

LÄSE, LOSE, LUEGE

BÜCHER



ISBN
978-8-
55697991
★★★★

Die Selbstheilung aktivieren

Delia Schreiber

Einfühlsam nimmt die Patientencoachin und Therapeutin den Leser mit auf die Reise zu sich selbst. Und zeigt, dass jeder in der Lage ist, innere Kräfte zu mobilisieren. (Beobachter)



ISBN
978-3-
866124011
★★★★☆

Vierundzwanzig Stunden

Guillaume Musso

Ein junger Arzt erbt einen Leuchtturm – mit der strikten Auflage, auf keinen Fall die Stahltür zu öffnen. Voller Überraschungen. Deshalb ein Ratschlag: Klappentext ignorieren. (Pendo)



ISBN
978-3-
038009368
★★★★

Die schönsten Zweitagestouren

David Coulin

50 Tourenvorschläge für zweitägige Wanderungen in den Schweizer Alpen in einem Bildband zusammengefasst. Tolle Bilder, praktische Informationen und übersichtliche Karten. (AT-Verlag)



ISBN
978-3-
845817859
★★★★☆

Blumenzauber

Blumenmotive zum Ausmalen im Maxiformat

Ausmalen ist das neue Workout: Ruhe finden vom Alltag und die Kreativität walten lassen. Wunderschöne Motive zum Ausmalen, Verschenken, Dekorieren oder Aufhängen. (arsEdition)

MUSIK

Alt und grau?
RHCP sind auch nach 33 Jahren noch knackig.

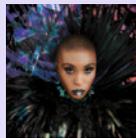


Red Hot Chili Peppers The Getaway ★★★★★



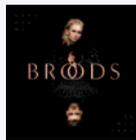
Die Peppers haben sich entschlackt: Weniger Stadionhymnen, dafür gibt's Streicher, Pianogeklimper (!), knackige Bassläufe von Flea, sphärisches Gitarrengeschrummel von Josh und Plapper-Rap von Anthony. Grrreat!

Laura Mvula The Dreaming Room ★★★★★



Hinter der Britin liegen schwierige Zeiten. Dank dem Zweitling, der Soul, Pop und Dance perfekt kombiniert, und der funkigen, mit Nile Rodgers eingespielten Single «Overcome» könnte sie nun richtig durchstarten.

Broods Conscious ★★★★★



Die neuseeländischen Geschwister Georgia und Caleb Nott beackern ein ähnliches Feld wie das Elektro-Trio Chvrches: wohlklingender Synthipop und weiblicher Gesang. In Europa hat das nur noch niemand gemerkt.

DVD



★★★★☆

Trumbo

Drama

Dalton Trumbo (Bryan Cranston) war einer der besten Drehbuchautoren Hollywoods. Doch sein Name tauchte im Abspann nicht auf, da er als Kommunist auf die schwarze Liste kam. Porträt eines listigen Querkopfs, der mit Pseudonym weitermachte. USA 2015 | D Bryan Cranston, Diane Lane, John Goodman



Hail, Caesar! Komödie

★★★★☆

Als 50er-Jahre-Star Whitlock (George Clooney) entführt wird, tritt Troubleshooter Mannix (Josh Brolin) in Aktion. Ein gar episodischer, aber amüsanter und starbesetzter Dolchstoß in den Rücken Hollywoods. USA/GB/J 2016 | D Josh Brolin, George Clooney, Scarlett Johansson



★★★★☆

Erschütternde Wahrheit

Drama

Ein Ex-Fußballspieler landet auf dem Obduktionstisch des Arztes Omalu (Will Smith). Der entdeckt, dass die Hirne der Spieler kaputtgehen. Die wahre Story ist eine engagierte Anklage an die Entmenschlichung im Spitzensport. USA 2015 | D Will Smith, Gugu Mbatha-Raw, Alec Baldwin

Sonja shoppt

SENSIBELCHEN WIE ICH

100% SWISS MADE, seit 1992. Das gefällt meinem patriotischen Herzen. Aber eigentlich machen die Ultrasun-Sonnenschutzprodukte etwas ganz anderes speziell: Sie sind zu **100% frei von heiklen Inhaltsstoffen**. Sprich: Sie enthalten keine Parfums, keine Silikone, keine Mineralöle, keine Emulgatoren, keine Konservierungsmittel und keine PEG/PPG-Verbindungen, sogenannte Wirkstoffträger.

Somit sind Ultrasun-Produkte ideal für Menschen wie mich, die zu **Sonnenallergien** neigen, denn durch das Fehlen all der fragwürdigen Inhaltsstoffe wird meine Haut nicht unnötig irritiert. Sensibelchen Sonja kann also den **ganzen Sommer lang** völlig entspannt in der Sonne liegen und wird nicht mit juckender und rot gesprenkelter Haut bestraft.

Familien empfehle ich «**Ultrasun Family SPF 30**». Sie fettet und klebt nicht und ist zudem **wasserfest** – die kleinen Wasserratten müssen also nach dem Planschen nicht gleich zurück zum Tüchli gezerrt werden, um sie wieder einzucremen. Alle anderen sind mit «**Ultrasun Extreme SPF 50+**» gut bedient. Trotz hohem Sonnenschutzfaktor fühlt sie sich angenehm und leicht auf der Haut an.

Sonja Hüslér



150 ml «**Ultrasun Family SPF 30**» kosten Fr. 36.–; 150 ml «**Ultrasun Extreme SPF 50+**» Fr. 39.–.

EINBLICK IN EIN UN DURCHSCHAU BARES BUSINESS.

DEIN FEIND UND BERATER

ZU VIEL Weil die Quoten sanken, war nach fünf Staffeln Schluss. Das Problem: Es ist eigentlich eine Comedyserie, doch man stopfte noch ganz viel Gesellschaftskritik, Sexszenen und teils gar Psychodramatik (etwa rund um Marty's Sohn Roscoe) hinein. Das ist schlicht und ergreifend zu viel!



FIES Ein wichtiges Stilmittel der Serie erinnert an Kevin Spacey in «House of Cards». Auch Marty spricht immer wieder direkt zu den Zuschauern, um etwas zu erläutern oder sich schlicht über Leute hinterrücks lustig zu machen.



ÜBERRASCHUNG Dass Ben Schwartz (spielt den durchtriebenen Clyde Oberholt) Schauspieler wurde, war nicht vorgesehen: In seiner Familie gibt es sonst fast nur Sozialarbeiter und Lehrer. Er machte sinnigerweise seinen Collegeabschluss ebenfalls in Psychologie und Anthropologie.

ZU GUT Hauptdarsteller Don Cheadle spielt brillant und wurde für seine Leistung mehrfach ausgezeichnet, u. a. mit dem «Golden Globe». Leider gehen die anderen Darsteller neben ihm fast etwas unter. Sogar die sonst ebenfalls hochgelobte Kristen Bell («Veronica Mars»).

PROFILIERT Don Cheadle hat sich bereits vor «House of Lies» einen Namen gemacht, spielte u. a. in «Boogie Nights» oder «Hotel Ruanda», was ihm 2005 sogar eine Oscar-nomination als bester Hauptdarsteller einbrachte.



VORLAGE Die Serie basiert auf dem gleichnamigen Buch von US-Autor Martin Kihn, Untertitel: «Wie Unternehmensberater Ihre Uhr stehlen und Ihnen dann die Zeit ansagen».

WITZBOLD In Anlehnung an die Serie war Kristen Bell 2012 in einem Video mit dem Titel «Body of Lies» («Körper der Lügen») zu sehen. Dort behauptete sie, über 200 Tattoos zu haben, die in jedem Dreh überschminkt werden müssten. Das Ganze stellte sich aber als Scherz heraus.



KLARTEXT Hauptdarsteller Don Cheadle wusste wenig über Unternehmensberatung, führte aber vor dem Start der Serie viele Gespräche, um sich ein besseres Bild machen zu können. Sein nüchternes Fazit: «Auch in der Realität weiss niemand so genau, was Unternehmensberater eigentlich tun.»

HOUSE OF LIES

★ HOUSE OF LIES ★
Start der 4. Staffel
Dienstag, 12. Juli
22.30 Uhr | ZDF neo

REGULA ELSENER Bitterböse ist sie, die Comedyserie «House of Lies». Und mit ihr die Hauptfigur des Marty Kaan (**Don Cheadle**). Der geldgierige Unternehmensberater und sein boshafte Team haben nur ein Ziel: Firmen nicht zu beraten, sondern **abzuzocken**. Erzählt wird das Ganze sehr witzig. Darum ist man als Zuschauer beim bösen Spiel gerne heimlich dabei.

Sex ist oft Mittel zum Zweck: Don Cheadle, Kristen Bell.