusammenfasst.

Mit dem Erlös des Konzerts finanzierte er das Projekt „Canto elementar“, bei dem ältere Menschen Kindergärten besuchten, um dort mit den Kindern Volkslieder zu singen. „Kinder haben heute immer weniger Musikunterricht und die Wahrscheinlichkeit mit ‚alter‘ Liedkultur zusammenzutreffen, wird immer geringer“, sagt er. Mit diesem Projekt schaffte er eine Verbindung zwischen Jung und Alt, zwischen Tradition und Moderne.

Die Entwicklung der Liedstadt

Aufgrund seines Umzugs 2013 nach Bayern gab es zunächst keine weiteren Projekte. „Ich hatte neben Familie und Job keinen Raum, meine gestalterischen Ideen voranzutreiben“, erklärt Prégardien.

Bis er sich 2023 das Projekt „Müller*in Wien“ einfallen ließ und an zehn verschiedenen Orten Schu-

berts „Die schöne Müllerin“ aufführte. Der Abschluss dieser Konzertreihe fand in Schuberts Geburtshaus statt und war für Prégardien nicht nur ein persönlicher Höhepunkt, sondern auch ein sehr emotionales Erlebnis, durch das die Idee für Liedstadt entstand.

So folgte im gleichen Jahr in Limburg das Event „Schubert mit allen Sinnen“, das er mit zwei befreundeten Gastronomen Fabian Solbach vom Restaurant „Margaux“ und Walter Meloni vom Café „Meloni“ und „Weinbar“ sowie mit der Kulturamtsleiterin Anna Vössing organisierte. Die drei Konzerte fanden an (für klassische Musik) untypischen Orten statt – dem historischen Rathaus Limburg, dem Margaux und dem Café Meloni – und waren die ersten großen Schritte Richtung Liedstadt. „Vielleicht ist dieses Event ein ganz gutes Beispiel dafür, wie man Musik, auch klassische Musik, direkt zu den Menschen, an ihre Wohlfühlorte bringen kann“, sagt er. „Lieder sind einfach perfekt dafür geeignet, Räume zu verwandeln und Menschen für eine gewisse Zeit in eine andere Welt einzuladen.“

Imagewandel der klassischen Musik

Das Image der klassischen Musik ist gerade bei einem Großteil der jüngeren Generation nicht unbedingt das Beste und wird häufig als verstaubt, langweilig oder „uncool“ wahrgenommen. Auch deswegen ist es Prégardien ein so großes Anliegen, die Verbindung zwischen Alt und Modern herzustellen, die Wahrnehmung der Musik aus Konzertsälen hinaus an besondere Orte zu tragen und die Präsenz dieser Musikrichtung zu stärken. „Dem



klassischen Liederabend haftet etwas nicht Zeitgemäßes an“, erklärt er, „das möchte ich gerne ändern, denn das Einzige, was am Liederabend unmodern ist, ist die äußere Form.“

Denn entgegen aller Vorurteile, sind auch klassische Liedtexte immer noch aktuell. Sie sprechen Gefühle und Gedanken an, die denen von moderner Musik ähneln und die sich nur durch ihren Zeitgeist und gesellschaftliche Themen unterscheiden. Liedstadt möchte den Menschen vermitteln, dass jede Musik eine tiefgreifende Erfahrung und Inspiration sein kann.

Ein außergewöhnliches Festival

So entwickelten Prégardien, Pisaroni und Jazdi das Liedstadt-Festival, das dieses Jahr im Oktober sein Debüt in Hamburg feierte und das über zehn Tage hinweg mit 87 Konzerten und 70 verschiedenen Künstlern an mehr als 30 Standorten die Stadt in eine absolute Lied-Stadt verwandelte. Die Auswahl der Veranstaltungsorte war bei diesem Festival ebenso vielseitig wie die Musik der auftretenden Künstler. Konzerte in der Krypta von St. Michaelis, im alten Elbtunnel, in Cafés und Restaurants, in Galerien und Museen oder sogar in einem Dachgeschoss eines alten Kaufhauses, waren hier der Schlüssel dazu, Menschen, die nicht in einen klassischen Konzertsaal gehen würden, zu erreichen und für andere Musikrichtungen zu begeistern. Natürlich war auch die Elbphilharmonie ein Gastgeber, der nicht fehlen durfte.

Die Mischung der Musiker war ebenso facettenreich, nicht nur hinsichtlich des Musikstils, sondern auch bezüglich ihrer Herkunft und persönlichen Lebensumständen. So gaben nicht nur Stars der Klassikszene wie Konstantin Krimmel oder Prégardien selbst Konzerte, sondern beispielweise auch die vor dem IS geflohene Mais Harb, die kurdische Aktivistin Heja Netirk oder der blinde Instrumentalist Hicham El Madkouri. Auch Nachwuchstalente, Pianistinnen, Singer-Songwriter wie die auf Plattdeutsch singende Norma, Hamburger Pop- und HipHop-Künstler oder die im Quatsch Comedy Club auftretende „Feeministin“ hatten ihre Bühne.

Das Besondere an dem Liedstadt-Festival ist außerdem, dass mehr als die Hälfte der Events kostenlos ist. Allein beim Opening konnten 55 Kurzkonzerte an 15 Standorten besucht werden. Alternativ gab es hochpreisige Dinner mit exklusivem Musikgenuss

oder vergünstigte Tickets für die unter 30-Jährigen. Auch hier wird deutlich, dass den Gründern wichtig ist, Musik für alle anzubieten.

Liedstadt auf Wanderschaft

Das Festival war mit ca. 7500 Besuchern ein sehr großer Erfolg, weitaus größer als sich Prégardien, Pisaroni und Jazdi erhofft hatten und alle selbst veranstalteten Konzerte waren ausverkauft. Das Publikum bestand aus einer bunten Mischung – Menschen, die zum ersten Mal ein klassisches Lied gehört haben, trafen auf Menschen, die noch nie live mit Hip-Hop oder traditioneller, außereuropäischer Musik in Berührung gekommen sind. Es kamen Familien, ältere Menschen, Studenten und viele Zufallsbesucher. Dies beweist, dass die Intention der Organisatoren, Menschen durch Musik zu vereinen und die Grenzenlosigkeit von Musik erlebbar zu machen, auf wunderbare Weise funktioniert hat. Liedstadt ist ein Festival, das sich dadurch auszeichnet, dass unterschiedlichste Künstler mit ihren unterschiedlichsten Interpretationen von Musik zusammentreffen und den unterschiedlichsten Besuchern ihr Talent und Handwerk, das zumeist ohne elektronische Verstärker und Mischpulte auskommt, präsentieren.

So geht das Liedstadt-Festival auf Wanderschaft durch musikalisch relevante Städte und wird im Schubert Jahr 2028 in Wien seinen Höhepunkt erreichen. Zudem werden bereits 2025 einzelne Veranstaltungen in Limburg, Wetzlar und Frankfurt stattfinden sowie Projekte in Berlin, Weimar und Leipzig. Mit diesen Plänen wird es Liedstadt auch in Zukunft gelingen, neue, ungewöhnliche Begegnungen zwischen Menschen untereinander und zwischen Mensch und Musik zu schaffen. Eine spannende Reise steht allen Beteiligten bevor und wird überall bleibende Eindrücke hinterlassen. ■

KONTAKT

Liedstadt gemeinnützige UG | Salzgasse 17 | 65549 Limburg
liedstadt.de | info@liedstadt.de



Entdeckt von Jacqueline Schlechtriem, djd
Foto: djd/Kartoffelmanufaktur Pahlmeyer

würzig

TRIFFT KNACKIG

Mediterrane
Salat-Rosmarinkartoffel-Bowl
mit Fetakäse als
leichte Hauptmahlzeit

Bowls haben sich als beliebte Gerichte auf den Esstischen der Deutschen etabliert. Sie kombinieren in der Regel knackige Salatzutaten mit einer Sättigungsbeilage und einem frischen Dressing und sind damit ein idealer Bestandteil der leichten Küche. Diese bunte Salat-Rosmarinkartoffel-Bowl mit Fetakäse liefert nicht nur Vitamine, sondern auch reichlich Protein und Kohlenhydrate. Damit eignet sie sich als Teil einer ausgewogenen Ernährung. Rosmarin und Fetakäse lassen die Erinnerung an den letzten Urlaub in mediterranen Gefilden lebendig werden. Da die würzigen Kartoffeln bereits fertig mariniert sind, geht die Zubereitung der Bowl schnell und unkompliziert von der Hand. Das Dressing aus Olivenöl, Senf, Orangen- und Agavendicksaft kommt ohne Industriezucker aus.

ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN:

2 x 330 g	Pahlmeyer Rosmarinkartoffeln aus dem Frischeregal der Obst- und Gemüseabteilung
220 g	Kichererbsen aus dem Glas
1 EL	Olivenöl
	etwas Kurkuma, Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer
400 g	Kirschtomaten
200 g	Pflücksalat
3 Stück	Frühlingszwiebel
200 g	Fetaschafskäse

FÜR DAS DRESSING:

50 ml	Olivenöl
1 EL	mittelscharfer Senf
2 EL	Orangensaft
1-2 TL	Agavendicksaft
2 EL	glatte Petersilie, gehackt



ZUBEREITUNG:

Die Rosmarinkartoffeln je nach Geschmack entweder bei mittlerer Hitze circa 15 Minuten in der beschichteten Pfanne erhitzen oder bei 200 °C für 20 Minuten im Ofen backen. In der Zwischenzeit die Kichererbsen in ein Sieb schütten und kalt abbrausen. Mit Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und anbraten, mit Kurkuma, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten waschen, trocknen und halbieren. Den Pflücksalat waschen und trocknen. Die Lauchzwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Den Fetakäse krümelig bröseln.

Alle Zutaten für das Dressing gut verquirlen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vier tiefe Schüsseln mit den warmen Kartoffeln, Kichererbsen, Tomaten, Salat und Frühlingszwiebel bestücken, das Dressing darüber verteilen und mit Käse und Petersilie bestreuen. Auf www.pahmeyer.com finden Hobbyköche weitere kostenlose Rezepte rund um die Kartoffel. ■



WELTWEIT höchste BURGENDICHTE

Im Mittelrheintal reiht sich ein historisches Gemäuer an das andere

Text: Rheinland-Pfalz Tourismus GmbH (rpt) | Foto: Dominik Ketz / Rheinland-Pfalz Tourismus GmbH

Mehr als 60 Burgen, Schlösser und Festungsanlagen begleiten den mächtigen Rhein auf seiner Reise von Bingen nach Regagen. Als weltweit einmalig gilt dabei die Dichte der Burgen auf dem Abschnitt zwischen Bingen, Rudesheim und Koblenz. Dies gehört zu den vielen Gründen, die das Obere Mittelrheintal zum UNESCO-Welterbe gemacht haben.

Wer mit dem Schiff auf dem Rhein unterwegs ist oder an seinen Ufern wandert, passiert eine Burg nach der andern. Jede hat ihre ganz eigene Geschichte. Da gibt es vollständig erhaltene Anlagen aus dem Mittelalter wie die Marksburg oder die Burg Pfalzgrafenstein. Andere sind malerische Ruinen, die von Krieg und Zerstörung erzählen. Die Mauern der Burgen Fürstenberg, Ehrenfels, Rheinfels und Hammerstein gehören zu dieser Kategorie.

Wiederaufbau in der Romantik

Schließlich wurden zahlreiche Anlagen im Zuge der Burgenbegeisterung in der Romantik wiederaufgebaut. Zu den bekanntesten Beispielen zählen Burg Rheinstein, Burg Katz oder Burg Sooneck. Sie alle sind Zeugen einer großen Vergangenheit, in der sich

die Adelsgeschlechter um die Vorherrschaft am Rhein stritten. Viele der Burgen können heute besichtigt werden, in einigen der alten Gemäuer kann man sogar übernachten. In den Jugendherbergen, wie zum Beispiel auf der Festung Ehrenbreitstein in Koblenz oder in Burgenhotels, wie zum Beispiel auf der Schönburg in Oberwesel.

Wandern auf dem Rhein-Burgen-Weg

Wer auf einer Wanderung am romantischen Rhein Burgen erleben will, der kann zum Beispiel den Rhein-Burgen-Weg gehen, der 2025 sein 15-jähriges Bestehen feiert. Auf 200 Wanderkilometern verbindet der zertifizierte Qualitätsweg auf der linken Rheinseite eine Vielzahl von schönen Rheinburgen miteinander. Die Strecke ist in Tagesetappen unterteilt, die gut an den öffentlichen Nahverkehr angebunden sind. Ein Wandererlebnis also für alle die, die Strecke machen oder eben mal nur einen Tag lang die Landschaft am Rhein erkunden wollen. ■

INFOS

www.rlp-tourismus.de/romantischer-rhein
www.tourenplaner-rheinland-pfalz.de

50 JAH



KÖLSCH KULTUR

RE



DIE HÖHNER starten mit „11+11“ in eine neue Ära

Text: Roland Schäfges
Fotos: Marcel Brell, www.myfoto24.eu, dpa
Albumcover: Höhner

Es ist ein Freitagabend im Oktober 2024. Draußen leuchten die Lichter der Stadt Köln, und der Cine-dom-Komplex erhebt sich wie ein Monument moderner Kultur im Herzen des Mediaparks. An diesem Abend ist er Schauplatz eines ganz besonderen Ereignisses der „kölschen Kultur“: Die Höhner, die bekannteste kölsche Band, haben zur Premiere ihres neuen Albums „11+11“ – eingeladen und es ist nicht nur ein Fest für die Ohren, sondern auch für die Augen und das „Hätz“.

In Dolby Atmos abgemischte Musikvideos, kostenloses Popcorn, zahlreiche geladene und namhafte Gäste und am Ende sogar ein exklusives Live-Konzert – ein Abend, der eindrucksvoll zeigt, dass die Höhner auch nach über 50 Jahren Bandgeschichte nichts von ihrer Energie und Zugkraft verloren haben. „Wenn du über Jahre auf so etwas hinarbeitest, mit viel Zeit, Energie, Kraft und Tränen, und dann in einem Kino wie diesem stehen darfst, ist das ein ganz besonderes Erlebnis“, sagt Patrick Lück, der neue Sänger der Höhner, während der Premiere.

Ein besonderer Kinoabend mit ATMOSphäre

Als sich die Türen des Premiersaals öffnen, strömen etwa 500 Fans, Journalisten und Musikbegeisterte herein. Alle werden herzlich begrüßt – als sei dies weniger ein klassisches Marketingevent als vielmehr ein Abend unter „echte Fründen“. Während sich das neugierige Publikum langsam im Saal niederlässt und die populäre WDR-Reporterin Manuela Klein ihre letzten Worte der Live-Schalte in die Lokalzeit abgesendet, erklingen auch schon die ersten moderativen Momente zum neuen Album. Sie kommen von Cabaret-Star Ken Reise, der auch noch einen besonderen Auftritt als „Julie Voyage“ in einem der neuen Musikvideos hat.

Der Moderator zeigt zunächst ein mehrminütiges Einstimmungsvideo auf der großen Leinwand, bevor die Stars des Abends durch das Publikum kommend ihren Auftritt haben. Das „Opening Video“ ist ein erstes, fast schüchternes, wenn auch humorvolles Kennenlernen mit der Vielfalt von



”



ES IST IMMER SCHÖN, DIE Verbundenheit ZU SPÜREN.

„11+11“ – einer Platte, die nicht nur die musikalische Geschichte der Höhner würdigt, sondern auch als Zeichen für ihren Aufbruch in die Zukunft dient. Die Bühne des Abends ist nicht ausschließlich die große Leinwand im Cinedom, sondern auch die für Musik neuartige Dolby Atmos-Technik, welche die Musik in eine dreidimensionale Klangwelt verwandelt. „Es fühlt sich an, als säße man mitten in der Band“, schwärmt nicht nur Patrick Lück.

Ein halbes Jahrhundert kölsche Geschichte

Die Höhner, eine der bekanntesten Kölner Bands, erinnern mit ihrer Geschichte an eine Zeitreise durch die Kölner Musikszene. Gegründet 1972 als „Ne Höhnerhoff“ von den Studenten Peter Werner, Janus Fröhlich, Rolf Lessenich und Walter Pelzer, prägen sie die kulturelle Aufbruchsstimmung der Stadt. Schon in den frühen 1970er Jahren ist Köln ein Schmelztiegel musikalischer Experimente, in dem die Bläck Fööss bereits den Karneval revolutionierten. „Ne Höhnerhoff“ folgen als jugendliche Kraft und wurden bald Teil der Kölner Musikszene.

1977 kommt mit Peter Horn ein neuer Leadsänger hinzu und die Band, nun „de Höhner“, erhält ein klareres Profil. Ihre erste Platte 1978 mit Liedern wie „Blootwoosch, Kölsch un e lecker Mäde“ wuid ein Erfolg und legt den Grundstein für ihre Karriere. Die 1980er Jahre markieren ihren Durchbruch mit Hits wie „Ich bin 'ne Räuber“ und „Echte Fründe“. Henning Krautmacher übernimmt 1986 als Frontmann und prägt die Band mit seinem Schnauzbart und energiegeladener Präsenz.

In den 1990ern feiern die Höhner mit „Die Karawane zieht weiter“, das 38 Wochen in den Charts bleibt, ihre größte Popularität und erhalten ihre erste Goldene Schallplatte. Ein weiteres Highlight ist die

Zirkusshow mit Roncalli 1997, die auch außerhalb Kölns großen Anklang findet. 1998 erschien „Mer stonn zo dir, FC Kölle“, ein Muss bei Heimspielen des 1. FC Köln. Mit „Viva Colonia“ 2003 erlangen die Höhner nationale Berühmtheit und werden ein fester Bestandteil deutscher Partys.

2007 kommt mit „Wenn nicht jetzt, wann dann?“ ihr größter Erfolg: Der Song wird zur Hymne der Handball-Weltmeisterschaft und erreicht Platz eins der Charts. Die Band erhält Platin und die Goldene Stimmgabel, was ihre Stellung als weit mehr als eine regionale Karnevalsband festigt.

Mit dem Rückzug von Peter Werner und Janus Fröhlich 2015 beginnt eine neue Ära. Das Album „Alles op Anfang“ von 2021 und der Einstieg von Patrick Lück als Sänger zeigen, dass die Band sich immer wieder neu erfindet und dabei ihre Verbindung aus kölschem Sound und Lebensfreude bewahrt. So bleiben die Höhner eine Institution, die Generationen verbindet und das Lebensgefühl einer Region verkörpert.

„11+11“ – Vergangenheit und Zukunft verbunden

Das neue Album „11+11“ ist ein Meisterwerk der Balance zwischen Tradition und Innovation. Es besteht aus zwei Hälften: Elf brandneue Songs und elf neu arrangierte Klassiker aus dem Höhner-Repertoire. Diese Mischung zeigt nicht nur den tiefen Respekt der Band vor ihrer eigenen Geschichte, sondern auch ihre unbändige Lust, neue musikalische Territorien zu erschließen. Legendäre Songs werden neu interpretiert, aber es sind die elf neuen Stücke, die das Album besonders spannend machen. Die stilistische Vielfalt macht „11+11“ zu einer Reise durch verschiedene musikalische Genres – immer verbunden mit dem unverwechselbaren Höhner-Sound.

Ein Höhepunkt des neuen Albums ist das Musikvideo zu „Au revoir“. Aufgrund des Titels entscheidet sich die Band, die Geschichte in Paris zu erzählen, wie Patrick Lück beschreibt: „Wir haben uns gesagt, was passt besser zu „Au revoir“ als Paris? Also haben wir eine Reise dorthin gemacht, um das Video zu drehen. Es war eine unglaubliche Erfahrung, und wir sind sehr stolz auf das Ergebnis.“ Im Clip hat Ken Reise als „Julie Voyage“ einen besonderen Auftritt, der von den Fans begeistert aufgenommen wird.

Was die Premiere jedoch besonders macht, ist die Verwendung von Dolby Atmos, einer revolutionären Technik, die den Klang in eine dreidimensionale Erlebniswelt transformiert. Bei herkömmlichen Stereo-Aufnahmen kommen die Töne nur von links und rechts, vielleicht von vorn – in Dolby Atmos jedoch scheint die Musik aus allen Richtungen zu kommen, von oben, von hinten, als wäre man von den Klängen umgeben. „Wir wollen Vorreiter sein“, erklärt Lück selbstbewusst und verweist darauf, dass die Technik in Zukunft in Kopfhörern, Soundsystemen und Autos eine immer größere Rolle spielen wird.

Das Studio 61 – Kreativzentrum für Stars

Hinter dieser aufwendigen Produktion steckt niemand Geringeres als Christian Geller und sein heute schon legendäres Studio 61 in Kruft, nahe Andernach. Geller, ein erfahrener Musikproduzent und Star-Komponist, hat in den letzten Jahren in seiner Heimat ein Hightech-Studio geschaffen, das in der deutschen Musiklandschaft seinesgleichen sucht. Auf 1000 Quadratmetern bietet das Studio alle technischen Voraussetzungen, die ein modernes Produktionsumfeld braucht – von High-End-Audioequipment über Videoproduktion bis hin zu maßgeschneiderten Event-Lösungen. Der 49-Jährige ist kein Unbekannter in der internationalen Musikszene. Hat er schon zahlreiche Alben von Größen wie Peter Maffay, Heino, den No Angels, Thomas Anders, Florian Silbereisen oder Giovanni Zarella produziert. Auch Weltstars wie Ronan Keating oder Anastacia gehören zu den Kunden.

Die Atmos-Technik, die bei „11+11“ zum Einsatz kommt, ist ein weiteres Beispiel für den Innovationsgeist, der das Studio prägt. „Wir bieten den Künstlern hier den perfekten Raum für ihre Kreativität“, so der gebürtige Andernacher. Für die Höhner bedeutet die Zusammenarbeit mit Geller und seinem Team einen großen Schritt nach vorn.

Als die letzten Töne der vier beeindruckend professionell produzierten, wie kreativ sehr kurzwei-

lig umgesetzten Musikvideos von „Prinzessin“, „Es ist nicht, so wie du denkst“, „Die schönste Stress“ sowie „Au revoir“ im Cinedom verklingen und die Leinwand wieder ein Foto der Band zeigt, geschieht das, was die Fans an diesem Abend insgeheim gehofft haben: Die Höhner betreten die Bühne und spielen, nach einer spannenden Fragerunde mit dem Publikum live. Der Applaus ist nun tosend, und die Energie im Raum erreicht ihren Höhepunkt. Es ist ein unvergesslicher Moment im dunklen Kinosaal 9 des Kölner Filmtheaters – die Fans singen mit, tanzen auf ihren Plätzen und lassen sich von der einzigartigen Stimmung mitreißen.

Gruß in Richtung Heimat

„Der Song ‚Das schönste Mädchen vom Westerwald‘ war einer meiner ersten Berührungspunkte mit den Höhnern. Den konnte ich auf der Gitarre spielen und habe ihn auf Geburtstagen gesungen – die Leute fanden das immer großartig. Das zeigt, wie lange die Höhner schon in den Herzen der Menschen sind“, erinnert sich Patrick Lück. Die Erwähnung des Songs ist kein Zufall. Immerhin ist Lück ein Kind des Westerwalds. Im Kreis Altenkirchen ist er 1976 geboren, in Wissen zur Schule gegangen, und eine gewisse Zeit hat der neue Frontman in Hamm/Sieg verbracht. Heute lebt er mit seiner kleinen Familie unweit des Laacher See.

Während der Premiere spricht Lück auch über die besondere Verbundenheit der Höhner mit „seinen“ Heimen: „Ich freue mich immer, wenn wir mit der Band im nördlichen Rheinland-Pfalz unterwegs sind. Wir waren zum Beispiel mit unserer Zirkusshow in Koblenz. Logisch, dass da dann auch viele Leute aus meiner alten Heimat, dem Westerwald, zur Show kamen. Es ist immer schön, die Verbundenheit zu spüren, sei es dort, wo man aufgewachsen ist, oder dort, wo man jetzt lebt.“

Mit der erfolgreichen Videopremiere von „11+11“ und der Einführung von Dolby Atmos beweisen die Höhner, dass sie nicht nur ihre Wurzeln pflegen, sondern auch mutig in die Zukunft blicken. ■





Foto links | Patrick Lück beim Live-Auftritt im Kino.

Foto unten | Cover des neuen Hühner Albums 11+11

Foto links unten | Die Hühner begrüßen ihre Gäste im Kölner Kino.

Foto rechts unten | Der Krufter Star-Produzent Christian Geller im WDR-Interview mit Top-Reporterin Manuela Klein.



INFOS

www.hoehner.com



eintauchen IN DIE ENTSPANNUNG



So wird die Badezeit zur Wellness-Anwendung

Entdeckt von Jacqueline Schlechtriem, djd | Fotos: stock.adobe.com

Ein schön warmes Bad zu nehmen, ist mehr als nur eine einfache Körperpflege. Ein halbes Stündchen in der Wanne ist eine Auszeit vom Alltag und eine Möglichkeit zur wohligen Entspannung. Mit den passenden Badezusätzen und einer angenehmen Atmosphäre wird das Baden zu einem wahren Wellness-Erlebnis. Dazu bietet es einige gesundheitliche Vorteile.

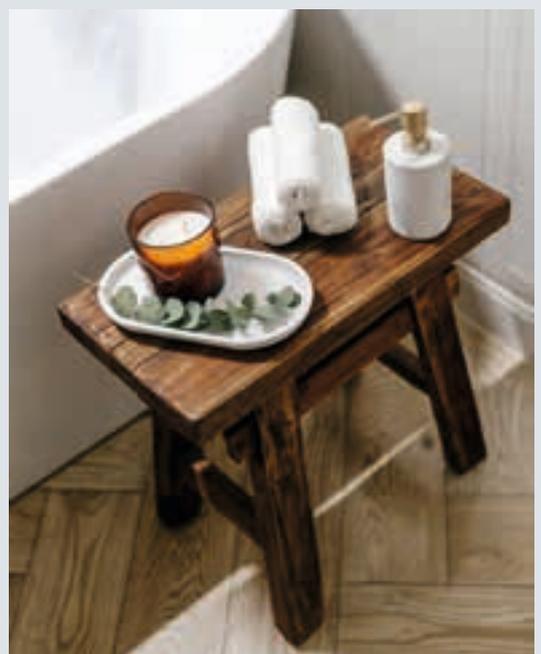
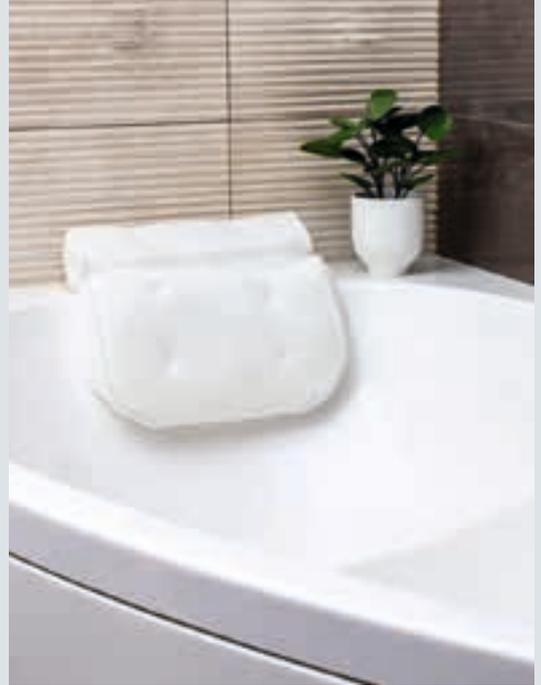
Haut- und Muskelpflege

Das warme Wasser lockert verspannte Muskeln und lindert Schmerzen. Die wohlige Wärme regt zudem die Durchblutung des Körpers an und kann so Muskelkater vorbeugen und die Regeneration beschleunigen. Badet man kurz vor dem Schlafengehen, unterstützt das in vielen Fällen den Einschlafprozess. Laut Stiftung Waren-test liegt die optimale Badetemperatur dabei zwischen 36 und 38 Grad, die Badedauer sollte 30 Minuten nicht übersteigen.

Ein passender Badezusatz, etwa ein Badesalz mit dem Duft von Lavendel, Rosen oder Kornblumen, fördert durch den angenehmen Geruch die entspannende Atmosphäre und hilft, Stress abzubauen. Badesalze der Marke Ben & Anna, erhältlich in den Filialen der Drogerie Rossmann, beinhalten zudem hochwertiges Meersalz. Darin finden sich essenzielle Mineralien wie Magnesium, Kalzium und Kalium, die die Haut stärken. Meersalz entfernt zudem sanft die abgestorbenen Zellen. Die Badesalze enthalten weiterhin feuchtigkeitsspendende Komponenten, die dem Austrocknen vorbeugen.

Die richtige Atmosphäre

Um das Beste aus dem Wannenerlebnis herauszuholen, sollte man während der kleinen Auszeit eine schöne Stimmung kreieren. Das Gefühl des warmen Wassers auf der Haut, ein angenehmer Duft, leise Musik und Kerzenlicht – all das trägt zu einem entspannten und sinnlichen Ambiente bei. Damit dieses nicht durch ein Jucken oder Brennen gestört wird, legen immer mehr Menschen Wert auf eine hohe Qualität der aromatisierten Badezusätze. Gerade für Wellness-Fans mit empfindlicher Haut sind Produkte aus der zertifizierten Naturkosmetik eine gute Wahl, da sie über keinerlei chemische Zusätze verfügen und die Haut somit nicht irritieren. ■



WIE EIN Schweizer UHRWERK

So wird die Käseplatte perfekt

Text: dpa-mag | Fotos: Christin Klose/dpa-mag

Ob als krönendes Dessert-Finale, als Appetizer-Platte oder Fingerfood-Highlight auf einer Party: Eine Käseplatte kommt immer gut an. Wer allerdings wahllos Käse-Allerlei und Deko-Obst oder Gemüse-Sticks auf einem Teller türmt, läuft Gefahr, dass die Platte schnell überladen und durcheinander wirkt. Ein paar Tricks für die perfekte Käseplatte gibt es von zwei Schweizer Käse-Experten:

1. ANORDNUNG IM UHRZEIGERSINN

„Damit alle Aromen der einzelnen Käsesorten zur Geltung kommen, gilt es, sie von mild bis würzig anzuordnen“, sagt Martin Spahr von der Vermarktungs-Initiative „Käse aus der Schweiz“. Dabei kommt die Uhren-Regel zum Tragen.

Und die geht so: Bei der gedachten Uhr wird im Uhrzeigersinn bei 12 Uhr mit den milden Käsesorten begonnen und dann mit immer würzigeren Sorten weitergemacht. Bei 11 Uhr landet dann zum Schluss der Blauschimmelkäse.

„Hat man eine runde Platte, sollte man bei der Anordnung auch die Rundung der Platte aufnehmen und die einzelnen Käsesorten jeweils auch in einem Rund anrichten“, sagt Käserin Alicia Sercomanens aus Vevey am Genfer See. Sie muss es wissen: Bei den Swiss Cheese Awards 2024 belegte sie den zweiten Platz in der Kategorie „Käseplatten“.

2. AUF VIELFALT ACHTEN

Erst Vielfalt macht eine Käseplatte spannend. „Bei der Komposition der Platte sollte man auf verschiedene Käsetypen setzen wie Hart-, Schnitt-, Weich- und Frischkäse“, so Spahr.





Aus seiner Sicht des Schweizers gehören Schweizer Klassiker wie Appenzeller, Schweizer Emmentaler, Le Gruyère und der zu Blüten geschabte Tête de Moine auf jede Käseplatte. Zudem lohne es sich, unterschiedliche Milcharten und Reifungen zu ergänzen, etwa auch zu Ziegen- oder Blauschimmelpfäse zu greifen.

Für eine Käseplatte als Dessert sind drei bis acht verschiedene Sorten von Hart- bis Weichkäse optimal. Pro Person sollten etwa 60 bis 80 Gramm Käse eingeplant werden.

3. WAS SICH ALS UNTERLAGE EIGNET

Schöne Holzbretter, Schiefer- oder Marmorplatten eignen sich laut Martin Spahr als Unterlage. Auch Spiegel oder Glas könnten eine spannende Alternative sein. „Doch Finger weg von Edelstahl oder Silber. Sie können den Geschmack des Käses verändern.“

4. WIE DIE VERSCHIEDENEN KÄSESORTEN GESCHNITTEN WERDEN

Auch hier gilt es, die Form des Käselaibes aufzunehmen. „Hat ein Raclettekäse einen eckigen Laib, würde ich auch eine eckige Form wählen“, rät Alicia Sercomanens. Haben Mittel- und Hartkäse einen runden Laib, wählt man Dreiecke. „Auch Blauschimmel- und Weichkäse bekommen als Dreiecke mehr Volumen“, so die Käserin.

Die Dreiecksform hat bei Weichkäse allerdings noch einen weiteren Grund: „Als Dreiecke haben Oberfläche und Teig dieselbe Relation. Würde man da Streifen schneiden, bekäme einer viel Rinde mit wenig Teig, andere viel Teig und wenig Rinde.“ Zudem sollten die Weichkäse-Dreiecke nicht auf die Seite gelegt werden, da sie sonst festkleben – egal auf welcher Platte.

Verwendet man parmesanähnlichen Käse wie den Schweizer Sbrinz, wird er gar nicht geschnitten, sondern in Bruchstücken präsentiert – etwa als kleiner Berg.

5. WAS EINE KÄSEPLATTE ALLES ERGÄNZEN KANN

„Frische und getrocknete Früchte, Nüsse und klein geschnittenes Gemüse harmonieren perfekt mit den Spezialitäten und runden die Käseplatte ab“, so Martin Spahr.

Alicia Sercomanens bevorzugt eine Kombination mit Feigen oder Weintrauben: „Weil sie die Fruchtigkeit des Käses aufgreifen.“ Was aus ihrer Sicht nicht zu Käse passt, ist Petersilie. ■

Handwerkskunst

IN JEDER FLASCHE

EINE 176-JÄHRIGE
ERFOLGSGESCHICHTE

Birkenhof-Brennerei als beste
Whisky-Destillerie Deutschlands 2025 ausgezeichnet

Text: Birkenhof | Foto: J. Willwacher

Ein weiterer Höhepunkt in der 176-jährigen Erfolgsgeschichte der Birkenhof-Brennerei: Die Traditionsbrennerei aus dem Westerwald wurde durch eine Fachjury, bestehend aus führenden Branchenexperten und Autoren des Magazins „Der Whisky-Botschafter“ nominiert und nun als „Germany's Best Whisky Distillery National 2025 Gold“ geehrt. Die Verleihung fand im Rahmen der 25. InterWhisky, Europas größter Whisky-Messe, im feierlichen Ambiente des Kurhauses Wiesbaden statt. Die Auszeichnung würdigt

das außergewöhnliche Engagement der Birkenhof-Brennerei, das Handwerkskunst, Leidenschaft, Innovationsgeist und regionale Wurzeln verbindet. Besonders hervorgehoben wurde die Qualität der FADING HILL Whiskys, die mit ihrer einzigartigen Charakterstärke und Verarbeitung immer wieder Maßstäbe setzen. „Diese Ehrung macht uns ehrlich stolz“, freut sich Master Distiller Jonas Klöckner. „Sie ist ein Beweis dafür, dass Tradition und Innovation im Einklang zu herausragenden Ergebnissen führen können.“

Ein Jahr voller Erfolge

Der Titel als beste deutsche Whisky-Destillerie ist nur eine von zahlreichen Anerkennungen, die die Birkenhof-Brennerei 2024 gewinnen konnte. So wurde der FADING HILL Single Malt Whisky im Mai bei der bislang größten Blindverkostung deutscher Whiskys bei den German Whisky Awards mit einer Goldmedaille ausgezeichnet und als einer der besten Single Malt Whiskys 2024 prämiert. Auch im internationalen DLG-Test gewann er kürzlich als „Beste Spirituose“ spektakulär Gold. Bereits im Frühjahr wurde die Brennerei zum zweiten Mal in Folge als „Craft Distillery of the Year“ (Craft Spirits Berlin) und sogar zum dritten Mal als „Beste Destillerie Deutschlands“ (Frankfurt International Trophy) ausgezeichnet. Mit ihrem Fokus auf Handwerkskunst, Nachhaltigkeit und den Einsatz hochwertigster Rohstoffe hat die Familie Klöckner – mittlerweile in der 7. und 8. Generation – ein Erfolgsmodell geschaffen, das weit über die Grenzen Deutschlands hinaus Anerkennung findet.

Tradition trifft Moderne

Seit ihrer Gründung im Jahr 1848 steht die Birkenhof-Brennerei für Authentizität und Leidenschaft. Diese Grundsätze prägen auch heute noch die Philosophie des Familienunternehmens. „Unsere Produkte sind das Ergebnis aus Tradition und Innovationsgeist. Dabei legen wir Wert auf Transparenz, Experimentierfreude und die hohe Qualität aller Rohstoffe“, erklärt Master Distiller Jonas Klöckner, der gemeinsam mit seinem Bruder Lukas Klöckner die Zukunft des Unternehmens prägt.

Einladung für Whisky-Fans

Die Birkenhof-Brennerei feiert ihren Erfolg mit einer Reihe von Sonderveranstaltungen im kommenden Jahr, darunter exklusive Tastings und Genuss-Events. Besucher sind eingeladen, die Destillerie im Westerwald zu erleben und die preisgekrönten Whiskys der FADING HILL-Serie zu verkosten.



DETAILS & INFOS

www.birkenhof-brennerei.de

Die Produkte – und natürlich auch die Whiskys der FADING HILL-Serie – finden Sie im gut sortierten Einzelhandel oder im Onlineshop der Destillerie.



**GENUSS
GESCHENKE**
DESTILLERIE & MANUFAKTUR



**EXKLUSIVE
PRÄSENTE**
GENUSS VERSCHENKEN

**TASTINGS
& KURSE**
BEI UNS & @HOME

**ERLEBNIS
BRENNEREI**
WORKING DISTILLERY

**Birkenhof
Brennerei**

Auf dem Birkenhof · 57647 Nistertal

**PRÄSENTE &
ERLEBNISSE**



FON 0266 1 98204-0





CALM GLAMOUR

Die Trend-Looks Herbst/Winter 2024/25

Text und Fotos:
Zentralverband des Deutschen Friseurhandwerks

„Calm Glamour“ – Glamourös? Ja, aber bitte entspannt. Das ist die Kernaussage der H|MAG Trendkollektion Herbst/Winter 2024/2025/25 des Zentralverbands des Deutschen Friseurhandwerks (ZV). Glitzer und Glam bringen die dunkle Jahreszeit zum Leuchten. Elemente aus Tag und Nacht vermischen sich und brechen Grenzen auf. Zeigen, dass Widersprüche harmonisieren. Perlen, Metallic, Nieten und Strass tragen wir auch tagsüber. Selbstbewusst und glamourös. Geerdet und geborgen fühlen wir uns dank unserer Wohlfühl-Pieces. Sweatshirts, Lieblingsjeans oder das Vintage-Teil verleihen unserer bodenständigen und ruhigen Seite Ausdruck. Tag und Nacht, cozy und glamourös – Kontraste offenbaren unsere eigene Widersprüchlichkeit.

Starke, aussagekräftige Looks prägen in dieser Saison die Frisurenmode. Die Art Directors haben aufregende, voluminöse Styles kreiert, die die Sehnsucht nach Glamour widerspiegeln. Zeitgleich erinnern unangestrengte Looks an die Grunge-Ära und drücken damit den Wunsch nach Lässigkeit aus. So lassen sich die Looks je nach Stimmung und Anlass variieren – von Glam bis Cozy, ob Tag oder Nacht. Brechen Sie die Grenzen auf und leben Sie die Widersprüchlichkeit aus, die das Leben erst spannend macht. ■

Foto links | CHERUB ROCK | Welliges oder lockiges Haar hat in dieser Variante seinen großen Auftritt: Lockenprodukt und Diffusor sorgen für einen ausdrucksstarken Look. Ein leichtes Glanzspray unterstreicht die spannende Textur. Für glatte Haare ist eine dauerhafte Umformung das Mittel der Wahl.

Foto rechts | DARK GLAM | Für diese mondänere Variante werden die Haare mit der Rundbürste auf Volumen nach hinten geföhnt. Locker mit einem leichten Wachs nach hinten frisiert, wirkt der Look edel und trotzdem nicht zu aufgesetzt. Zum Schluss werden die Haare mit einem flexiblen Haarspray fixiert und man ist ready to go.





CALM GLAMOUR

Foto links oben | NIGHT RIDE Eine Anspielung auf Glam Rock ist bei der lockigen Variante eindeutig nicht zu übersehen. Mit reichlich Lockencreme und luftgetrocknet oder mit dem Diffusor geföhnt wird dieser Look zum Statement: Edgy, cool und ein bisschen Glam!

Foto rechts oben | STATEMENT LIPS Read my Lips: Dieser Look lässt die Lippen zum Statement werden. Zunächst sorgt ein Concealer für den frischen Look, Foundation und Bronzer lassen die Haut ebenmäßig strahlen. Für ausdrucksstarke Augen werden die Brauen in Form gebürstet und mit einem Gel fixiert. Bronze-brauner Lidschatten setzt einen Fokus auf die Augen, die außerdem mit schwarzem Mascara betont werden. Für Frische auf den Wangen sorgt apricotfarbenes Rouge. Die Lippen werden mit bonbonrotem Lipliner umrandet und mit einem Lippenstift derselben Farbe ausgemalt.

Foto links unten | ELECTRIC EYES Intensive Blicke und metallischer Schimmer sorgen bei diesem Look für Aufsehen. Verschiedene Brauntöne auf dem beweglichen Lid betonen das Auge. Dabei wird im Auginnenwinkel der hellste, im Außenwinkel der dunkelste Brauntön angebracht. Bronze-kupferfarbener Glitter macht aus dem Look ein Glamour-Statement. Zarter schwarzer Eyeliner und Mascara runden das Augen-Make-up ab. Eine zum Hauttyp passende deckende Foundation sowie bronzefarbenes Rouge lassen die Haut strahlen. Abschließend betont ein nudefarbener Lipgloss die Lippen, ohne den Electric Eyes die Show zu stehlen.

Foto rechts unten | FRENCH BOB Für französisch anmutende Eleganz im Stil der 1920er Jahre sorgt bei dieser Stylingvariante eine angedeutete Wasserwelle. Nach dem Trocknen mit einem Diffusor werden die Haare locker ausgebürstet und mit einer Curl Creme und etwas Haarspray gestylt.

MIT DER RICHTIGEN KOMBINATION WIRD DIE JEANS ZUM HIGHLIGHT

Text: Jacqueline Schlechtriem, fashionpress
Foto: stock.adobe.com

Wenn etwas immer geht, dann Jeans! Dieses zeitlose Kleidungsstück kommt garantiert nie aus der Mode und lässt sich auch in der kalten Jahreszeit wunderbar immer wieder neu kombinieren. Ob lange Hose oder die Thermovariante – Jeans sind im Winter unverzichtbar und bieten für sie und ihn zahlreiche Styling-Möglichkeiten.

Ob klassisch oder modern, Jeans haben auch in diesem Winter Hochsaison. Je nach Anlass lassen sich Jeans mit kuscheligen Pullovern, Strickjacken oder stylischen Rollkragenpullovern kombinieren. Auch Hemden aus Flanell oder Cord sind in der kalten Jahreszeit eine beliebte Wahl.

Bei den Schuhen stehen in diesem Winter Stiefel ganz oben auf der Liste. Ob knöchelhohe Stiefeletten oder kniehohe Stiefel – sie sind perfekt, um die Beine warm zu halten und dem Look eine elegante Note zu geben. Für einen sportlich-lässigen Style sind auch gefütterte Sneakers oder Winterboots eine gute Wahl. Accessoires spielen ebenfalls eine entscheidende Rolle: Strickschals, Mützen und Handschuhe sind nicht nur praktisch, sondern setzen auch modische Akzente.

Auch bei Männern sind Jeans ein Muss. Wer es sportlich-lässig mag, kombiniert dazu einen Hoodie oder einen Strickpullover. Für den sportlich-eleganten Look sind Hemden aus wärmenden Materialien wie Flanell ideal. Ein Mantel oder eine gefütterte Jacke sorgen für den perfekten Abschluss. Bei der Wahl der passenden Schuhe können Männer kaum etwas falsch machen. Chelsea Boots, robuste Lederstiefel oder gefütterte Sneakers sind besonders beliebt.

Jeans sind und bleiben ein echtes Allroundtalent – auch im Winter. Mit den richtigen Kombinationen wird das zeitlose Kleidungsstück zum Highlight der kalten Jahreszeit. ■

ALLROUND-TALENT



TREND



FARBE SAISON FÜR DIE



01

IST DUNKELBLAU DAS NEUE SCHWARZ?

Text: dpa-mag | Fotos: stock.adobe.com

Dunkelblau ist in dieser Saison vermehrt auf den Laufstegen großer Modemarken zu sehen. Wo früher fast ausschließlich Schwarz dominierte, setzen viele Designerinnen und Designer nun auf Navy und andere dunkle Blautöne als Basisfarbe. Das Gute: In unseren Kommoden und Kleiderschränken finden sich bereits Stücke in dunklen Blautönen. Und: Im Vergleich zu Schwarz wirkt Dunkelblau oft weniger hart. Vor allem für den Winterfarbtyp kann Dunkelblau deshalb eine beliebte Alternative zu Schwarz sein, so die Farb- und Stilberaterin Jasmin Link. Der Wintertyp ist ein Farbtyp mit kühlen, zarten und gedämpften Farbnuancen, der helle Haut mit rosa oder bläulichen Untertönen, aschblondes bis graues Haar und meist blaue, graue oder grüne Augen hat.



02

Maritimer Mix mit Rot und Weiß

Und wie kann man Dunkelblau kombinieren? Besonders erfrischend wirkt die Farbe in Verbindung mit Beige, Gelb und Weiß. Aber auch die sogenannte maritime Farbzusammenstellung aus Rot, Dunkelblau und Weiß ist Link zufolge beliebt. Da Dunkelblau eine Basisfarbe ist, harmonisiert sie aber ohnehin mit vielen anderen Farben. Am besten wählt man sie abgestimmt zur Haut-, Haar- und Augenfarbe. ■



03

01 | MITTERNACHTSBLAU EROBERT DIE LAUFSTEGE | Bei der 032c Ready-To-Wear Show glänzt eine Fake-Fur-Jacke in dem Ton (ca. 1.200 Euro). Foto: 032c Ready-To-Wear/dpa-mag

02 | NAVY ALS BASISFARBE | Viele Designerinnen und Designer setzen nun auf Navy und andere dunkle Blautöne als Basisfarbe, wie hier in der kommenden Pre-Spring-Collection von someday zu sehen (Bluse ca. 80 Euro, Cardigan ca. 140 Euro, Jacke ca. 100 Euro, Hose ca. 90 Euro). Foto: someday/dpa-mag

03 | LÄSSIGE ELEGANZ | Ein lässiger, aber dennoch eleganter Look könnte, wie bei Ganni zum Beispiel aus einem dunkelblauen, Oversized-Wollmantel, Schal und Socken mit Ballerinas bestehen (Mantel ca. 495 Euro, Schal ca. 165 Euro, Socken ca. 45 Euro, Ballerinas ca. 345 Euro). Foto: Ganni/dpa-mag

SAISON FÜR DIE



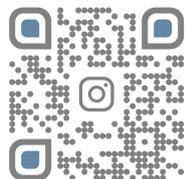
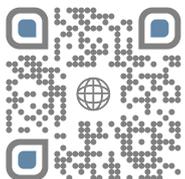
BE PART OF WeMa360.

WERDEN SIE JETZT TEIL
DER NÄCHSTEN AUSGABE!

Die Trend-Magazine LiMa, WeMa, MyMa und MiMa in herausragender Papierqualität sind an circa 4000 Auslagestellen in den Regionen als Sommer- und Winterausgabe verfügbar. Begeistern Sie Ihre Kundinnen und Kunden von Ihrem Unternehmen sowie Ihrem Engagement.

MÖCHTEN AUCH SIE ALS MEDIENPARTNER DABEI SEIN? DANN KONTAKTIEREN SIE UNS NOCH HEUTE:
magazine@amwochenende.de | 06431 9133-21

FOLGEN SIE DEN
360-MAGAZINEN ONLINE!



WeMa³⁶⁰
Westerwald

XXXLutz

Wohnen 2024

müllerland



ambiente

XXXL Markenvielfalt bei den XXXLutz Möbelhäusern

Diese Marken sind in einzelnen Filialen der XXXLutz Unternehmensgruppe erhältlich.

XXXLutz Hennef | Josef-Dietzgen-Str. 2 | 53773 Hennef | Tel. (030) 25549259-0 |
Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 19.00 Uhr | hennef@xxxlutz.de

XXXLutz Görghausen | Unter der Issel | 56412 Görghausen | Tel. (030) 25549529-0 |
Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 19.00 Uhr | goergeshausen@xxxlutz.de



24/7
Online
Shopping



© XXXLutz Marken GmbH

Für Druckfehler keine Haftung. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg.

MEIN MÖBELHAUS.
MEIN ONLINE SHOP.

XXXLutz



Natürlich besser leben.



Mit dem **natürlich hohen Hydrogencarbonat-Gehalt von 1.846 mg/l** und einer einzigartigen Mineralisation. Fein perlend oder mild moussierend im Geschmack wird Staatsl. Fachingen seit jeher von Menschen getrunken, die auf ihre Säure-Basen-Balance achten. Beste Voraussetzungen für unbeschwerter Lebenslust.

**STAATL.
FACHINGEN**

Das Wasser. Seit 1742.

Anwendungsgebiete: Zur symptomatischen Behandlung von Sodbrennen bei Erwachsenen. Staatsl. Fachingen Heilwasser regt die Funktion von Magen und Darm an, fördert die Verdauung. Es fördert die Harnausscheidung bei Harnwegserkrankungen, beugt Harnsäure- und Calciumoxalatsteinen vor und unterstützt die Behandlung chronischer Harnwegsinfektionen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand der Information: 08/2022. **Fachingen Heil- und Mineralbrunnen GmbH · Brunnenstraße 11 · 65626 Fachingen · www.fachingen.de**