

November / Dezember 2021

ma vie

MEIN LEBEN. NACHHALTIG. ACHTSAM. INSPIRIERT.

ma vie



Wir spenden 1%
unseres
Jahresumsatzes an
VIVA CON AGUA

68 Seiten
INSPIRATIONSBUCH

Extra

Geschenkpapier, Karten
& Anhänger
für Weihnachten

FÜR UNS UND UNSERE UMWELT. MIT ma vie WELTVERBESSERN. 100% RECYCLING-PAPIER. »

NACHHALTIG. ACHTSAM. INSPIRIERT.

ma vie

HERZTHEMA

Alles Liebe

DIE GROSSE LIEBE
Wer sich selbst und
sein Leben liebt,
kann wahre Liebe erfahren

LOVESTORYS
Besondere Paare erzählen

EXKLUSIV-INTERVIEW

John Strelecky über seine
erste Liebe und das
schönste Weihnachtsfest
seiner Kindheit

MEIN KLEINER FRIEDEN

5 Frauen und
ihre Friedensprojekte

MIT LIEBE GEMACHT

Adventskalender, Geschenke,
Deko & Veggie-Fest-Menü

6/21 D. 5,95 € / A. 6,90 €
CH. 9,90 SFR / IT. 7,80 €
BENELUX. 6,80 €
F. 6,80 € / S. 7,80 €



06
4 190289 705959

A woman with dark, curly hair is smiling broadly, holding a large bouquet of flowers. The bouquet includes blue delphiniums, pink flowers, and greenery. She is wearing a black halter-neck bra. The background is a soft, light pink color.

besondere
IDEEN
besondere
MENSCHEN

**BHS FÜR KLEINE BRÜSTE
EIN GUTER C(O)UP**

Stylish, dabei zeitlos und aus bester Biobaumwolle sind die nachhaltigen Büstenhalter von Aikyou. Das Label von Bianca Renninger und Gabriele Meinel hat sich auf Lingerie für Frauen mit kleinen Brüsten spezialisiert: „Denn nicht der Busen ist falsch, sondern höchstens der BH, den man trägt! AIKYOU.DE

NACHHALTIG. ACHTSAM. INSPIRIERT.



FEINE FEILEN

Mädelskram

Ein hübsches Mitbringsel zum Adventskaffee oder ein kleines glamourig für den Krabbelsack. Denn zu Weihnachten und Silvester darf's ruhig mal glitzern. Die Nagelfeilen von Kure Bazaar mit Quaste und Glitzerpartikeln gibt's limitiert zum Fest über GREENGLAM.DE.

PERFORMANCE IN DER PINAKOTHEK DER MODERNE

ALLES AUS ZUCKER

Über die Frage, ob es eine speziell weibliche Kunst gibt, lässt sich trefflich streiten. Einen Versuch, sich dem Thema anzunähern, unternahm im Oktober der „Denkraum Deutschland“ in der Münchner Pinakothek der Moderne mit dem Ausstellungsformat „Feminin – die soziale und politische Kraft des Weiblichen in Kunst und Gesellschaft“. Mit dabei war das 2018 in München gegründete Künstlerinnenkollektiv „Die Villa“, das u. a. eine Skulptur aus Zuckerwatte baute: „Power Candy“. Pink Power in der Pinakothek! PINAKOTHEK-DER-MODERNE.DE, DIEVILLA.ART



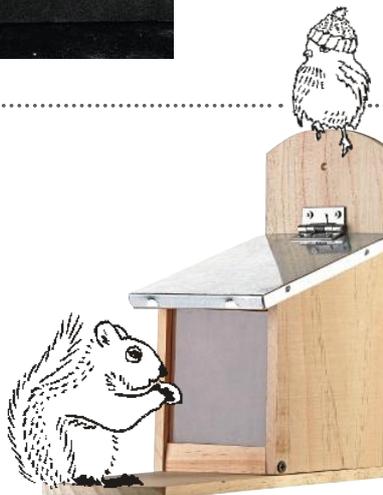
Kollektiv „Die Villa“
Sabine Magnet (Autorin, Dichterin und **ma vie**-Kolumnistin), Cendra Polsner (Künstlerin), Katja Brenner (Schauspielerin), Tanja Hirschfeld (Künstlerin) und Samantha Mariuzzi (Designerin und Künstlerin), v. l.



DIY-FUTTERHÄUSCHEN

Knabberspaß

Die eigenen Futter-Depots geraten bei Eichhörnchen schon mal in Vergessenheit. Daher freuen sich die niedlichen Nager im Winter über eine Futterstelle, gefüllt mit Nüssen, Hagebutten, Tannen- oder Kiefernzapfen. Das Futterhaus aus Kiefernholz mit wetterfestem Blechdach lässt sich unkompliziert aufbauen. PEARL.DE



FOTOS: HANS HERBIG PHOTOGRAPHY, PR (3); ILLUSTRATIONEN: CRISTINA KEUTER

2 0 2 1 N O V E M B E R / D E Z E M B E R

ma vie

Salus

ANZEIGE



IN 6 SORTEN

DE-ÖKO-003



SALUS® BACHBLÜTEN TEE EINE TASSE RUHE

- ▶ Wertvolle, köstlich aromatische Kräutertee-Komposition mit Melissenblättern, Passionsblumenkraut und Lavendelblüten
- ▶ Mit ausgewählten Bio-Bachblüten-Essenzen kombiniert: Elm, Rock Rose, Impatiens, White Chestnut und Aspen ergänzen die Kräutermischung
- ▶ Nach Edward Bach werden sie empfohlen, um die Gedanken wieder zu ordnen
- ▶ Natürlich in Bio-Qualität für ein gutes Lebensgefühl
- ▶ WWW.BACHBLÜTENTEE.DE



DESIGN & CRAFTS

Love of Trees

Für Designerin Miki Martinek sind Design und Crafts zwei Welten, die zusammengehören: Sie bringen ein Stück Natur zurück in unseren Alltag und unser Zuhause. Jetzt hat die Wahl-Wienerin gemeinsam mit dem Drechsler Hermann Viehauser die „Love of Trees“ entwickelt, wunderschöne Gebrauchs- und Deko-Objekte aus Holz. Bezug direkt über MIKIMARTINEK.COM



NACHHALTIG. ACHTSAM. INSPIRIERT.



WEIHNACHTSDUFT

Ein bisschen wie früher

Noch einmal Kind sein und die besondere Vorfreude spüren! Der limitierte Duft „finest x-mas“ mit Rose, Zedernholz und Vanille von Ipuro weckt Erinnerungen an frühere Weihnachtsmomente. Zudem ist der Diffusor ein echter Hingucker, bei Depot und über IPURO.COM



WELT-AIDS-TAG

SOLIDARITÄT & VERANTWORTUNG

Weltweit leben etwa 38 Millionen Menschen mit HIV. Der Welt-AIDS-Tag, von der WHO 1988 initiiert, will Solidarität mit Menschen mit HIV und AIDS fördern und Diskriminierung entgegenwirken. Er erinnert an die Verstorbenen und ruft zu Prävention und Versorgung auf. Von UNAIDS (Aids-Organisation der Vereinten Nationen) stammt das Motto 2021: „Global Solidarity, Shared Responsibility“ (Globale Solidarität, gemeinsame Verantwortung). WELT-AIDS-TAG.DE, UNAIDS.ORG



ONLINE-PORZELLANBÖRSE

Fundstücke

Von Großmutter's gutem Service fehlen ein paar Teile? Das Lieblingsmilchkännchen hat einen Sprung? Kein Problem. In der Porzellanbörse von Patricia Drosdatis findet man ausgelistete Einzelteile und ganze Serien von bekannten Porzellan-, Glas- und Besteckmanufakturen. Wer ein Service geerbt hat und es nicht behalten möchte, kann es hier auch verkaufen. ALTESERIEN.DE

FOTOS: ALTE SERIEN/HENDRIK LÜDERS, IPURO/STEPHANIE BAER, MIKI MARTINEK DESIGN/RITA NEWMAN, PR (7); ILLUSTRATIONEN: CRISTINA KEUTER



CHUCK SPEZZANO

Karten der Liebe

Ein Kartenset mit Begleitbuch von dem international bekannten US-amerikanischen Lebenslehrer Chuck Spezzano: Die 84 „Karten der Liebe“ sind in die vier Kategorien Heilung, Glück, Gnade und Probleme unterteilt. Alle Karten und ihre jeweiligen Bedeutungen werden ausführlich beschrieben. Außerdem werden verschiedene Befragungsbeispiele und Legesysteme vorgestellt.

VERLAG-VIANOVA.DE

GESCHENKVERPACKUNGEN AUS STOFF

Schön gewickelt

Allein zu Weihnachten werden in Deutschland ca. 8000 Tonnen Papiermüll produziert. Deshalb haben die Hamburgerinnen Nina Sophie Götte-Thedens und Carolin Valentin „happy wrappi“ erfunden, ein quadratisches Bio-Tuch, das anhand raffinierter, aber dennoch sehr einfacher Falt- und Knotentechniken zu einer Geschenkverpackung wird. Die Tücher sind in zwei Größen und in verschiedenen Farben und Designs erhältlich. **HAPPYWRAPPI.DE**



Doppelter Schutz. Reinigt mild, spendet Feuchtigkeit.

Mit dem pH-Wert 5,5

CREME

- reichhaltige Pflege-Formel mit 2 % Vitamin E trägt zum Schutz vor freien Radikalen bei

WELLNESS DUSCHE

- reinigt mild mit einem Pflegekomplex aus Wasserlilienextrakt und Allantoin

BODY-MILK

- Panthenol fördert die Feuchtigkeitsbalance
- Pflegekomplex mit Sheabutter und Süßmandelöl

sebamed Produkte sind in über 120 Studien dermatologisch-klinisch getestet. In Apotheken und Drogeriefachabteilungen.

MADE IN GERMANY

www.sebamed.de



klinisch
pH Wert
5,5
geprüft
sebamed[®]

Wissenschaft für gesunde Haut.



SEBAMED NIMMT IHRE HAUT IN SCHUTZ

pH Wert 5,5



NATURE LOVE

Vegane Pinsel

Der Natur zuliebe besteht der Griff der neuen Pinsel aus der Nature Love Line von Parsa zu 50 Prozent aus Weizenstroh und enthält keinerlei Aluminium. Das Pinselhaar ist aus Synthetik, grau gestrahnt mit dunkelgrauen Spitzen und vegan. Zu der Serie gehören ein Pinsel zum Auftragen von losem und Kompaktpuder, ein Rouge-Pinsel, ein Foundation-Pinsel sowie ein Lidschatten-Pinsel.

PARSA-BEAUTY.DE

NACHHALTIG. ACHTSAM. INSPIRIERT.



FAIRE KISSEN & KOMPOSTIERBARES BETTZEUG

Ruhen mit gutem Gewissen

Mustergültig sind die Kissen der Vorarlberger Heimtextilfirma Mary Rose. Die Schnörkel-, Kachel- oder Schwungmuster sind nicht nur hübsch anzusehen, sondern entsprechen auch den Vorgaben der Fair Wear Foundation. Die Organisation für faire Kleidung, deren Mitglied Mary Rose ist, hat die Verbesserung der Arbeitsbedingungen in der Kleidungs- und Textilindustrie zum Ziel. Außerdem produziert Mary Rose eine „Cradle to Cradle“-Bettwäschelinie: Die abgenutzte Bettwäsche kann auf den Komposthaufen gegeben werden, da sie sich binnen weniger Monate abbaut – übrig bleibt Erde. MARYROSE.AT



Stefan Grabher entwickelte mit seinem Team die biologisch abbaubare Bettwäsche



NACHGEFRAGT



Sarah Hölzl war Mitte 20, als ihre geliebte Großmutter Lola an Krebs starb. Um den Verlust zu verarbeiten, schrieb sie das Buch „Abschiedsgeschenk. Wie der Tod eines geliebten Menschen mir zum Glück verhalf“ (Eisele Verlag).

DAS GROSSE GESCHENK DER LIEBE

- 1 **Warum hat der Tod Ihrer Großmutter Ihnen Glück gebracht?** Durch den Tod meiner Oma Lola fand ich meine persönliche Definition von Glück. Bevor sie starb, assoziierte ich damit nur positive Gefühle. Heute jedoch verbinde ich mit Glück die gesamte Bandbreite an Emotionen. Deswegen denke ich, dass wir nur dann wirklich glücklich sein können, wenn wir auch unseren negativen Gefühlen ihren Raum geben.
- 2 **Warum haben Sie das Buch „Abschiedsgeschenk“ geschrieben?** Mit „Abschiedsgeschenk“ löse ich mein Versprechen an Lola ein. Sie starb an Krebs und vor ihrem Tod bat sie mich, unsere Geschichte mit der Welt zu teilen. Es war ihr ein Herzensanliegen, dass das Buch Menschen ermutigt, ihnen Hoffnung spendet und sie daran erinnert, dass wir selbst in den schmerzhaftesten Erfahrungen Geschenke finden können.
- 3 **Was raten Sie anderen, die einen geliebten Menschen verloren haben?** Trauern ist eine persönliche Reise, für die es kein Patentrezept gibt. Ich bin aber davon überzeugt, dass es für uns alle wichtig ist, uns zu erlauben, zu trauern und dass wir uns dafür entscheiden, dem Leben und der Liebe wieder zu vertrauen. Denn so wird es uns mit der Zeit leichter ums Herz. Auch wenn es anfangs nicht so erscheinen mag.