

jugend

- DJ Bobo ganz privat
- Was tun bei Prüfungsangst?
- Naomi Campbell liebt Bratwürste
- Konzerte, Klatsch und Radio L «Top 10»

DJ Bobo ganz privat

Der Schweizer Popstar spricht in seinem neusten Buch ganz offen über sein Leben

Als Baby liebte er sein rosa Schnuffeltuch, heute erobert er mit seiner Musik die Herzen der Welt. Wer hätte gedacht, dass der scheue Junge von Kölliken ein internationaler Star wird? «Gestatten, René Baumann» heisst das neue Buch über DJ Bobo, in dem der Schweizer Popstar erstmals aus eigener Perspektive ganz offen über sein Leben spricht.

Janine Köpfl

Millionen verkaufter Platten, 18 Hit-Singles (darunter «Somebody dance with me», «Respect yourself» und «Pray») sowie unzählige ausverkaufte Tourneen. René Baumann alias DJ Bobo ist einer der wenigen Schweizer Popstars die Weltruhm erlangten. Vom Konditor zum Musiker mit Riesenformat. In seinem Buch spricht er von seiner Karriere mit all seinen Erfolgen und Rückschlägen. In einer bescheidenen, ungeschminkten Art beschreibt er den Stoff, aus dem die Hollywood-Träume sind. In Zusammenarbeit mit der deutschen Autorin Michaela



René Baumann alias DJ Bobo spricht in seinem Buch «Gestatten, René Baumann» über Dinge, die seine Fans so noch nicht gehört haben.

Ansems entstand ein spannendes Porträt mit vielen Fotos und Geschichten.

Bunte Geschichten

Bobos erste Liebe hiess Susi. «Als sie eines Tages einwilligte, mit mir zu gehen, machte sie mich zum glücklichsten Jungen der Welt. Wir

hielten Händchen und küssten uns, es war wunderbar», beschreibt der Aargauer DJ seine ersten Erfahrungen in Sachen Frauen. Der sympathische Musiker erzählt von seinen Träumen als Fussballprofi, seiner Discolidenschaft, aber auch von seinem ersten Mal, das nicht gerade der Megahit war.

«Ich weiss noch, dass ich mich hinterher fragte, wieso allgemein so viel Aufhebens um Sex gemacht wird.» Von seinem Durchbruch über Tiefschläge und Skandale bis hin zu Nancy - René Baumann spricht unverblümt, direkt und ehrlich über alles, was ihm passierte und was ihn beschäftigt. Trau-

rige Kapitel klammert er nicht aus. So erinnert er sich an seinen Stiefvater: «Er brachte Angst und Gewalt in mein Kinderleben. In meiner Erinnerung sehe ich diesen Mann nur betrunken vor mir, auch wenn er es bestimmt nicht ständig gewesen ist.»

Phänomen DJ Bobo

Die Ausbildung zum Konditor war nicht die Erfüllung seiner Träume, dennoch zog er diese Geschichte durch. DJ Bobos Lebensmotto war und ist «ganz oder gar nicht». «Ich weiss heute, dass diese Einstellung, gepaart mit Fleiss und Ehrgeiz, Träume wahr werden lassen kann.» Tatsächlich, als der Song «Somebody dance with me» einschlug wie eine Bombe, erfüllten sich nicht nur Wünsche, René Baumanns Karriere ging plötzlich ab wie eine Rakete. Als DJ Bobo sang und tanzte er sich in die Herzen seiner Fans.

Sein ganz persönliches Buch «Gestatten, René Baumann» zeigt nicht nur das Phänomen DJ Bobo, sondern das Leben eines Mannes, der trotz Ruhm auf dem Boden geblieben ist. *DJ Bobo: Gestatten, René Baumann. Zygglogge Verlag, Bern 2000. ISBN 3-7296-0613-1.*

NACHRICHTEN

Konzerte

TIC TAC TOE
Fr. 24. November 2000
Z7, Pratteln

ROBBIE WILLIAMS
So. 11. März 2001
Hallenstadion Zürich

TOM JONES
Fr. 23. März 2001
Hallenstadion, Zürich

DJ BOBO
So. 22. April 2001
Hallenstadion, Zürich

Vorliebe für Bratwürste

Supermodel Naomi Campbell hat nach eigenen Angaben noch nie eine Diät gemacht. «Ich esse, was und wann ich will», sagte die 30-Jährige. «Gerade habe



ich mir zum Beispiel von einem Kiosk eine Bratwurst mit Senf bringen lassen. Ich liebe deutsche Bratwürste.» Unglücklich ist Campbell nur mit ihren Füssen: «Sie sind viel zu gross.»

Boyzone: Endgültige Trennung

Die Boygroup «Boyzone» hat sich nun endgültig aufgelöst. Die Mitglieder der irischen Erfolgsband wollen lieber ihre Solo-Karrieren weiter verfolgen. Der frühere Sänger Ronan Keating, erklärt nun, er werde nie mehr als Teil der Band auftreten. Auch Keith Duffy, Stephen Gately, Shane Lynch und Mikey Graham haben bereits Solo-Verträge unter Dach und Fach. «Boyzone» hatte ihre grössten Erfolge Mitte der 90er Jahre.

Radio L «Top 10»

RADIO L
LIECHTENSTEIN

REKLAME

11 BALZNER WEIHNACHTSMARKT

Der Nikolaus kommt Samstagnachmittag
Modeschau
Balzner Singbuben
Gemütliche Beiz mit Südtirolerverein
Über 30 Aussteller aus Balzers und Region

Gemeindesaal Balzers

FREITAG, 24.11.2000
18.00 - 21.00 UHR

SAMSTAG, 25.11.2000
13.00 - 21.00 UHR

SONNTAG, 26.11.2000
10.30 - 18.00 UHR
(AB 17.30 UHR GROSSE VERLOSUNG)

BANK
Landesbank in Balzers, für Balzers
Hauptsponsor

Balzner Dorfgemeinschaft

Hilfe, durchgefallen!

Nervosität und Prüfungsangst

«Ich habe mich immer ideal auf Prüfungen vorbereitet... und bin trotzdem durchgefallen!» Andreas studierte Wirtschaft und Informatik. Trotz intensivem Lernen und mehreren Versuchen konnte er aber sein Studium nie abschliessen. Der Grund: Prüfungsangst.

Heute mit 27 Jahren führt er zusammen mit einem Partner seine eigene Internet-Firma mit acht Mitarbeitern. Im Gegensatz zum Prüfungs-Stress kann Andreas mit dem Druck im Berufsleben mit Erfolg umgehen, was zeigt, wie sehr Prüfungsangst das intellektuelle Potenzial eines Menschen blockieren kann.

Eine kürzlich gemachte Umfrage zeigt: besonders Schüler, Studenten und junge Auszubildende leiden in unserer Zeit voller Hektik und Überbelastung unter Stress, der sich in Form von Nervosität, Anspannung, Gemütsverstimmung, Schlaflosigkeit, Konzentrationschwierigkeiten oder Magen-/Darmproblemen äussert. Wer zudem unter Prüfungsangst leidet, ist doppelt unter Druck. Unter Umständen geht plötzlich gar nichts mehr. Alles ist blockiert und der Geplagte kann keinen klaren Gedanken mehr fassen.

Was tun bei Prüfungsangst?

Sport, Yoga und Entspannungsübungen helfen, mit Ner-

vosität und mentalem Druck besser umgehen zu können. Aber nicht alle treiben regelmässig Sport (wann auch?) oder beherrschen Entspannungstechniken so gut, um diese gezielt während Prüfungen einzusetzen. In diesen Fällen - oder als zusätzliche Massnahme - können sanfte Medikamente auf Pflanzenbasis Entspannung verschaffen. Das Medikament «Valverde Entspannung» mit Passionsblumen, Baldrian, Melisse und Pestwurz beruhigt und löst innere Spannungen. Eine Studie zeigt nun auch, dass diese Entspannungsdragees besonders effizient Angstzustände bei Prüfungen bekämpfen, ohne die Konzentration und Leistungsfähigkeit zu reduzieren. Eine gute Neuigkeit für alle jene, die bis jetzt viel wussten, ohne es optimal beweisen zu können.

Kleine Denkpausen können helfen

Viele Stressgeplagte haben bei Medikamenten Angst vor einer Abhängigkeit. Die Heilpflanzen aus «Valverde Entspannung» entstammen kontrolliertem Anbau. Das Präparat ist ein Resultat der Schweizer Forschung und seit über 10 Jahren auf dem Markt, ohne dass Fälle von einer Abhängigkeit gemeldet wurden.

Und nicht vergessen: In hektischen Zeiten öfters kleine «Denkpausen» einlegen, und eine Nase voll frische Luft fördert die Konzentration!