

ma vie

Wie wir unsere
INNERE
STÄRKE
finden

MEIN LEBEN **ma vie**

DIE KUNST, SICH ZEIT ZU NEHMEN

STARK & MUTIG

Die Frage ist nicht,
wer uns lässt.
Die Frage ist, wer sollte
uns aufhalten

ma vie

ma vie - GESPRÄCH mit Armin Falk über Männer, Frauen und ihre Unterschiede
DU HAST POST Über die Kraft einer ungewöhnlichen Brieffreundschaft
ICH OHNE DICH Wer wären wir ohne den Lieblingsmenschen an unserer Seite?
LOB DER UNCOOLEN FRAU Eine Ode an alle Frauen, die sich nicht verbiegen



Kreativer Kapf
Katharina Till hat sich ausprobiert und ist so zur Lettering-Künstlerin geworden. Jetzt will sie anderen die gleiche Chance eröffnen

GESTALTEN

Handlettering für zu Hause

Ihre eigene Handschrift hat sie so oft gewechselt wie ihren Kleidungsstil – bis sie endlich zu sich selbst gefunden hat. Was mit handgeletterten Postkarten anfing, die sie an fremde Menschen verleiht, führte letztlich zu einem eigenen Atelier. Seit etwas über zwei Jahren ist Katharina Till nun selbstständige Lettering-Künstlerin, verleiht ins Leben und inspiriert andere, ebenfalls ihrer eigenen Kreativität zu folgen. Die Stuttgarterin gibt Workshops, aber auch Videokurse mit Anleitungen für zu Hause. Zum Beispiel! Einsteigerkurs, bestehend aus neun Videolektionen als Download, inklusive Workbook-PDF, 10 Euro. HINTSUNKUNST.DE

NACHGEFRAGT



Dr. Christoph Schmitz, ief102.de das landwirtschaftliche und pädagogische Konzept, die heutige GemüseAckerdemie, ins Leben. GEMUESEACKERDEMIE.DE

DIE GEMÜSEACKERDEMIE FÜR KINDER IN SCHULEN

- Was ist die GemüseAckerdemie? Im Rahmen des Bildungsprogramms bauen Kinder und Jugendliche ihr eigenes Gemüse an. Entweder im Klassenraum oder auf dem Acker. Sie erleben dabei, wo Lebensmittel herkommen.
- Warum ist so eine Initiative nötig? Kinder und Jugendliche verlieren zunehmend den Zugang zur natürlichen Lebensmittelproduktion. Die Konsequenz daraus ist eine sinkende Wertschätzung für die Lebensmittel.
- Wie viele Kinder ackern bereits? 2018 erreichten wir knapp 8.800 Kinder von drei bis 16 Jahren. Geackert wird in jedem deutschen Bundesland, in Österreich und der Schweiz an über 400 Lernorten. Tendenz steigend.

GRÜNE VISION

Netzwerk

Drei Organisationen, zwei Gründer, eine Mission: Die Weltmeere von sogenannten Geisternetzen befreien. 640.000 Tonnen verlorener oder aufgegebenen Fischernetze landen jedes Jahr im Meer. Seit der Gründung 2015 hat das Hamburger Start-up „Bracenet“ über 2 Tonnen solcher Netze ohne Inhalt herausgefischt – und daraus Armabänder gefertigt. Zusammen mit Partnerorganisationen wollen Madeleine von Hohenthal und Benjamin Wenke so eine nachhaltige Kreislaufwirtschaft etablieren. Zehn Prozent eines jeden Armabands gehen deshalb an die Partnerorganisation „Healthy Seas“. Ab 19 Euro. BRACENET.NET



NATUR ERLEBEN

Komm, Kitty!

Lange galt sie als ausgestorben, jetzt kehrt die Wildkatze in heimische Wälder zurück. Wer nicht warten möchte, bis ihm eine über den Weg läuft, findet in „Wildkätzchen“ auf 200 farbigen Abbildungen alles über die Samtpfote. 30 Euro. KNESEBECK-VERLAG.DE



Wo kochen wir heute? Küchenzeile EVA ist einfach auf- und abzubauen und kann bei jedem Umrug problemlos mitgenommen werden

LEBENSRAÜME

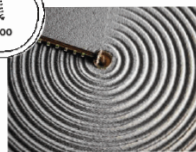
Küchen-Psychologie

„Das Ganze Leben“ verändert sich, ist in Bewegung, ist ein Prozess. Der gleichnamige Südtiroler Hersteller von hochwertigen Designprodukten im Wohnsegment, gegründet von Georg Agostini und Lorenz Sternbach, hat deshalb eine Küche entwickelt, die modular, erweiterbar, flexibel, modern und vielfach einsetzbar ist. L-Küche mit Geräten und Einbau etwa 10.000 Euro. DASGANZELEBEN.IT

DIE KUNST, SICH ZEIT ZU NEHMEN

ZEITLOS

Die Londoner Designer Begum und Bike Ayaskan haben mit ihrer Interpretation einer Sanduhr eine wunderbare Erinnerung daran geschaffen, wie flüchtig der Augenblick doch ist. Je nach Tageszeit entstehen oder verschwinden die Rillen. AYASKAN.COM



KRAFT UND ENERGIE
DE ÖKO-005



SALUS®
BACHBLÜTEN TEE

MIT SALUS TEE KRAFTVOLL IN DEN FRÜHLING.

- Wertvolle, köstlich aromatische Kräutertee-Komposition mit Mate, Ginseng und Guaranasamen
- Mit ausgewählten Bio Bachblüten-Essenzen kombiniert
- Natürlich in Bio-Qualität für ein gutes Lebensgefühl!

Für Salus Bachblüten Tee Kraft & Energie wurden verschiedene Kräuter sorgsam ausgesucht und mit den Bio Bachblüten-Essenzen Hornbalm, Olive, Wild Rose, Elm, Gentian und Centaury kombiniert. Eine aromatische Tee-Spezialität, die Zuversicht schenken und dabei helfen kann, den Alltag wieder leichter zu bewältigen.

► SALUS.DE