

12. Jahrgang  
2024

www.magazin-life.de No. 80 € 7,50  
Österreich: € 8,30 / Schweiz: SFR 11,90



# Life

GERMANY

## Boxen

Agit Kabayel  
hat die Welt  
schockiert.

## Reise

St. Moritz  
20 Life-Tipps

EXKLUSIVINTERVIEW

# Diana König

Von der Miss zur Boss-Lady





HH  
C 866H

H  
HOBI COLLECTION  
LUXURY STYLING IN GERMANY

## Grüße aus der Redaktion

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Willkommen im Jahr 2024! Das Team des Life Magazins sendet Ihnen herzliche Neujahrsgrüße. Wir sind begeistert, Sie in unserem zwölften Jahr zu begrüßen, stets bestrebt, Ihnen außergewöhnliche Unterhaltung und Inspiration zu bieten.

In dieser Ausgabe starten wir mit einem Paukenschlag: Diana König, einst Miss, nun eine beeindruckende Boss-Lady. Sie vereint Schönheit und Intelligenz und hat den beeindruckenden Wandel von der Modelwelt zur internationalen Geschäftsfrau gemeistert. Ihre Geschichte ist eine Quelle der Inspiration und des Staunens.

Ein weiteres Highlight ist die sensationelle Boxgeschichte von Agit Kabayel. Sein erstaunlicher Sieg über Arslan Makhmudov hat die Boxwelt erschüttert. In einem exklusiven Bericht enthüllen wir die Geheimnisse seines Erfolgs und bieten einen tiefen Einblick in das Leben des neuen Schwergewichtstars.

Unser Reisetipp führt Sie diesmal nach St. Moritz – ein Ort, der weit mehr ist als Luxus und Glamour. Unsere Erfahrungen in dieser traumhaften Berglandschaft, von aufregenden Skiabenteuern bis hin zu idyllischen Schlittschuhfahrten auf Natureis, werden Sie begeistern. Profitieren Sie von unseren 20 exklusiven LIFE-Tipps für ein unvergessliches Wochenende in den Schweizer Alpen.

Wir wünschen Ihnen ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Jahr 2024. Tauchen Sie ein in die spannenden Geschichten und Entdeckungen, die diese Ausgabe für Sie bereithält.

Viel Spaß beim lesen

Besnik Shemsu  
CEO & FOUNDER

Life Magazin Germany

### INHALT

Titel: Diana König

Seite 10

Boxen - Kabayel

Seite 14

Motivation

Seite 24

City-Trip Frankfurt a. Main

Seite 29

# Life<sup>style</sup> GERMANY

DAS LIFESTYLE MAGAZIN

# 2 8

# NO. 1

@life\_magazin\_germany  
follow us on Instagram!

Verlag:

CLS Printmedia  
Brunnenstr. 66  
34537 Bad Wildungen  
Email: info@cls-printmedia.de  
www.life-magazin.de  
Tel.: 05621 7819038

Cover:

Diana König

Gestaltung und Idee:

CLS Printmedia

Ausgabe:

Redaktionsschluss für die Ausgabe  
Februar 2024 ist am  
31. Januar 2024

Herausgeber:

CLS Printmedia

Gestalterische Umsetzung

und Druck:

Lean Mitch GmbH  
Berliner Str. 37  
34537 Bad Wildungen  
www.lean-mitch.de





GÖBEL HOTELS



Endlich wieder **AUFATMEN!**

Urlaub in den Göbel Hotels –  
sicher, nah und vielfältig

Die schönen Momente im Urlaub wieder genießen. Wer sehnt sich nicht wieder danach? Es ist ein ureigenes Bedürfnis sich jetzt zu belohnen und sich etwas Gutes zu tun. In den Göbel Hotels werden Sie verwöhnt mit großzügigen Schwimmbad- und Saunalandschaften, Wellnessbehandlungen und wundervollen Ruhezonen und einer kulinarischen Frischeküche. Wer's aktiv mag, kann sich auf die hoteleigenen E-Bikes schwingen. Die Hotelteams halten ihre Lieblingstouren in der umliegenden Natur bereit.

Sicher, nah und vielfältig – erleben Sie den Sommer in den Göbel Hotels mitten im grünen Herz von Deutschland. Nie war Deutschland als Urlaubsziel so wertvoll wie heute.

Wir sind bestens vorbereitet, damit Sie sich sicher und wohl bei uns fühlen und Ihren Aufenthalt in vollen Zügen bei uns genießen können.

Jetzt buchen und endlich wieder aufatmen:

**FLEXIBEL** buchen  
und bis 2 Tage  
vorher **KOSTENFREI**  
stornieren.

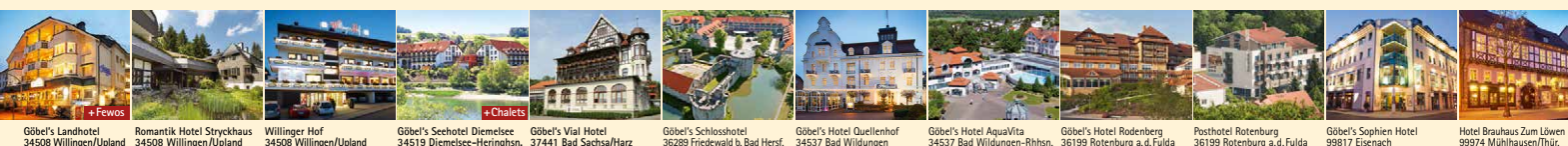


Besser Direkt-Buchen:  
[www.goebel-hotels.de](http://www.goebel-hotels.de)

**GÖBEL HOTELS**  
COLLECTION

**14x**  
in  
Deutschland

Göbel Hotels Göbel GbR  
Briloner Straße 48 · D-34508 Willingen · Tel. 05632-922 11



FRESH & CLEAN COSMETICS  
made in germany



Leandro Lopes ist der Lifestyle einer Generation, welche Freiheit aller Menschen, Gedanken und Geschlechter ausdrückt. Fashion als Lebensgefühl und Statement. Mode aber beginnt mit der Haut. Sie ist die nackte Wahrheit. Leandro Lopes ergänzt damit seine Vision eines ganzheitlichen Lifestyles. Fashion your Skin. Vegane Frischekosmetik aus reinsten und nachhaltiger Natur made in Germany.

[www.leandrolopes.com](http://www.leandrolopes.com)



# AMIRA POCHER Oliver und sie reichen schon bald die Scheidung ein

Nach langem Streit haben sich Amira und Oliver Pocher in der Silvesternacht endlich versöhnlich gezeigt. Die Scheidung werden die Moderatorin und der Komiker dennoch einreichen – und das schon bald.

Nach ihrer Trennung Ende August 2023 haben sich Oliver Pocher, 45, und Amira Pocher, 31, einen öffentlichen Streit geliefert: Immer wieder haben Eltern zweier gemeinsamer Söhne in ihren Podcasts oder in den sozialen Medien gegeneinander geschossen. Auch das Weihnachtsfest haben sie getrennt gefeiert, dafür sind sie sich Silvester wieder näher gekommen. Fans hofften bereits auf ein Liebescomeback, doch diesen Spekulationen setzt die Moderatorin umgehend ein Ende. Sie und Olli werden sich bald scheiden lassen.

## Oliver Pocher und Amira Pocher reichen bald die Scheidung ein

In der Silvesternacht hatten sich Oliver und Amira um Mitternacht zusammen in seiner Instagram-Story gezeigt. Sie machten einen losgelösten Eindruck, lachten wieder zusammen. „Wer hätte das gedacht“, so



der Komiker. Dann fragte der 45-Jährige scherzend nach einem Kuss, Amira winkte zunächst ab, gab ihrem Ex-Partner dann aber doch ein kleines Küsschen auf die Wange. So unbeschwert hatten Fans die beiden lange nicht mehr gesehen.

Ein Liebescomeback ist dennoch ausgeschlossen, wie Amira nun klarstellt. „Bisher ist die Scheidung noch nicht eingereicht. Das werden wir aber in Kürze tun“, sagt die Moderatorin gegenüber „Bild“. Sie und Olli würden derzeit einfach versuchen, zum Wohle der Kinder besser miteinander auszukommen. „Wir arbeiten gerade daran, als Eltern für unsere Kinder ein bestmögliches Verhältnis zu haben“, erklärt sie. Außerdem äußert sich die 31-Jährige zur Namensfrage. Vor wenigen Wochen hatte der Comedian angedeutet, dass seine Ex seinen Nachnamen ablegen sollte, nannte sie bereits bei ihrem Mädchennamen „Amira Aly“. Die zweifache Mutter scheint tatsächlich mit dem Gedanken zu spielen, ihren Namen zu ändern. Sie sagt: „Unsere Kinder tragen den Nachnamen Pocher, darum muss ich mir das gut überlegen. Halte das aber grundsätzlich für möglich.“

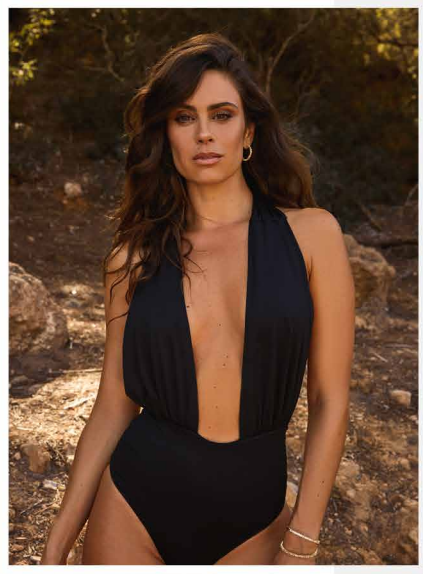


## — Premium Swimwear —

SEA ME SWIM verwendet die exklusive Polyamidfaser Amni Soul Eco®, das erste biologisch abbaubare Polyamid, das jemals hergestellt wurde. Alle Artikel werden aus diesem speziellen Premium-Stoff hergestellt, was unser Engagement für Nachhaltigkeit und umweltfreundliche Werte unterstreicht.

Die Kollektionen werden design und entwickelt, um die weibliche Silhouette zu formen und zu betonen. Zeitlose Stücke, die mit klaren Linien und innovativen Textilien entworfen werden, zielen darauf ab, sich an alle Körpertypen anzupassen, was sie zu einem Muss für die anspruchsvolle weltreisende Frau macht.

SEA ME SWIM\*wear vereint Luxus, Design und Nachhaltigkeit.



THERÉSE Bikini  
in unicórnio



MOOREA Swimsuit  
in black



CAYMAN Swimsuit  
in white



FELICITÉ Swimsuit  
in red



ST. TROPEZ Swimsuit  
in black



# EVELYN BURDECKI

PÖmpöse Neujahrsgrüße: Sie sorgt für „allerbeste Aussichten“

Evelyn Burdecki begeistert ihre Fans direkt im neuen Jahr mit einem sexy Neujahrsgruß per Instagram.

Evelyn Burdecki, 35, heizt ihre über 800.000 Follower:innen gleich im neuen Jahr mit ein paar sexy Schnappschüssen an.

Evelyn Burdecki: Sie sendet PÖmpöse Neujahrsgrüße



Evelyn Burdecki rutschte in Dubai ins neue Jahr hinein. Über Instagram ließ sie ihre Fans an ihrer kleinen Auszeit teilhaben. Nachdem die Blondine 2023 ein letztes Mal ins Meer gehüpft war, putzte sie sich für den Silvesterabend heraus. Doch anstatt Impressionen ihres Silvester-Looks zu posten, überraschte sie ihre Fans im neuen Jahr direkt mit ein paar heißen und vor allem freizügigen Fotos als Neujahrsgruß.

In einem weißen Badeanzug posiert Evelyn vor einer traumhaften Kulisse in einem Infinity-Pool in Dubai. Auf dem ersten Bild zeigt die Influencerin nur ihren Po. Jede ihrer wohlgeformten



Pobacken ist mit einer Muschel verziert, huil Doch auch die anderen Bilder im Beitrag können sich sehen lassen. Mal posiert die Moderatorin vor dem Pool und mal in diesem selbst. Dazu genehmigt sie sich unter anderem einen leckeren Obstteller. Zu ihrem heißen Neujahrspost schreibt sie: „Mit den allerbesten Aussichten für 2024 wünsche ich Euch allen ein gesundes und glückliches neues Jahr! Glaubt an Wunder, Liebe und Glück. Schaut nach vorne, nicht zurück! Tu was Du willst und steh dazu, denn Dein Leben lebst nur Du! In diesem Sinne, rutscht gut ins neue Jahr, auf das alle eure Wünsche in Erfüllung gehen! Wichtigster Vorsatz für mich für den 1.1.2024...ich gehe auf GAR KEINEN FALL ins Fitnessstudio!“ Bei dem Body hat die 35-Jährige das offenbar auch nicht nötig.

## Fans sind begeistert

Ihre Fans sind aus dem Häuschen. In über 1.000 Kommentaren wird Evelyn Burdecki mit Komplimenten wie „Mein Hase, dir auch .. bleib so hot und verrückt“, „Einfach eine Traumfrau. Bleib so wie du bist“ oder „Sieht aber echt knackig aus“ überschüttet. So kann das Jahr für Evelyn doch starten!



1500 kostenlose Parkplätze  
mehr als 50 Shops!  
auf mehr als 35000m²

**RATIO\_Land**  
BAUNATAL

**Standort:**  
Fuldastr. 1-5  
34225 Baunatal

**Anfahrt:**  
A49 Ausfahrt -  
Baunatal Süd

**Öffnungszeiten:**  
Montag - Samstag  
08:00 - 21:00 Uhr

**weitere Informationen:**  
[www.ratio-land.de](http://www.ratio-land.de)

**Shoppen in Baunatal:**  
Technik, Gastronomie  
Kleidung, Schmuck  
Schuhe, uvm.





EXKLUSIVINTERVIEW

# Diana König

Von der Miss zur Boss-Lady

## Diana König von der Miss zur Boss Lady

### Wer ist Diana König?

Diana König ist eine Frau, die genau weiß, wer sie ist und was sie kann. In meiner Karriere habe ich seit meiner Kindheit zahlreiche Erfolge erzielt und mir heute einen Namen als Geschäftsfrau und Moderatorin gemacht. Im Unternehmertum und darüber hinaus ist Wachstum meine tägliche Droge. Es ist nicht nur ein Ziel, sondern auch der Kick, der mich antreibt. Jeder Tag ist eine neue Gelegenheit, meine Karriere und mich selbst auf das nächste Level zu bringen. Ohne Wachstum fühle ich mich wie ein Fisch ohne Wasser – es ist der Schlüssel zu neuen Chancen, Perspektiven und dem kontinuierlichen Fortschritt. In meinem Leben gibt es keinen Stillstand, nur die aufregende Fahrt auf der Überholspur des Wachstums.

### Wie hast du die Feiertage verbracht?

Die Feiertage haben sich für mich wie ein tropischer Traum angefühlt – Sonne, Sand und das exotische Flair von Sri Lanka. Es ist meine Tradition, das Ende des Jahres für eine wohlverdiente Auszeit von 2 bis 3 Wochen zu nutzen, fernab von Handy und beruflichen Verpflichtungen. In dieser Zeit gebe ich mir die Erlaubnis, komplett abzuschalten. Kein Handygeklingel, keine Arbeitsmails – einfach nur ich und die Wunder der Welt. Diese Auszeit ist für mich oft eine Lehrstunde für die Seele. Denn wahre Erkenntnis kommt oft dann, wenn man sich Raum zum Durchatmen schenkt. Sri Lanka hat nicht nur meinen Teint erfrischt, sondern auch meinen Blick auf viele Dinge, in denen ich festgefahren war, verändert. Manchmal muss man bewusst den Stecker ziehen, um die Batterien zu laden und mit frischer Energie in ein neues Kapitel zu starten. So beginne ich das neue Jahr ohne Ballast, aber mit einer Fülle an neuen Perspektiven – ein wahres Geschenk für Körper und Geist.

### Wie war dein Jahr 2023?

Mein Jahr 2023 war eine Achterbahn der Veränderungen. Geschäftlich gab es viele Trennungen, die längst überfällig waren. Im Unternehmertum geht es darum, klare Linien zu ziehen, vor allem wenn man mit Leuten zu tun hat, die sich selbst komplett überschätzen oder nur auf das

Geld, nicht aber auf die notwendige Leistung fokussiert sind. Gemeinsamer Erfolg entsteht nur, wenn alle Beteiligten ihr Bestes geben und auf ein gemeinsames Ziel hinarbeiten. Kompromisslose Professionalität und das Streben nach echter Leistung sind die Grundlagen für nachhaltigen unternehmerischen Erfolg. Manchmal muss man sich von Menschen trennen, die nicht denselben Fokus haben und sicherstellen, dass das Team – intern wie extern – aus motivierten, leistungsorientierten Individuen besteht. Qualität über Quantität – das ist der Schlüssel für langfristige Partnerschaften und Erfolge im Unternehmertum.

Außerdem standen einige wichtige Veränderungen an, die den Weg zu weiterem Erfolg ebneten. Neue Projekte wurden ins Leben gerufen, und dieses Jahr wird endlich die Frucht dieser Anstrengungen sichtbar. Das letzte Drittel des Jahres war persönlich gesehen besonders anspruchsvoll und emotional. Angefangen mit einem Nasenbruch im Ausland folgten im näheren Umkreis schmerzhaft Verluste geliebter Menschen. Solche Momente machen einem klar, wie kostbar gemeinsame Zeiten sind. Man weiß nie, wann der letzte Tag mit den Liebsten gekommen ist. Daher war mein Urlaub in Sri Lanka von unschätzbarem Wert, um mich emotional zu erholen. Inmitten all der Herausforderungen ist es immer wichtig, die kleinen Glücksmomente zu schätzen. Das fehlt mir leider sehr oft bei vielen Menschen im deutschsprachigen Raum.

### Welche Projekte sind für 2024 geplant?

Für 2024 sind mehrere aufregende Projekte geplant. Obwohl viele ehemalige Zuschauer sich eine Rückkehr ins Fernsehen wünschen, werde ich diesem Wunsch leider nicht nachkommen. Die Erfahrungen während der Corona-Zeit haben ein kritisches Licht auf die Branche geworfen, und es war eine herausfordernde Zeit. Stattdessen plane ich, mich als Einzelperson mit neuen Projekten auf die große Bühne zu begeben, mit eigenen Regeln und Vorschriften. Mir ist es wichtig, ich selbst sein zu dürfen, dies ist als Moderatorin oft sehr schwierig.

Ein weiterer Fokus liegt auf neuen Events und Veranstaltungsformate, die weiterhin die Eventbranche im deutschsprachigen Raum toppen werden.

Zudem gibt es viele weitere Projekte in 2024, die ich momentan noch nicht kommunizieren kann, aber die für weitere spannende Entwicklungen stehen.

### Wie ist Diana privat?

Privat lebe ich mit einer geballten Ladung Ehrgeiz, durchflutet von purer Energie und stets

begleitet von einem ansteckenden Humor. Drama meide ich wie einen Sturm, schließlich will ich keine Falten, sondern das strahlende Glück im Gesicht bewahren. Ich bin außerdem sehr ausgeglichen und denke lösungsorientiert und wälze mich nicht ständig in Problemen.

Die Familie ist mein heiliger Boden. Die Liebe meiner Eltern hat nicht nur meine Kindheit geprägt, sondern bildet auch heute das Fundament meines Lebens. Seit 2016 bin ich eine stolze Tante, mittlerweile von fünf zauberhaften Neffen und Nichten. Diese Rolle erfüllt mich mit einer Liebe, die Worte kaum einfangen können. Jedes strahlende Gesicht, wenn sie in der Heimat besuche, ist ein kostbarer Augenblick, der mein Herz berührt.

### Dein schönster Moment im Leben?

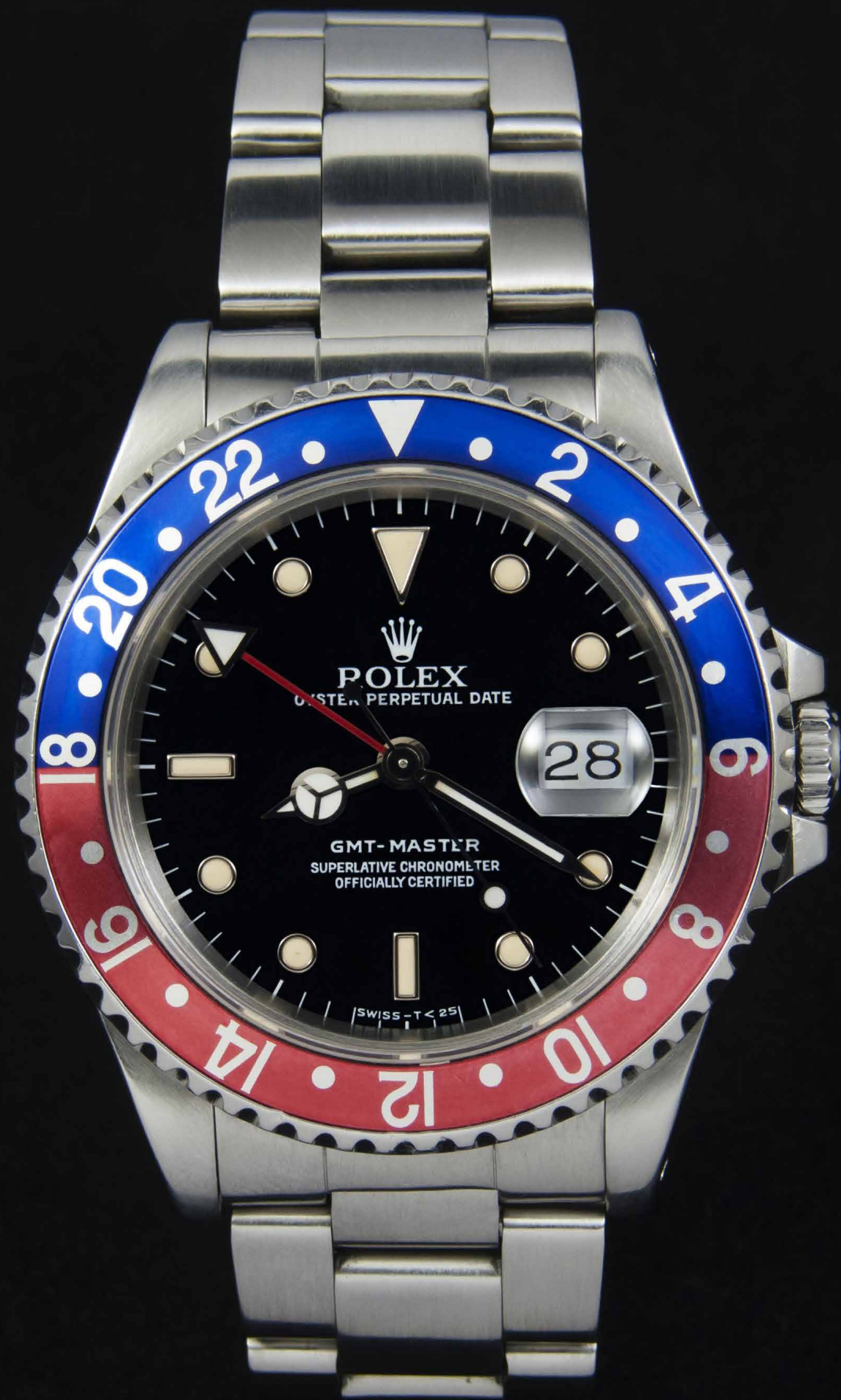
In meinen 36 Jahren gab es unzählige wundervolle Momente, für die ich dankbar bin. Wenn ich mich jedoch für einen einzigen festlegen müsste, wäre es zweifellos meine Ehrung zur Miss FC Bayern München 2006 in der ausverkauften Allianz Arena.

An diesem Tag ging es nicht um eine Krone, sondern um kostbare Zeit. Zeit mit meinem Vater, Bruder und Onkel. Ich bin FC Bayern Fan seit meinen Windeljahren und habe sogar als kleines Kind Fußball gespielt, bevor meine Handballkarriere begann. Wir drei, mein Vater, Bruder und ich, waren ein unschlagbares Trio. Als die Allianz Arena eröffnet wurde, wollte ich unbedingt mit ihnen ins Stadion. Leider ging es meinem Vater zu diesem Zeitpunkt gesundheitlich nicht gut. Ich wollte dieses Erlebnis jedoch nicht aufschieben, denn man weiß nie, was morgen ist. Also versuchte ich, an VIP-Tickets zu kommen, und stolperte dabei über die Miss FCB Wahl. Bei einem Sieg winkten 2 VIP-Tickets. Dieser Tag mit meinem Vater, Bruder und Onkel war einfach perfekt. Wir hatten so viel Spaß, ich legte den Grundstein für meine Zukunft, und diesen stolzen Blick meines Vaters werde ich für immer in meinen Erinnerungen und meinem Herzen tragen.

### Deine Pläne für die Zukunft?

Meine Pläne für die Zukunft sind weiterhin, die Balance zwischen allen Lebensbereichen zu halten – meine Karriere, mein Privatleben, mein soziales Umfeld, meine eigenen Bedürfnisse und meine Gesundheit. Diese Balance ist für mich von unschätzbarem Wert, und ich investiere jeden Tag bewusst Zeit und Energie in jeden dieser Bereiche.





[www.rolex.com](http://www.rolex.com)



**DIETER GEIGER**

Luxury Unique Cars  
Fashion coming soon...



Box-Star über Nacht

# Kabayel plötzlich Nr. 4 der Welt

**ENDLICH haben wir einen deutschen Box-Star im Schwergewicht.**

**Spätestens nach seinem Sensations-Sieg in Saudi-Arabien am vergangenen Wochenende ist Agit Kabayel (32) in der Liga der ganz großen angekommen.**

Der Bochumer schlug den bis dato ungeschlagenen Russen Arslanbek Makhmudov (34) bereits in Runde 4 K.o. – eine der größten Schwergewichts-Überraschungen des Jahres. Vor einem Mega-Publikum (u.a. Cristiano Ronaldo und Conor McGregor) sicherte sich Kabayel einen Sensations-Sieg für den deutschen Box-Sport.

Wie tickt unserer neuer Mega-Boxer? DAS müssen Sie zum 110-Kilo-Koloss wissen.

## Boxen: DAS müssen Sie zu Agit Kabayel wissen!

Kabayel ist in Leverkusen geboren, seine Eltern stammen aus dem kurdischen Teil der Türkei. Schon als Kind spielte er Fußball, später sogar in der Jugend bei Bayer Leverkusen. Nach dem Familien-Umzug nach Bochum-Wattenscheid dann nur noch auf dem Bolzplatz. Sein Mitspieler dort: DFB-Star Leroy Sané (27). Ein enger Freund von Kabayel: Ex-Bundesliga-Star Kerem Demirbay (30/früher Leverkusen). Über das Kickboxen kam Kabayel zum Boxen. Im Juni 2011 gab er mit 18 Jahren in Wuppertal sein Profi-Debüt. Eine Amateur-Karriere hat Kabayel nicht, begann mit dem Faustkampf erst mit 17 Jahren beim BSC Steele, später im Fightclub Wuppertal. Trainiert wird er von Sükrü Aksu. Seitdem schlug er einen nach dem anderen auf die Matten. Seine Mega-Bilanz heute: 24 Siege, keine Niederlage. Davon 16 vorzeitig per Knockout. Der bisher größte Erfolg unserer Schwergewichts-Hoffnung: der EM-Coup. Im März 2023 besiegte Kabayel in seiner Heimatstadt Bochum den Kroaten Agron Smakici nach drei Runden per K.o.! Spätestens dann war allen klar: Diesen Namen sollte man sich merken.

Kabayel- und SES-Promoter Ulf Steinforth nach dem Kabayel-Sieg in Bochum: „Deutschland, hier ist Euer neuer Box-Star. Dieser Kampf war gute Werbung fürs Boxen. Ich hoffe, damit haben wir den Sport in Deutschland wiederbelebt.“

Und wie er den Sport wiederbelebt hat. Kabayel nach seinem EM-Erfolg: „Bochum wir sind Europameister. Jetzt greifen wir die Weltmeisterschaft an. Ich danke euch allen von Herzen.“

Gesagt, getan. Mit dem Sieg über Makhmudov bei der Mega-Box-Nacht in Saudi Arabien sehen viele in Kabayel nun einen geeigneten Herausforderer für einen Weltmeisterschafts-Kampf. DAS wäre ein Wahnsinns-Ereignis für die deutsche Sport-Welt.

Kabayel exklusiv zu LIFE: „Der WM-Titel ist das große Ziel. Wann der kommt, steht noch in den Sternen. Wir werden sehen, ob es schon 2024 soweit ist. Ich weiß bereits, dass die Veranstalter Interesse daran haben, dass ich im März wieder in Saudi-Arabien kämpfe.“

Der Box-Star zu dem irren Fakt, dass er jetzt zu den besten sechs Schwergewichtsboxern der Welt zählt: „Das ist eine tolle Bestätigung für mich und den deutschen Box-Sport im Allgemeinen. Wir spielen im Schwergewicht jetzt bei den ganz Großen mit. Von den Weltverbänden WBA und WBC werde ich jetzt wahrscheinlich sogar unter den Top 5 geführt.“



Besnik Shemsu (LIFE) Agit Kabayel

Übrigens: Die Star-Gene liegen wohl in der Familie. Rapper KC Rebell ist der Cousin vom Boxer, seine Alben erreichen regelmäßig Goldstatus. Der Kabayel-Cousin verriet mal,



dass Kabayel als Sparringspartner Box-Superstar Anthony Joshua (35) im Vorfeld des ersten Kampfes gegen Andy Ruiz ausgeknockt haben soll. Mehrere Medienberichte bestätigten den Niederschlag.

Ob Kabayel bald die Chance bekommt, Joshua in einem richtigen Kampf zu vermöbeln? Unwahrscheinlich ist es nach seinem Saudi-Sieg nicht mehr ...







# A CUP OF MUSIC. Premium Lifestyle Coffee

by DJ Teddy-O, Plastik Funk & Gatto

[www.musica-caffe.com](http://www.musica-caffe.com)

privat

## Esther Sedlaczek

**Vom Fußballplatz zur Quizshow:** Esther Sedlaczek übernimmt die ARD-Sendung „Frag doch mal die Maus“. Doch was weiß man eigentlich über das Privatleben der erfolgreichen Moderatorin? Wer ist der Ehemann von Esther Sedlaczek?



Erst Mode, dann Fußball und aktuell eine eigene Quizshow in der ARD: Esther Sedlaczek ist eine der gefragtesten TV-Moderatorinnen Deutschlands. Doch mit wem ist sie verheiratet, warum bezeichnet sie sich privat als „Bad Cop“ und wie hat sie es eigentlich vor die Kamera geschafft? Alles, was man über das Privatleben von Esther Sedlaczek wissen muss.

**Casting-Job: Früher war Esther Sedlaczek bei Sky**

Sedlaczek begann ihre Karriere zunächst beim Pay-TV-Sender Sky. Im Sommer 2021 wechselte die gebürtige Berlinerin dann zur ARD und moderiert dort regelmäßig die Sportschau. Zudem und begleitet sie mit Experte Bastian Schweinsteiger (39) die Spiele der deutschen Nationalmannschaft. Nachdem sie erfolgreich Modejournalismus und dann noch Politik- und Verwaltungswissenschaften studiert hatte, ließ sich die engagierte Berlinerin zur Moderatorin ausbilden. Nach einigen Jobs im Berliner Lokalfernsehen setzte sie sich gegen 3.000 Bewerber durch und ergatterte einen Job als Moderatorin beim Pay-TV-Sender Sky.

**Karriere von Esther Sedlaczek: Beruflicher Werdegang im Überblick**

2021 trat sie die Nachfolge von Matthias Opdenhövel an und stand fortan für die „Sportschau“ im Ersten vor der Kamera. Schon als Kind begeisterte sie sich für Fußball und feuerte die Mannschaft von Hertha BSC an. Doch auch bei anderen Show-Formaten wie der Musik-Sendung „Xaviers Wunschkonzert Live“ konnte sie überzeugen. Seit Mai 2023 moderiert Sedlaczek die ARD-Primetime-Show „Frag doch mal die Maus“.

**Privatleben von Esther Sedlaczek: Kevin Trapp war ihr Ex-Freund**

Als Sport-Reporterin hat Esther Sedlaczek in ihrer beruflichen Laufbahn schon zig Profi-Fußballer interviewt. Mit Torhüter Kevin Trapp verstand sie sich besonders gut: 2013, als Trapp in Frankfurt spielte, waren die beiden für einige Monate liiert. Doch das Liebesglück hielt nicht lange an.



## 20 heiße Tipps für St. Moritz

Zwischen High Society, Polo und traumhaften Berglandschaften. Was Sie vor Ihrer Reise nach St. Moritz wissen müssen. St. Moritz ist so viel mehr als nur teure Läden und Restaurants. Das durfte ich bei einem Wochenend-Trip in die Bergdestination im Oberengadin erleben. Ich erinnere mich an gutes Essen, rasante Skifahrten und Schlittschuhlaufen auf Natureis. Damit auch Sie, geschätzte Leserschaft, das Maximum von Ihrem nächsten Engadin-Reisli rausholen können, folgen 20 LIFE-Tipps für ein unvergessliches Wochenende in den Bergen.

### 1. Die Berninabahn

Die kleine Rote: Die Berninabahn gilt als schönste Alpenüberquerung der Welt.

### 2. Gastronomische Vielfalt

Wurst & Käse: Engadiner Leckereien und selber Kösen.



### 3. Klettern

Klettersteig am Piz Trovat: 500 Tritte, eine Leiter und eine Seilbrücke in luftiger Höhe.

### 4. Tolle Restaurants

In St. Moritz besitzt jedes zehnte Restaurant ein Feinschmecker-Zertifikat.



### 5. Surfen in St. Moritz

Kitesailing auf dem Silvaplanersee: Kitesurfen im Sommer, Snowkiten im Winter.

### 6. Muottas Muragl

Der Sonnenuntergang auf Muottas Muragl – einzigartig! Er inspiriert Dichter, Denker und Künstler.

### 7. Nationalpark Zernez

Das grösste Naturschutzgebiet der Schweiz ist im Herbst besonders bezaubernd.

### 8. Schweizerhof Ausgehmeile

Munteres Bar-Hopping auf der einzigen Indoor-Barmeile des Engadins.

### 9. Mediterrane Küche

Mediterrane Küche mit Trüffel- und Kaviarspezialitäten in der Station Corviglia auf 1486 m ü. M.

### 10. Segantini

Giovanni Segantini gilt als berühmtester Engadin-Maler.

### 11. Frühstück auf dem Berg

Auf 3000 Metern auf dem Piz Nair den Sonnenaufgang erleben? Einfach unbezahlbar!

### 12. Palace Wellness

Entspannen umgeben von natürlichen Materialien wie heimischen Arvenhölzern und Granit aus dem Berninamassiv.

### 13. Galerie im Parkhaus

Die St. Moritz Design Gallery präsentiert wechselnde Ausstellungen.

### 14. Enoteca

In Kempinski's Lifestyle-Restaurant & Bar trifft Geschichte stilvoll auf Moderne.

### 15. Höchstgelegener Jacuzzi Europas

Auf 3000 m ü. M. vor dem Berghaus Diavolezza im sprudelnden Wasser sitzen.

### 16. Heilbad St. Moritz

Traditionelle Bäderkultur kombiniert mit modernsten medizinischen Erkenntnissen.

### 17. Voices on Top

Musikfestival der schönsten Stimmen

### 18. Galerie Peter Vann

Landschaftsfotografien mit Tiefe.

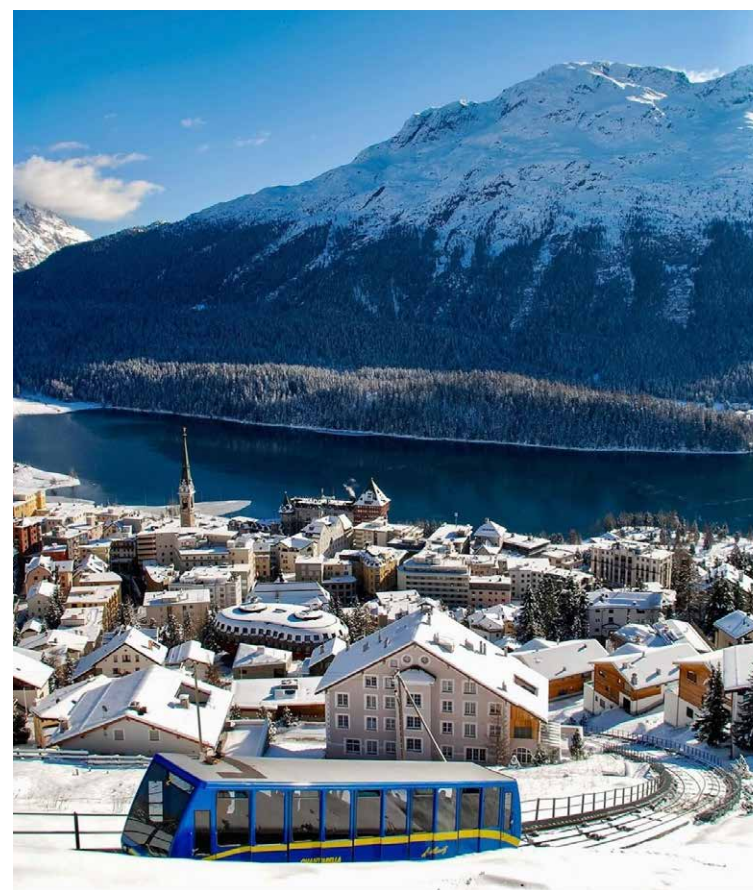
### 19. Sopping in Via Serlas

Die St. Moritzer Via Serlas gehört zu den exklusivsten Einkaufsstrassen der Welt.

### 20. Olympia Bobrun St. Moritz-Celerina



Der Eiskanal von St. Moritz nach Celerina ist 1612 Meter lang und das ist die einzige Natureis-Bobbahn der Welt





# 11 Instagram-Accounts, die sich mit Mental Health & Selfcare beschäftigen

Vor ein paar Jahren wurde eine Studie veröffentlicht, die verschiedene soziale Medien nach ihrem Einfluss auf die Psyche und das allgemeine Wohlbefinden von Nutzer\*innen beurteilte. Das Ergebnis kam für viele wahrscheinlich wenig überraschend: Instagram bekam die schlechtesten Wertungen und soll somit die App sein, die den negativsten Einfluss auf unsere mentale Gesundheit hat. Vor allem in den Bereichen „Depression“, „Anxiety“ und „Body Image“ kam Instagram besonders schlecht weg. Was die Studie allerdings ebenfalls herausfand: Instagram bekam auch positive Wertungen, und zwar für „Awareness“, „Emotional Support“ und „Community Building“. Tatsächlich gibt es auf Instagram mittlerweile viele Accounts, die Tipps für Mental Health, Selfcare und Selbstliebe geben, psychische Erkrankungen sichtbar machen oder einfach Betroffenen helfen, sich damit nicht allein zu fühlen. Wenn ihr das Gefühl habt, dass Instagram eurem Wohlbefinden schadet, weil ihr denkt, ständig etwas zu verpassen oder dazu neigt, euch mit perfekt in Szene gesetzten Influencer\*innen zu vergleichen, kann es helfen, euren Feed mal gründlich auszumisten und ein paar Accounts zu entfolgen. Hier sind 11 Accounts, auf denen ihr stattdessen mal vorbeischauchen könntet:

## 1. sadgirlclub

Das tolle Team hinter dem Account sadgirlclub hat sich zum Ziel gesetzt, gegen das negative Stigma rund um das Thema Mental Health zu kämpfen. Via Instagram möchten die Macherinnen von sadgirlclub auch junge Mädchen und Frauen nützliche Informationen und Unterstützung bieten, die vielleicht keinen Zugang zu professioneller Hilfe und Therapie haben.

## 2. recipesforselflove

Auf dem Account recipesforselflove findet ihr hübsche Illustrationen, die vor allem Frauen\* empowern und auf einfühlsame Weise Mut

zusprechen – und dabei ganz nebenbei wunderbar die Diversität unserer Gesellschaft abbilden.

## 3. theblurtfoundation

Der Account theblurtfoundation stellt viele Informationen zum Thema Mental Health bereit. Im Story-Highlight „Resources“ findet ihr zum Beispiel Guides dazu, wie man Menschen mit Depressionen sinnvoll unterstützen kann, wie man mit akuten Krisen umgeht oder wie man das Thema Mental Health am Arbeitsplatz behandeln kann.

## 4. theofficialsadghostclub

Wir haben alle mal Tage, an denen es uns nicht so gut geht. Deswegen ist der „Sad Ghost Club“ ein Club für alle – so steht es in der Beschreibung des Accounts, auf dem mit Hilfe von niedlichen Comics über ein trauriges Gespenst das Thema Mental Health behandelt wird.

## 5. millennial.therapist

Die Psychotherapeutin Sara Kuburić postet viele informative Listen zu allen möglichen Mental-Health-Themen, zum Beispiel darüber, wie man sinnvoll kommuniziert, wie man eine gesunde Beziehung führt, oder wie man lernen kann, Grenzen zu setzen.

## 6. gini.eat.world

Gina lebt in Berlin und spricht in ihren Instagram-Posts und Stories regelmäßig über Mental Health, insbesondere über ihre eigenen Erfahrungen mit Essstörungen und Depressionen.

## 7. hi.ur.beautiful

hi.ur.beautiful ist ein Body-Positivity-Account, der zeigt, dass alle Körper schön und liebenswert sein können und damit ein wunderbares Gegengewicht zu den vielen „Fitspiration“-Accounts darstellt, die auf Instagram so omnipräsent sind.

## 8. freudmich

Die Psychotherapeutin Lena Kuhlmann ist Autorin des Buches „Psyche? Hat doch jeder!“ Auf Instagram gibt sie ihr Wissen weiter, empfiehlt weitere Bücher zum Thema und stellte im Dezember mit ihrem #AntiStigmaAdventskalender viele weitere spannende Instagram-Accounts zum Thema



Mental Health vor. Schaut mal vorbei

## 9. edrecoveryblog

Der edrecoveryblog postet viele Informationen, Tipps und motivierende Worte für Menschen, die sich gerade in der Genesung (recovery) von einer Essstörung befinden.

## 10. mattzhaig

Matt Haig hat mit „Gründe, am Leben zu bleiben“ (im Original „Reasons to Stay Alive“) eines der tollsten Bücher zum Thema Depression geschrieben. Auch auf Instagram setzt er sich mit dem Thema auseinander, schreibt offen über seine psychische Erkrankung und teilt

seine eigenen Erfahrungen.

## 11. selfcareisforeveryone

selfcareisforeveryone ist ein Account, der euch immer mal wieder ein kleines Heads-Up für mehr Selbstliebe in euren Insta-Feed schickt. Neben hübschen Illustrationen findet ihr in den Story-Highlights auch viele tolle Links zu Materialien, Therapie-Anlaufstellen und Ähnlichem.



Mehr als ETFs und Tagesgeld

# So befreien Sie sich im Jahr 2024 von Finanzsorgen

Die Österreichische Metropole an der Donau ist angesagter denn je. Kaiserliche Tradition trifft auf moderne Lebensart, Wiener Gelassenheit auf internationalen Flair. Wien, das sind weltberühmte Sehenswürdigkeiten und versteckte Gassen. Wir nehmen dich mit auf eine Tour durch Wien, geben dir Reisetipps und zeigen dir unsere Top 9 LIFE-Highlights aus Wien.

Viele Menschen denken beim Sparen an ETF-Pläne und Tagesgeld. Experten halten andere Themen für wichtiger. In sechs Schritten sanieren Sie Ihre Finanzen in diesem Jahr.

Die Einzahlung in den eigenen ETF-Sparplan vermittelt ein Gefühl finanzieller Freiheit. Finanzexperten raten Verbrauchern jedoch, vorher oder zumindest zeitgleich wichtigere Maßnahmen umzusetzen. Diese sechs Tipps bringen Sie der finanziellen Unabhängigkeit im neuen Jahr einen Schritt näher.

## 1. Richtige Versicherungen abschließen, falsche kündigen

Versicherungen lohnen sich, wenn sie den Supergau absichern, sagt die Verbraucherzentrale: unwahrscheinliche Ereignisse mit schwerwiegenden Folgen.

Paradebeispiele sind die Hausrat- und die Haftpflichtversicherung. Beide schützen vor seltenen Vorkommnissen wie Schadenersatzansprüchen und Wohnungsbränden. Deshalb bleiben die Prämien niedrig. Wer die Policen nie braucht, hat kein Geld verschwendet. Wer sie braucht, den bewahren sie vor dem Ruin. Die Verbraucherzentrale rät, diese Schäden „auf jeden Fall abzusichern“. Andere Versicherungen lohnen sich je nach Lebenssituation:

- Familien: Lebensversicherungen sichern Angehörige im Todesfall ab.
- Arbeitnehmer: Berufsunfähigkeitsversicherungen sichern das Einkommen nach Krankheit oder Unfall.
- Hausbesitzer: Wohngebäude- und Elementarschadenversicherungen helfen bei Schäden am eigenen Haus.

Kündigen sollte man dagegen Versicherungen, die wahrscheinliche Ereignisse mit geringen Folgen absichern, also das Gegenteil von Super-Gau-Policen: Versicherungen für einzelne Geräte wie Handy und Fahrrad, private Arbeitslosenversicherungen und Policen für den Urlaubskoffer.

## 2. Dispo zurückzahlen

Für Dispokredite berechnen deutsche Banken ihren Kundinnen und Kunden derzeit durchschnittlich über zehn Prozent Zinsen. Im Vergleich zu Festgeldanlagen und ETF-Renditen kostet ein überzogenes Konto damit deutlich mehr, als Sparprodukte an Rendite bringen. „Nutzen Sie Ihren Dispokredit nicht aus“, rät die Verbraucherzentrale daher. Wer seinen Dispo nutzt, sollte ihn zurückzahlen, bevor er in ETFs und andere Anlagen investiert. Manche Experten raten Sparern auch, gleichzeitig in den Abbau des Dispokredits und den Aufbau des Sparvermögens zu investieren. Durch das Erfolgserlebnis eines wachsenden ETF- oder Tagesgeldportfolios hielten sie diese Methode eher durch als die reine Kredittilgung. In einem sind sich alle Experten einig:

Abzahlen sollten Sparerer ihren Dispo in jedem Fall.

## 3. Konsumkredite tilgen

Ein abgeschwächtes Beispiel für den Dispo sind Konsumkredite. Auch sie kosten schnell mehr Zinsen, als die Anlage an Rendite bringt. Wer Kredite mit Sondertilgungsmöglichkeiten vereinbart hat, kann die Chance nutzen und seine Schulden schneller abbauen.

## 4. Unnötige Abos kündigen

Geld zum Sparen finden viele Deutsche, indem sie ihre Abonnements aussortieren: Wer ungenutzte Verträge für Fitnessstudios, Streamingdienste und Handy-Apps aussortiert, hat schnell 50 oder 100 Euro im Monat frei, um zu investieren oder Kredite abzubezahlen. Schon diese kleinen Beträge verbessern mit der Zeit Ihre Finanzlage und schaffen solide Finanzgewohnheiten.

## 5. Den richtigen Energieanbieter wählen

Ungewöhnlich große Lücken klaffen derzeit zwischen den Preisen, die Strom- und Gasanbieter in Deutschland von ihren Kunden verlangen. Wer Angebot vergleicht, findet schnell einen günstigeren Lieferanten ohne jede Nachteile.

## 6. In ETFs, Festgeld oder Tagesgeld investieren.

Erst nach diesen Schritten raten die meisten Experten dazu, sich mit Sparprodukten zu beschäftigen. Hier müssen Sie sich entscheiden:

- Festverzinsliche Produkte wie Tages und Festgeld bieten sichere Renditen praktisch ohne Risiko.
- Aktien liefern in der Regel höhere Renditen, bergen aber auch mehr Risiken. Nur wenige Anleger verdienen mit einzelnen Aktien mehr Geld als mit einem breit gestreuten Indexfonds oder ETF, der zum Beispiel den deutschen Aktienindex DAX oder den weltweiten MSCI World abbildet. Selbst Investorenlegende Warren Buffet empfiehlt daher ETFs mit niedrigen Gebühren als beste Option für fast alle Anleger.



**Selbstmotivation steigern:****Die 9 besten LIFE-Tipps für 2024**

Mit den folgenden Life-Tipps setzt du dieses Motto in die Tat um.

**Selbstmotivation steigern: Wie motiviere ich mich selbst?**

Hier kommen neun Tipps für mehr Motivation, die du ganz leicht praktisch umsetzen kannst.

**1. Körpereigenes Glück**

Das Hormon Serotonin ist auch als Glückshormon bekannt. Du kannst einiges dafür tun, dass dein Körper genug davon ausschüttet. Ausreichend Bewegung an der frischen Luft, Sonne tanken und eine ausgewogene Ernährung fördern diese Ausschüttung. Damit kannst du den natürlichen Stimmungsaufheller Serotonin optimal ausnutzen. Was könnte dich besser motivieren als gute Laune, die deinem Inneren entspringt?

**2. Fehlschläge nicht beklagen, sondern nutzen**

Fehlschläge gehören zum Leben, privat wie geschäftlich. Die beste Art damit umzugehen ist, aus Misserfolgen zu lernen. Wenn du das konsequent praktizierst, kannst du dadurch immer besser werden. Selbst Apple-Chef Tim Cook gestand in einem Interview, dass gerade die Misserfolge für den Erfolg des Konzerns eine kardinale Rolle gespielt hätten. Wenn das kein nachahmenswertes Vorbild ist ...

**3. Motivationsfragen**

Frag dich doch mal, warum du tust, was du gerade tust. Vielleicht hilft dir die Maslowsche Pyramide bei der Beantwortung. Willst du aufsteigen oder Anerkennung bekommen? Willst du mehr Geld oder ein eigenes Büro? Das sind lauter gute Anreize für mehr Motivation. Und es gibt bestimmt noch mehr, wenn du ein Weilchen darüber nachdenkst. Der übernächste Punkt hilft dir ebenfalls dabei, diese Motivationsfragen zu erkennen und zu beantworten.

**4. Motivation durch Selbstbelohnung**

Auf die Anerkennung von Vorgesetzten oder Kollegen wartet man ja oft vergeblich. Verschwende damit nicht deine Zeit, sondern feiere deine Erfolge einfach selbst. Lass dir selbst Wertschätzung für deine Leistungen zukommen, indem du auch mal das Erreichen von kleineren Zielen gebührend belohnst. Zum Beispiel mit einem tollen Essen oder der Erfüllung eines lang gehegten Wunsches wie einem neuen Videospiel.

**5. Ziele vor dem geistigen Auge erscheinen lassen**

Lass deine Ziele schon vorab im Geiste Wirklichkeit werden. Visualisiere die Situation der Erreichung dieser Ziele. Der Wunsch, dieses Ziel tatsächlich zu erreichen, wird dadurch noch größer werden. Mach dir also ein genaues Bild von deinem eigenen Büro, das du anstrebst. Und zwar immer wieder. Du kannst die Erfüllung deiner beruflichen Träume auch in Worte fassen, indem du beispielsweise die Geschichte deiner Beförderung aufschreibst. Oder du hängst dir ein symbolisches Bild an die Wand. Intensive Visualisierung macht hungrig.

**6. Beeinflusse aktiv deinen inneren Antrieb**

Autosuggestion funktioniert durch positive Glaubenssätze. Du stehst vor einem wichtigen Kundentermin? Dann sag dir immer wieder vor: Heute überzeuge ich diesen Kunden. Wenn du dir das immer wieder vorbetest, kannst

du dein Unterbewusstsein manipulieren. Und am Ende glaubst du dir auch, was du dir immer und immer wieder selbst erzählst. Eine gute Methode, um eventuelle Selbstzweifel auszuräumen.

**7. Positive Einstellungen finden**

Ähnlich wie bei der Autosuggestion kannst du deine Denkweise in Bezug auf eine bestimmte Aufgabe neu justieren. Du musst heute einen unangenehmen Kunden anrufen? Lass bei dem Gedanken erst gar keinen Frust aufkommen. Die Tatsache, dass es sich um einen schwierigen Kunden handelt, bleibt bestehen. Aber versuche, die anstehende Aufgabe für dich umzuformulieren, deine Einstellung dazu zu verändern. Etwa so: „Dieses Telefonat ist eine lehrreiche Herausforderung für mich.“ Was kannst du dabei lernen? Welche positive Herausforderung kann dieses Gespräch für dich sein? Der Kunde wird deine veränderte innere Einstellung wahrnehmen und sich vielleicht gar nicht mehr so schwierig gebärden.

**8. Frustrationsmomente überwinden**

Natürlich läuft im Berufsleben nicht immer alles glatt. Beim Beispiel Kundengespräch kann es immer mal wieder passieren, dass der Ansprechpartner sich nicht einfach zum Kauf bewegen lässt. Mit diesen Dingen musst du umgehen lernen – die Frustration darf deine Motivation nicht beeinträchtigen.

Dabei hilft beispielsweise Meditation. Eine Studie der Universität Gießen hat unter Beweis gestellt, dass sich dadurch die Leistungsfähigkeit des Gehirns erhöht, dass Meditation sogar die Gehirnstruktur innerhalb kürzester Zeit messbar verändern kann.

**9. Erfolge dokumentieren**

Halte all deine Erfolge und guten Leistungen schriftlich fest. In deinem Erfolgstagebuch kannst du immer wieder nachlesen, wie gut es bei dir läuft und welche Ziele du schon erreicht hast. Vor einem schwierigen Gespräch kannst du dir beispielsweise nochmal den letzten erfolgreichen Abschluss ins Gedächtnis schreiben. Schreib deine eigene Erfolgsgeschichte! Wenn du schwarz auf weiß siehst, was du bisher alles geschafft hast, ist das ein prima Anreiz – du wirst bald einen weiteren Eintrag in dein Erfolgstagebuch schreiben wollen und beim nächsten Kundengespräch alles geben.

**Fazit: Motivation steigern – das geht!**

Aufschieberitis – das kennt wohl jeder noch aus der Schule. Die meisten Menschen lassen diese schlechte Angewohnheit im Laufe ihres Lebens irgendwann hinter sich. Andere nehmen sie mit zur Arbeit, sind dort dann nur selten motiviert und verpassen so die Chance, auf der Karriereleiter weiter nach oben zu klettern. Wenn du zu denen gehörst, die aus der Angewohnheit mit der Zeit eine pathologische Verhaltensweise entwickeln, dann solltest du jetzt unbedingt handeln. Es erfordert ein wenig Übung, lang antrainierte Verhaltensweisen zu ändern – am Ende wirst du aber mit Sicherheit motivierter arbeiten und glücklicher sein.

Es gibt zahlreiche Möglichkeiten der Selbstmotivation, die gegen zwanghaftes Prokrastinieren helfen. Denn das Aufschieben bringt nur eine sehr kurzfristige, scheinbare Erleichterung. Das Problem selbst wird dadurch eher noch gewaltiger. Welcher Aufschiebetyp bist du? Wenn du das einmal herausgefunden hast, verhelfen dir unsere zehn Tipps für mehr Motivation bestimmt zu einem prokrastinierfreien Leben sowohl bei der Arbeit als auch im Privaten. Im Privatbereich darfst du aber ruhig trotzdem mal fünf grade sein lassen – ein bisschen Spaß muss sein.





**Tesla****Analyst nennt Tesla-Aktie „ungeheuer überbewertet“ und sagt, sie könnte um bis zu 65 Prozent einbrechen**

Elon Musks Elektroautobauer Tesla ist laut einem Analysten stark überbewertet – und die Aktie könnte am Ende um bis zu 65 Prozent einbrechen. Der Roth MKM-Analyst Craig Irwin, ein langjähriger Tesla-Gegner, bekräftigte sein Kursziel von 85 US-Dollar (77 Euro) für den Elektrofahrzeughersteller. Das bedeutet, dass sich die Aktien von ihrem derzeitigen Niveau aus mehr als halbieren würden, wobei die Aktie am Montag bei etwa 248 Dollar (rund 225 Euro) gehandelt wurde.

„Ich bin pessimistisch, weil ich die Aktie für maßlos überbewertet halte“, sagte Irwin letzte Woche in einem Interview mit CNBC. Er verglich das Unternehmen mit Toyota, das rund neun Millionen Fahrzeuge pro Jahr produziert. Im Vergleich dazu produzierte Tesla im vergangenen Jahr nur 1,37 Millionen Fahrzeuge. „Es gibt nichts, was Tesla hat, was Toyota nicht hat. Warum sollte Tesla mit einem hohen Multiplikator zu Toyota gehandelt werden, wenn es nur einen Bruchteil der Fahrzeuge verkaufen wird“, so Irwin.

**Irwin behält neutrales Rating für Tesla-Aktie**

Dennoch behielt Irwin sein neutrales Rating für die Tesla-Aktie bei, da der E-Auto

Hersteller immer noch einige Möglichkeiten hat, seinen Aktienkurs zu steigern. Eines dieser Instrumente ist Teslas mögliche Einführung einer kleineren Fahrzeuggeneration, die Musk schon seit Jahren ins Gespräch gebracht hat. Führungskräfte des Unternehmens sollen sich bereits mit indischen Beamten treffen, um den Bau einer Fabrik für das 24.000-Dollar-Mini-Auto (knapp 22.000 Euro) zu besprechen, so eine Quelle zu Reuters Anfang dieses Jahres. „Aber von hier aus sehe ich es als einen langsamen Tropfen über die nächsten paar Jahre“, warnte Irwin.

Irwins Ansicht steht im Gegensatz zu der anderer Wall-Street-Strategen, die sich nach dem großen Erfolg der Tesla-Aktie im Jahr 2023 immer mehr für das Unternehmen begeistern. Die Aktie des Elektroautoherstellers ist im vergangenen Jahr um 130 Prozent gestiegen, was vor allem auf den Hype der Wall Street um KI-bezogene Aktien zurückzuführen ist.

In einer Notiz von letzter Woche sah Wedbush die Aktien des Unternehmen auf 350 Dollar (317 Euro) steigen, was einen Anstieg der Tesla-Aktie um etwa 41 Prozent bedeuten würde. Das liegt an den sich verbessernden Gewinnmargen, den Fortschritten bei der selbstfahrenden Technologie und der starken Verkaufsdynamik in China, die Tesla das gleiche „gute Mojo“ verleihen sollte wie Apple in den Jahren 2008 und 2009, so die Strategen.



2024

**Dein Jahr für gesünderes und volleres Haar**

Unterstützen  
Haarwachstum  
& Festigkeit

Keine Verwendung  
von Trennmitteln

21 höchstdosierte  
Markenrohstoffe

Qualität, die man sehen  
und spüren kann

*Hair Booster Caps*

MANIA





Online buchbar unter:  
[superfly.de/kassel](https://superfly.de/kassel)



# FLIEG DICH GLÜCKLICH.

## DEIN TRAMPOLINPARK IN KASSEL

TAGESAUSFLÜGE - GEBURTSTAGE - FERIENCAMPS



**SUPERFLY AIR SPORTS**

Berliner Straße 10 | 34246 Vellmar

**FFM**

## Die 6 schönsten Frankfurt Sehenswürdigkeiten & Geheimtipps

Du stattest „Mainhattan“ einen Besuch ab und fragst dich, welche Frankfurt Sehenswürdigkeiten sich wirklich lohnen? Mit 750.000 Einwohnern ist Frankfurt am Main gerade mal die fünftgrößte Stadt Deutschlands. Dennoch hat ihr die einzigartige Skyline den Beinamen „die kleinste Metropole der Welt“ eingebracht.

### 1. Römer und Römerberg

Der Römer ist nicht nur das Wahrzeichen Frankfurts, sondern auch das Rathaus. Der Platz vor dem Römer, der Römerberg, wurde im zweiten Weltkrieg fast vollständig zerstört und danach originalgetreu restauriert. Rund um den Platz mit dem Gerechtigkeitsbrunnen in der Mitte stehen viele urige Fachwerkhäuser und die Alte Nikolaikirche.

### 2. Neue Altstadt

Die neue Frankfurter Altstadt zwischen dem Römer und dem Dom lege ich dir auch ans Herz. Das Areal mit vielen Rekonstruktionen von historischen Altstadt Häusern im Fachwerk- und Renaissance-Stil wurde 2018 fertig gestellt. In den neuen Häusern findest du Cafés, kleine Läden und das Struwwelpeter Museum. Das Areal zählt auf alle Fälle zu den schönsten Frankfurt Sehenswürdigkeiten.

### 3. Kaiserdom St. Bartholomäus

Von der neuen Altstadt aus bietet sich ein Besuch des Frankfurter Doms an. Der Dom St. Bartholomäus oder Kaiserdom war nie Bischofskirche, aber Krönungsort römischer Kaiser.

### 4. Alte Oper

Natürlich darf bei den Frankfurt Sehenswürdigkeiten die Alte Oper nicht fehlen, sie ist schließlich eines der meist fotografierten Wahrzeichen Frankfurts. Das Opernhaus war von 1873-1880 das erste Konzerthaus Frankfurts. Leider wurde es 1944 im Krieg völlig zerstört und danach

über mehrere Jahrzehnte wieder aufgebaut.

### 5. Main Tower

Eine super Aussicht auf die Skyline hast du natürlich, wenn du selbst oben auf einem der Wolkenkratzer stehst. Möglich ist das bei einem Besuch der höchsten Aussichtsplattform Frankfurts auf dem Main Tower. Mit dem Fahrstuhl geht es blitzschnell in die schwindelerregende Höhe von etwa 200 m. Von hier oben überblickst du die



Frankfurt Skyline und bist mitten drin in der Hochhauskulisse. Der Main Tower ist zählt zu den vier höchsten Hochhäusern in Deutschland und auf alle Fälle zu den schönsten Frankfurt Sehenswürdigkeiten

### 6. Skylounge

Einer meiner Lieblingsaussichten auf die Frankfurt Skyline bietet sich von der Panorama-Terrasse Skylounge. Du kannst sie über das SB-Restaurant im 7. Stock der Galeria Kaufhof an der Hauptwache erreichen.

Alleine wegen der wahnsinnigen Aussicht lohnt sich hier ein Zwischenstopp – vielleicht als kleine Verschnaufpause von der Besichtigung der Frankfurt Sehenswürdigkeiten.



the new  
home  
collection



DIE NEUE DEFINITION VON RAUMDÜFTEN

PREMIUM ROOM FRAGRANCE

www.venteri.de



mehr aus Ideen machen.

Konzepte. Gestaltung. Umsetzung.



## Folientechniker (m/w)

**Schwerpunkt:** Folienmontage  
Beschriftungen und  
Folierungen.

**Minijob/Teilzeit/Vollzeit**



Problemlöser gestalten die Welt!

### Kommen Sie zu uns und bringen Sie Farbe in die Welt!

Bei Lean Mitch dreht sich alles um Kommunikation. Unsere Spezialität ist das Finden von Lösungen – und zwar von Beginn an. Wir liefern Konzepte. Und unterstützen unsere Kunden aktiv bei der Realisierung. Unsere Dienstleistung ist stets individuell und kundenorientiert breit aufgestellt.

Dazu zählt auch die Werbung zum Anfassen und deren Umsetzung. Von Folienbeschriftungen aller Art, Fahrzeug- und Transporterbeschriftungen und Teilfolierungen, Montage von Werbeschildern oder Analgen, sowie Leitsystemen oder Werbe- und Dekorationsfolierungen.

#### Ihr Profil:

- **Erfahrung** im Umgang und Montage von **Folien** und Teilverklebungen und/oder Vollverklebungen
- Grundkenntnisse im **Adobe Illustrator CC** wünschenswert
- Berufserfahrung in der Folienmontage und Vollfolierung ist von Vorteil.
- Sorgfältige, präzise und selbständige Arbeitsweise.
- Führerschein der Klasse B.
- Gepflegtes und kompetentes Auftreten

#### Ihre Aufgaben

- Fachgerechte und qualitativ hochwertige Montage von Folien auf unterschiedlichen Untergründen.
- Vollfolierungen von Fahrzeugen, Möbeln, Gebäuden und anderen Objekten.
- Beratung von Kunden bezüglich der geeigneten Folienwahl und -technik.
- Zusammenarbeit mit dem Team zur stetigen Verbesserung und Weiterentwicklung unserer Dienstleistungen.
- Pflege, Wartung und ggf. Instandsetzung des verwendeten Equipments.

#### Wir bieten:

- **Flexible Arbeitszeitgestaltung**
- Weiterbildungen & Workshops
- Firmenhandy
- Dienstwagen möglich
- Leistungsgerechte Vergütung und attraktive Zusatzleistungen.

#### Sie möchten Problemlöser werden?

Senden Sie uns Ihre Bewerbung:  
**lean-mitch.de/karriere/**  
als mehrseitige PDF Datei.

#### Videobewerbung?

Kein Problem:  
**Whatsapp : 05621 944 99 70**





# Home Spa: 6 Tipps für dein Wellness zu Hause!

Nicht immer muss es ein Tag in einer teuren Wellness-Einrichtung sein, um mal so richtig entspannen zu können. Auch in den eigenen vier Wänden kannst du Home Wellness betreiben. Perfekt wird's, wenn du Körper und Geist von Kopf bis Fuß verwöhnst und dir dabei viel Zeit für dich selbst nimmst. Mit unseren 6 LIFE-Tipps funktioniert's bestimmt. Viel Spaß bei deinem Home Spa!

## Schritt 1: Ein quirliges Schaumbad

Besser könnte dein Wellnessstag nicht beginnen als mit einem herrlich schäumenden, duftenden Bad. Lasse hierfür angenehm warmes, nicht zu heißes Wasser in die Badewanne laufen, welches du mit einem duftenden Schaumbad oder einer sprudelnden Badebombe anreicherst.

## Schritt 2: Gesichtsmaske für porentiefe Pflege

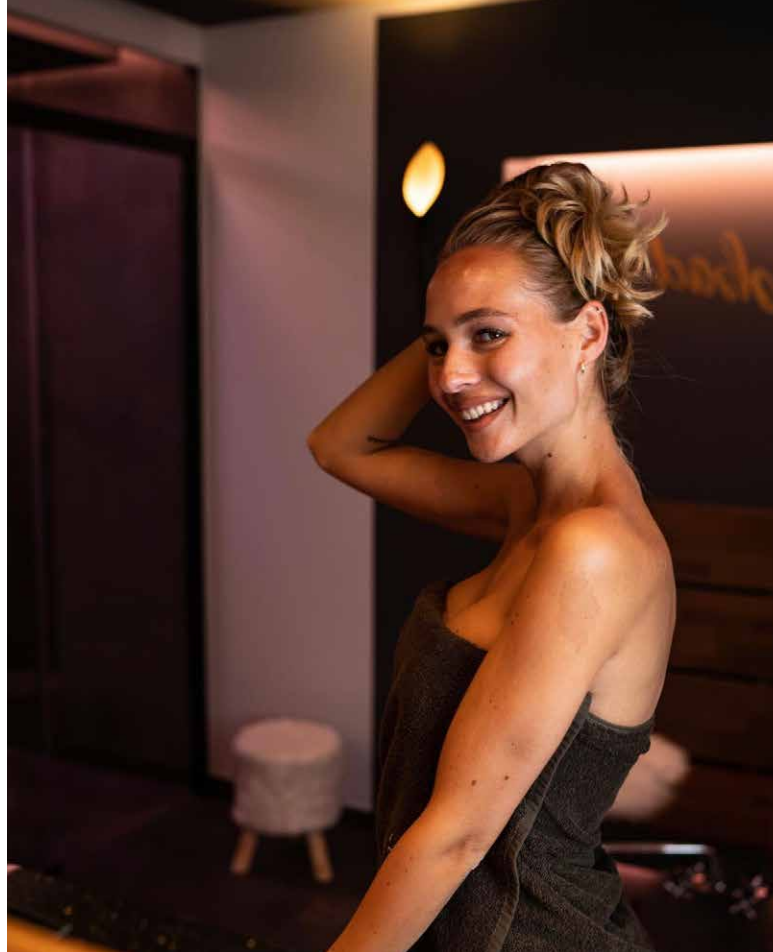
Während du in der Badewanne entspannst, kannst du deiner Gesichtshaut etwas Gutes tun. Ideal für diese Gelegenheit ist eine Gesichtsmaske, die du 20 bis 30 Minuten einwirken lässt. Empfehlenswert sind Gesichtsmasken, die aus nur wenigen natürlichen Inhaltsstoffen bestehen, sodass die empfindliche Haut deines Gesichts nicht gestresst wird.

## Schritt 3: Haare waschen und pflegen

Bei einer Verwöhn-Kur für den ganzen Körper dürfen die Haare nicht fehlen! Deshalb wäschst du sie im nächsten Schritt mit einem nährenden Shampoo, das deinen Haaren wertvolle Nährstoffe schenkt und sie nicht austrocknet. Wichtig ist, dass du ein Shampoo ohne Silikone und Parabene verwendest, damit sich kein Film auf den Haaren bildet und die Inhaltsstoffe tief bis in die Haarwurzeln eindringen können.

## Schritt 4: Verwöhne deine Haut mit einem Körperpeeling

Nach dem Gesicht und den Haaren kannst du nun deinen Körper von kleinen Schüppchen und Hautunreinheiten befreien. Wähle hierfür ein natürliches Körperpeeling



– ganz wichtig: ohne Mikroplastik! Besonders reinigend und pflegend sind Körperpeelings, die Meersalz oder Kaffeesatz enthalten und so für den notwendigen Peeling-Effekt sorgen. Auch Aprikosenkern- oder Mandelschalen sind ein guter Ersatz für synthetische Kügelchen.

## Schritt 5: Wellness für die Füße mit einem Fußpeeling

Deine Füße haben an einem solchen Tag besondere Zuwendung verdient – schließlich tragen sie dich kilometerweit durchs Leben. Um sie ein wenig zu verwöhnen und von überschüssiger Hornhaut zu befreien, kannst du ein Fußpeeling verwenden, das du sanft einmassierst. Du wirst schnell merken, dass dich der sanfte Druck auf die Fußsohle und die Zehen besonders entspannt.

## Schritt 6: Gründlich waschen mit einem pflegenden Duschgel

Bevor du die Badewanne verlässt, solltest du deinen Körper von sämtlichen Peeling- und Maskenresten befreien. Was wäre da besser als ein pflegendes Duschgel, das auch noch herrlich nach deinem Lieblingsduft duftet? Wähle am besten ein Duschgel ohne Silikone und Parabene, damit sich kein Film auf der Haut bildet. Final Eincremen von Kopf bis Fuß.



Brauhaus zum Löwen mit eigener Hausbrauerei



Aktiv erholen in Deutschlands schöner Mitte

## GÖBEL'S AUS. ZEIT

3, 4, 5 oder 7 Übernachtungen  
Täglich Genießerfrühstück  
Täglich Verwohnbuffet oder -menü am Abend  
Nutzung der Schwimmbad- und Saunalandschaft

Kuscheliger Bademantel und Badetasche für die Dauer des Aufenthaltes u.v.m.

Pro Person im DZ ab **324 €**

(Preis für 3 Übernachtungen z.B. im Göbel's Vital Hotel. Der Preis variiert je nach Hotel)



Schwimmbad Göbel's Vital Hotel, Bad Sachsa

# WOHLFÜHLURLAUB



Edler Genuss im Göbel's Schlosshotel



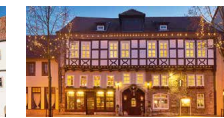
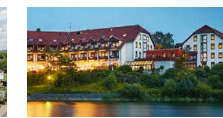
## GÖBEL HOTELS

### COLLECTION

### URLAUB IN DEN GÖBEL HOTELS – SICHER, NAH UND VIELFÄLTIG

Die schönen Momente im Urlaub genießen. Wer sehnt sich nicht wieder danach? Erleben Sie Ihren Wohlfühlurlaub im grünen Herz von Deutschland. In den Göbel Hotels werden Sie verwöhnt mit großzügigen Schwimmbad- und Saunalandschaften, Wellnessbehandlungen und einer kulinarischen Frischeküche. Wer's aktiv mag, kann sich auf die hoteleigenen E-Bikes schwingen. Die Hotelteams halten ihre Lieblingstouren in der umliegenden Natur bereit.

Wir sind bestens vorbereitet, damit Sie sich sicher und wohl bei uns fühlen und Ihren Aufenthalt in vollen Zügen bei uns genießen können.

GÖBEL'S LANDHOTEL  
Willingen/UplandGÖBEL'S HOTEL RODENBERG  
Rotenburg a.d. FuldaHOTEL AM MARKT  
EisenachGÖBEL'S SCHLOSSHOTEL  
Friedewald b. Bad HersfeldPOSTHOTEL ROTENBURG  
Rotenburg a.d. FuldaGÖBEL'S HOTEL ZUM LÖWEN  
Friedewald b. Bad HersfeldROMANTIK HOTEL STRICKHAUS  
Willingen/UplandGÖBEL'S SEEHOTEL DIEMELSEE  
Diemelsee-HeringhausenGÖBEL'S HOTEL ZUM LÖWEN  
Willingen/UplandGÖBEL'S HOTEL QUELLENHOF  
Bad WildungenCHALET PARK DIEMELSEE  
Diemelsee-HeringhausenGÖBEL'S HOTEL AM PARK  
Willingen/UplandGÖBEL'S HOTEL AQUAVITA  
Bad Wildungen-ReinhardshausenGÖBEL'S VITAL HOTEL  
Bad Sachsa/HarzFEWOS PARK RESORT  
Willingen/UplandWILLINGER HOF  
Willingen/UplandGÖBEL'S SOPHIEN HOTEL  
EisenachGÄSTEHaus DORF ALM  
Willingen/Upland

## NEU: RÜCKENGESUNDHEITZENTRUM IN DER QUELLENTHERME

### RÜCKENSCHMERZEN OHNE OP UND SPRITZEN BEWÄLTIGEN MIT DER RÜCKEN-GESUNDHEITS-KUR

Mit unseren **BIO-PSYCHO-SOZIALEN BEHANDLUNGS-ANSÄTZEN** betrachten wir die Schmerzen ganzheitlich und entwickeln Strategien zur Stärkung der Rückengesundheit und Vermeidung von Rückenoperationen oder Kortisonspritzen.

Das **INTERDISZIPLINÄRE SPEZIALISTENTEAM** setzt sich zusammen aus:

DR. OLIVER MEIER  
Orthopäde, Unfallchirurg  
Sportmediziner,  
SchmerztherapeutGÜNTER LEHMANN  
Heilpraktiker für Physiotherapie,  
ErgoPhys Consultant, Faszien-  
therapeut, RückenschullehrerINGEBORG TRÜMNER  
Heilpraktikerin für Buddhisti-  
sche Psychotherapie, Achtsam-  
keits- und Meditations-Coach

und dem Gesundheitsteam der QuellenTherme.

**BERATUNG UNTER:**  
Tel. 05621 786 4500, [www.goebel-hotels.com/rueckengesundheit](http://www.goebel-hotels.com/rueckengesundheit)  
QuellenTherme, Hauptstraße 2, 34537 Bad Wildungen-Reinhardshausen





**BANK OF HAIR**

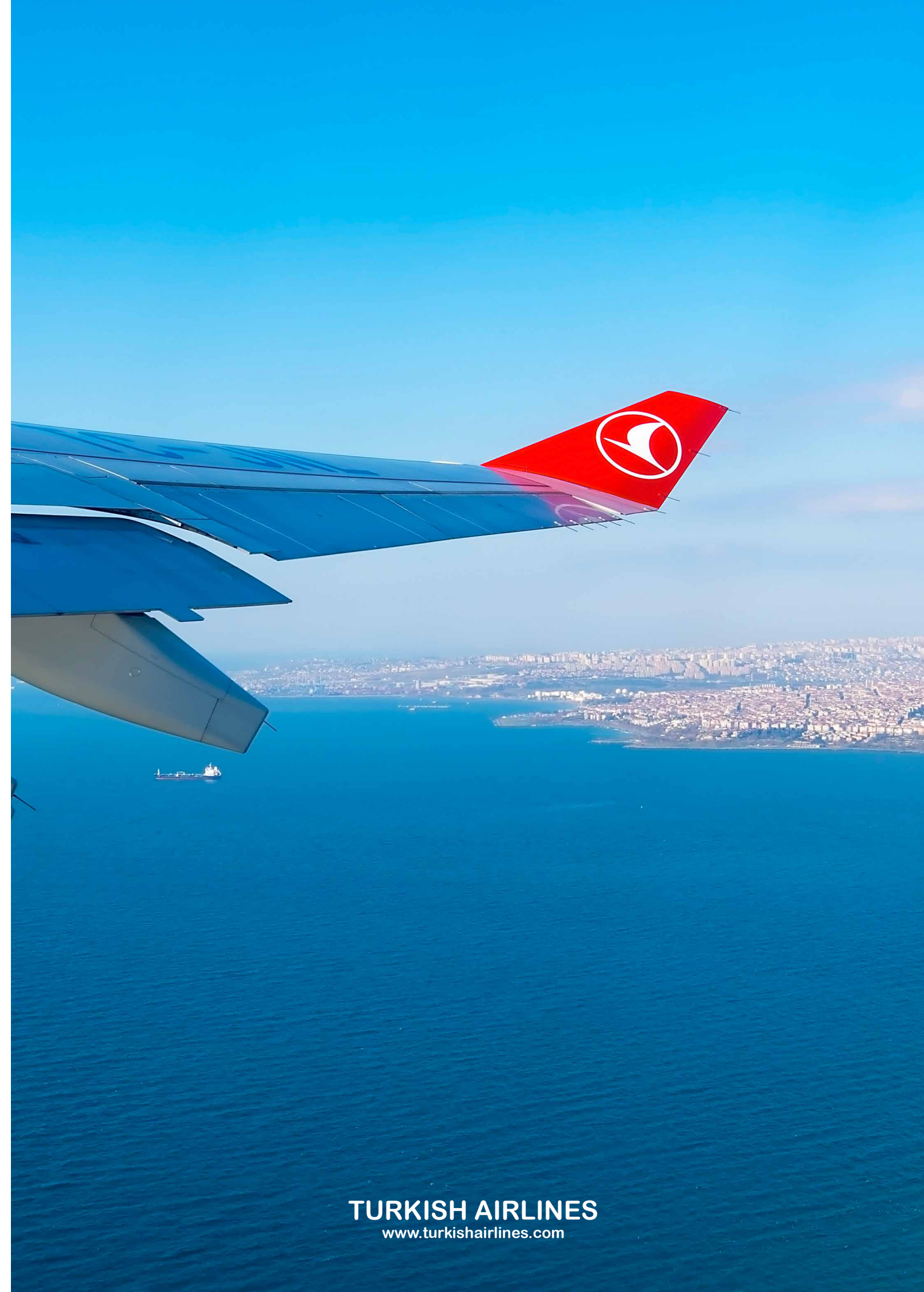


HAARE SIND WIE DER WIND,  
SIE TANZEN UND  
BEWEGEN SICH MIT DIR.

**New Hair - New Life.**

[bankofhair.de](http://bankofhair.de)

DIE EXPERTEN FÜR DEINE HAARTRANSPLANTATION



**TURKISH AIRLINES**  
[www.turkishairlines.com](http://www.turkishairlines.com)





LEANDRO LOPES