VIP-TICKER

Ein Männlein für Kate und Reiterspiele

Als **Kate Moss** in dieser Woche zufrieden die Berge in Aspen herunterwedelte, klebte etwas an ihrer Seite, was wir bislang noch nicht zu Gesicht bekommen hatten. Ein Toyboy. Die schöne Kate, frisch kokainentzogen und wieder hart arbeitend, hat sich einen elf Jahre jüngeren geangelt: **Jamie Burke**, süße 20, ein mittelerfolgreiches Model, das sich nun in Musik versucht. Nun, die Idee ist nicht ganz neu. **Ivana Trump** zeigte sich bis Ende vergangenen Jahres mit einem Italo-Männlein, das 23 Jahre jünger war als sie. **Demi Moore** hat die Schaut-her-ich-liebe-einen-jungen-Mann-Sache bekanntlich soweit getrieben, daß sie **Ashton Kutcher** (16 Jahre jünger) sogar heiratete. Das Konzept ging bei beiden Damen auf. Wenn die Schönheit selbst mit Skalpellen nicht mehr zurückzuholen ist (Ivana) und die Filmangebote ausbleiben (Demi), sorgen ganz junge Männer zuverlässig für Schlagzeilen. Kate dagegen hat diesen Trumpf einige Jahre zu früh gezogen. Schließlich ist sie erst 31, ihre Karriere läuft trotz Drogenskandals gut, und im Pirelli-Kalender ist sie auch zu sehen. Was will ein Model mehr? Liebe? +++ Die „Bunte“ hat in dieser Woche eine spektakuläre Frage aufgeworfen. „Sind Reiter unfähig zur Liebe?“ Gemeint ist: Können Reiter treu sein? Offensichtlich nicht, denn das Blatt zählt gleich eine ganze Reihe gescheiterter Reiterehen auf. **Paul Schockemöhle** zum Beispiel mußte seine Frau an **Ludger Beerbaum** abgeben, der sie wiederum an einen Dritten weiterreichen mußte. Das aktuellste Paar sind die Olympiareiter **Nadine Capellmann** und **Martin Schaudt**, die sich zum dritten Mal trennten. Woran liegt es? Bringt das rhythmische Traben menschliches Blut derart in Wallung? Kann es wahre Liebe nur zu Pferden geben? Voller Sorge blikken wir nun auf **Athina Onassis.** Die Milliardenerbin mit dem unglücklichen Gesicht heiratete erst kürzlich den Springreiter **Doda**. Böse Zungen munkelten, er habe es auf ihr Geld abgesehen. Ganz böse Zungen sagen: Beide Reiter? Das kann nicht gutgehen.

ACTION PRESS

Viel Klatsch! Kate Moss im Schnee

AFP

Viel Glück! Athina Onassis mit Doda

Wir gratulieren!

Geburtstage
Seinen 95. Geburtstag feierte *Helmut Ehrhardt* am Mittwoch in *Bad Krozingen*. Am Freitag vollendete *Astrid Fünfzig* in *Köln* das 91. Lebensjahr.
Heute wird *Dr. med. F. Krull* aus *Duisburg-Homberg* 86 Jahre alt.

OHYUN KWON

Natürlich wollen Sie Ihren Spaß. Die anderen Skifahrer aber auch. Also seien Sie rücksichtsvoll und dezent

Schußfahrt mit Manieren

Handy am Ohr, Elchmütze auf dem Kopf und eine Bierdosensammlung im Rucksack. Nicht jeder weiß sich im Skiurlaub zu benehmen. Wir können dabei behilflich sein: Mit unserem Pistenknigge in zehn Punkten

Für den fairen Umgang unter Ski-Fahrern gibt es die zehn Regeln der „Fédération Internationale de Ski“. Sie klärt, wie überholt werden soll oder auch, wie das korrekte Stoppen am Berg funktioniert. Allerdings geht es dabei nur darum, daß alle möglichst heil im Tal ankommen. Aber Regeln, wie man sich abseits aller Sicherheitsfragen im Ski-Urlaub verhalten sollte, die wurden bislang nicht niedergeschrieben. Bis jetzt.

1. Am Lift

Niemand steht gern am Lift an. Aber an der Autobahnauffahrt nimmt doch auch kaum jemand einen Anhalter mit. Soll heißen: Niemand sollte sich mit aller Gewalt in einen Lift drängen. Im nächsten Sessel ist noch ein Plätzchen frei, aber die Gruppe schaut auch ohne Sie ganz glücklich aus? Eben. Mit Ihnen hätte sich ohnehin niemand unterhalten. Gleiches gilt für einzelne Skifahrer im Schlepplift. Die Blondine hat Ihnen nicht aufmunternd zugenickt? Der Mann vor Ihnen schaut nicht aus, als wolle er in den nächsten zehn Minuten seine Lebensgeschichte mit Ihnen teilen? Lassen Sie locker – und nehmen den nächsten.

2. Im Lift

Da sitzt oder steht man nun also doch ausnahmsweise mit fremden Skifahrern im Lift. Was tun? Sie sind im Urlaub. Alle sind so fröhlich und entspannt. Jetzt gilt: Es darf über alles geredet werden. Nur nicht über das Wetter. Das versteht sich eigentlich ja von selbst. Trotzdem fängt jede zweite Lift-Unterhaltung so an. Und hört auch ziemlich schnell wieder auf. Warum? Weil es Ihrem Nebensitzer herzlich egal ist, wie das Wetter gestern war. Und weil Sie selbst sehen, daß es heute schön ist. Und weil man der Wetterprognose von Skilehrer oder Concierge für die kommenden Tage eh mehr traut als dem Wildfremden nebenan.

3. Im Ausland

Ja, der österreichische Singsang klingt irrsinnig charmant. Und genau, Schweizerdeutsch klingt wahnsinnig lustig. Trotzdem sollten Sie im Skiurlaub nicht dazu übergehen, den lokalen Dialekt nachzuahmen. Belassen Sie es bei einem „Grüezi“ oder „Grüß Gott“. Alles andere wirkt im besten Fall albern, eher respektlos. Oder wie finden Sie es, wenn Engländer ihre Deutschkenntnisse mit „Guuuuten Taag“, „Ja, ja“, und „Blitzkrieg“ unter Beweis stellen?

4. Im Ohr

Das gefährlichste In-Accessoire auf der Skipiste ist der iPod. So klein, so handlich, und sogar von Charitykönigin-nen-Töchtern mit dicken Lippen zu bedienen. Nur gehören die weißen Kopfhörer während der Abfahrt einfach nicht ins Ohr. Denn mit ihnen hört man nichts. Keine Warnungen, keine Flirtversuche, keine piependen Pistenraupen ...

5. Am Ohr

Natürlich ist es toll, daß man heutzutage überall telefonisch erreichbar ist. Das müssen Sie aber nicht dadurch beweisen, daß Sie am Lift, auf der Piste und im Tiefschnee pausenlos telefonieren. Das Dauergeplapper nervt. Und zwar nicht nur die Skifahrer neben ihnen, sondern auch den daheimgebliebenen Kollegen, der gar nicht wissen will, wie die Weiber und das Wetter in Ischgl so sind.

6. Im Hotel

Bevor es auf die Piste geht, sollte das eigene Ski-Outfit kritisch geprüft werden. Daß manche den Overall verehren und andere ihn verabscheuen, ist dabei egal. Generell gilt: Niemand sollte versuchen, das sehr bunte und sehr fragwürdige Design der Carving-Skier mit der Garderobe zu toppen. Keine witzigen Fleece-Mützen also. Kein Neon. Keine extravaganten Muster, die Sie zu Hause auch nicht tragen würden. Dann klappt's auch beim Après-Ski.

7. Auf der Hütte

Viele Skifahrer üben am liebsten den Einkehrschwung. Das ist völlig in Ordnung. Völlig daneben ist es aber, die unschuldigen Servicekräfte auf der Hütte anzugraben. Die Mädels sind hier nicht im Urlaub, sie machen ihren Job. Und sie machen ihn nicht, um zwischen all den Freizeitsportlern ihren persönlichen Prinzen zu finden.

8. Auf der Piste

Wer sagt, daß Skifahren rein gar nichts mit angeben zu tun hat, der lügt. Es ist einfach ein erhabenes Gefühl, an einer Skigruppe vorbeizufahren und den Lehrer sagen zu hören: „Genau so wie sie/er müßt ihr es machen!“ Aber: Das Schlimmste, was passieren kann, ist ein anschließender Sturz direkt unter dem Sessellift. Generell sollten Sie deshalb so fahren, daß Sie sich selbst nicht nur gut fühlen, sondern auch sicher.

9. Auf dem Rücken

Nur Bergführer und Touren-Skifahrer dürfen einen Rucksack tragen. NIEMAND sonst. Denn Rucksäcke sehen einfach immer doof aus. Außerdem tut es ziemlich weh mit einem Rucksack voller Bierdosen, Pausenbrote, Thermoskannen und Äpfeln auf dem Rücken zu stürzen.

10. Im Club-Resort

Generell glauben Skiurlauber ja gern, ihr Skiort wäre ein einziger riesiger Vergnügungspark. Und dann gibt es Cluburlauber. Die benehmen sich auch noch so. Ihnen sei verraten: Nicht jeder will geduzt, angequatscht oder mit gruppendynamischem Frohsinn zugemüllt werden. Das ist bestimmt ganz toll im sauteuren Clubhotel und in der clubeigenen Skigruppe. Aber der Rest der Skiwelt kommt auch ohne Animateure und Clubtanz ganz gut zurecht.

Alexander Stilcken

Die Marke „Die kleine Marie“ bietet gute Dinge für wenig Geld. Und will uns lehren, wieder Spaß am Alltäglichen zu finden

Das Prinzip der Verschlichterung

Die nächsten Wochen werden protestantisch. Regen, Schneematsch, Rest-Erkältung – und Weihnachten ist längst vorbei. Eine Zeit, in der man heraufziehende Depressionsattacken nur durch solide Selbstkasteiung in den Griff bekommt, weshalb manche ein paar Heilfastentage einlegen. „Verzicht! Verzicht!“ denken wir in Hamburg, Berlin oder Leipzig, als müßte man sich die Ankunft des Frühlings mit Leiden verdienen.

Da muß erst ein Mädchen aus dem kreuzkatholischen Rheinland kommen, um zu zeigen, daß es auch anders geht. „Die kleine Marie“ aus Düsseldorf bietet jetzt ein „ABC der Lebensfreude“ an. Es ist ein Heft mit sehr gelben Seiten, auf denen handschriftlich alles aufgelistet und erklärt wird, was das Leben mit Glücksmomenten versorgen könnte. Zum Beispiel: Pulen („Braune Stellen aus der Banane“ oder „Flusen zwischen den Zehen“), Neid vermeiden („Denk an Seneca“) oder Schwitzen (nach 30 Minuten löst sich die Grenze zwischen Körper und Welt auf, du bist eins mit der Natur“).

Es sind die Kleinigkeiten, das scheinbar Alltägliche, das man nur wieder wahrnehmen muß, und das Prinzip ist klar: nicht alles, aber viel ist eine Frage der Einstellung. Und die als Heftchen, betont selbstgemacht und für gerade mal 7,99 Euro herauszubringen, das hätte leicht und gründlich schiefgehen können, als Selbsterfahrungslyrik oder Poesie vom WG-Küchentisch. Aber obwohl man manchmal beim Lesen die Zähne zusammenbeißt, bekommt am Ende noch jeder Text die Kurve, bevor's peinlich wird. Es ist eben doch die Arbeit von Profis.

„Die kleine Marie“ wurde im Juli 2003 von der Werbeagentur „Gute Gesellschaft“ erfunden, als Reaktion auf die weinerliche Stimmung, die sich in Deutschland festgesetzt hatte, und zugleich in dem handfesten Interesse, das Unternehmen mit einer eigenen Marke ins Gespräch zu bringen. „Verschlichter Dich“ lautet das Motto, denn, so Geschäftsführer Raimund Schmelzer: „Das Gute liegt ja eigentlich vor der Tür.“

Das klingt weniger verkrampft als der „Simplify-Trend“, den Zukunftsforscher Matthias Horx ausgemacht hat, und längst nicht so rüde wie „Geiz ist geil“ – und kombiniert doch beides mit dem Trümmerschick der Nachkriegszeit. Seither ist „Die kleine Marie“ eine Marke, ein Logo und – für Freunde umgangssprachlicher Idiome – ein fester Begriff. „Für die kleine Marie“ habe man früher im Rheinland und in Teilen Österreichs gesagt für „Gutes für kleines Geld“, sagt Schmelzer. Das Logo, der Stempelschnitt eines Mädchenkopfs mit Kopftuch, kennzeichnet Produkte, die diesem Anspruch gerecht werden sollen – und dem Jammern eher praktische Lebenshilfe entgegenstellen.

Das Kochbuch „Schlichte Gerichte“ (schmale Papierstreifen, zusammengehalten von einer Buchbinderschraube) trotzt den steigenden Lebensmittelpreisen mit Rezepten wie „Armer Ritter“, die alle nicht mehr als 4,99 Euro kosten. Die ähnlich gestaltete Gesundheitsfibel „Leiden vermeiden“ begegnet den Schikanen der Gesundheitsreform mit Hausrezepten gegen Zipperlein („Essigsocken bei Fieber“, „Bienenkitt bei kleineren Wunden) und ist bereits vergriffen.

Das „Volkshaus“ wiederum kann man sich auch ohne Eigenheimzulage leisten. Der Bau, ein mit Folie beschichtetes, isoliertes Papphaus mit einer Wohnfläche von rund 21 Quadratmetern und zehn Jahren Haltbarkeit, kann industriell gefertigt werden und kostet rund 12 500 Euro. Es steht in der Tradition des sozialen Wohnungsbaus der 20er Jahre – und dafür, wie ernst „Die Kleine Marie“ es meint mit ihrem Prinzip der lebensnahen Verschlichterung. „Reduktion ist ja nichts Schlechtes“, sagt Raimund Schmelzer. „Im Gegenteil. Es bedeutet: das notwendig Gute.“ Man muß eben einfach nur wollen.

Das Gute liegt so nah: „Das ABC der Lebensfreude“ zeigt, wie man es findet

Das „ABC der Lebensfreude“ kann dabei helfen. Siehe etwa unter dem Stichwort „Formen“: „Es ist schön, etwas zu formen, etwa einen Pizza- oder Kuchenteig. Manchmal reicht es schon, dabei zuzuschauen, wenn Dinge zum Beispiel wie holländische Holzschuhe geformt werden. Es ist schön zu empfinden, daß etwas mit der Welt gemacht werden kann, oder?“ *Gabriele Thiels*

Informationen im netz: www.diekleinemarie.de