

## Mein Heute

Um 8 Uhr mache ich durch meinen inneren Wecker auf. Online lese ich als erstes die Nachrichten. Dann wird kalt geduscht.

Mit dem Fahrrad fahre ich ins Büro und bereite erst mal einen Cappuccino für meine Kollegen und mich zu. Mit der morgendlichen Besprechung mit meinem Geschäftspartner geht es dann weiter.

Gegen Mittag gibt es einen kleinen Snack, den ich entweder im Büro oder auch mal mit Kollegen im Restaurant einnehme.

Am Nachmittag schreibe ich Angebote für Kunden und telefoniere noch mit Hotels. Feierabend ist so gegen 18 Uhr.

Heute mache ich mit Freunden eine Rennrad-Runde im Grunewald.

So gegen 21 Uhr bin ich dann auch wieder zu Hause, esse noch eine Kleinigkeit zu Abend und schaue noch ein bisschen TV. So gegen 23 Uhr gehe ich schlafen.



Foto: RALF LUTTER

René Schwenkler (49), Reiseverkehrskaufmann aus Wilmersdorf

# Ich & Berlin

Der *B.Z.*-Planer für die Kultur der Großstadt

## Ich bin die letzte Flasche, die Sie kaufen

„Unda“ aus Mitte ist wiederverwendbar und hat einen Clou

Mitte - 190 Einweg-Flaschen und 130 -Becher werfen die Deutschen im Jahr in den Müll. Daran störte sich Stephan Mangold (35).

Geschäftsgründer Stephan Mangold



Und so entwickelte der studierte Wirtschaftswissenschaftler aus Mitte mit einem Designer seine Idee: die 3-in-1-Unda-Flasche!

„Unda heißt auf Latein die Welle, die Woge“, sagt Mangold. Das passt! Denn ein Großteil des Plastikmülls landet in den Meeren.

Der langlebige, wiederverwendbare Flüssigkeitsbehälter ist 100 Prozent recyclebar, fasst 500 ml und hat einen Clou: Die Flasche macht Einweg nicht nur überflüssig,



In die „Unda“ passen Snacks und Drinks

sondern ist zusätzlich mit einem abschraubbaren Behälter ausgestattet, der als Trinkbecher genutzt oder in dem Snacks wie Nüsse, Gummibärchen oder Früchte aufbewahrt werden können.

Zum einfacheren Transport kann oben noch eine Kordel be-

festigt werden. „Ideal für Mütter“, sagt Erfinder Mangold. Die sind seiner Erfahrung nach auch seine Kundinnen: „80 Prozent verkaufen wir an Frauen, sie sind einfach umweltbewusster.“

19,90 Euro, es gibt sie in vier Farben. Plus 2,90 Euro Versand, die Kordel kostet extra. [www.undabottle.com](http://www.undabottle.com)

Die Flasche wird in der Schweiz mit 100 Prozent erneuerbaren Energien und unter fairen Arbeitsbedingungen produziert. Der Versand ist CO<sup>2</sup>-neutral



Foto: DPA

## „Minari – Wo wir Wurzeln schlagen“ im Sommerkino

Tiergarten - **Einer der großen Favoriten bei den Oscars war der Film „Minari – Wo wir Wurzeln schlagen“.**

Darin erzählt Regisseur Lee Isaac Chung von der amerikanisch-koreanischen Familie Yi, die in den 1980er-Jahren von Los Angeles nach Arkansas zieht, um ein Stück Land zu bewirtschaften. Der Film ist ein bewegendes Familienporträt, erzählt aus der Sicht eines Kindes. Die südkoreanische Schauspielerin Yoon Yeo-jeong erhielt für ihre Darstellung der Großmutter den Oscar. Morgen ist „Minari“ im Sommerkino am Kulturforum zu sehen. Für den Besuch der Freiluftkinos wird nach wie vor ein negativer Test oder Nachweis über Impfungen oder Genesung benötigt.

21.45 Uhr, Matthäikirchplatz 4/6, 10 Euro, online ermäßigt 9 Euro, [www.yorck.de](http://www.yorck.de)

## Die Berliner Zunge

Von STEFAN PETER

**Ich fordere Petrus hiermit auf, sofort mit dem Dauerregen aufzuhören! Oder ihn zumindest in die Nacht zu verlagern.** Nach

Monaten des Lockdowns haben es Berlins Gastronomen (und ihre Gäste) nicht verdient, dass sie ihre Terrassen nicht nutzen können.

**Piazza Venezia**  
Scharfer Tintenfisch

Wo ich unbedingt gerne wieder draußen sitzen möchte: im Ristorante Piazza Venezia. Bis zur Schloßstraße sind es nur ein paar Schritte, doch hier ist es sehr ruhig – die Zimmermannstraße ist eine Sackgasse, das Abbiegen aus oder in die Einkaufsstraße also nicht möglich. Der Wirt und seine Kell-

ner sind überaus freundlich und aufmerksam, erkundigen sich nach persönlichen Vorlieben (oder gegebenenfalls Abneigungen).

Ich folge den Empfehlungen und bekomme die Baby-Calamaretti (15,90 Euro) recht scharf zubereitet. Knoblauch lasse ich bei den Mini-Tintenfischen allerdings lieber weg – ich habe im Anschluss noch einen wichtigen Termin. Das Rumpsteak (22,80

Euro) ist von beachtlicher Größe und perfekt gebrauten. Danach hat nicht mal mehr ein kleines Dessert Platz in meinem Magen.

Mit der U-Bahn geht es schnell zur Verabredung – der Eingang zum U-Bahnhof Schloßstraße ist nicht mal 30 Sekunden entfernt. Zimmermannstraße 7, Steglitz, Mo./Di., 16 bis 24 Uhr, Mi.–So., 11.30 bis 24 Uhr (warme Küche bis 23 Uhr). ☎ 797 07 109

## B.Z.-GEHEIM-TIPP DES TAGES



Foto: HOFEDITZ

Meir Adoni stellt sein neues Menü im „Layla“ vor! Einfacher, klarer, verschlankt: Der Sternekoch will die Berliner u.a. mit dem Jerusalem Bagel (s. Foto) mit Bohnencreme, Schug und Oliven begeistern (11 Euro). In den klimatisierten Räumen kommen jetzt Gerichte mit weniger Komponenten auf den Tisch, wie Oktopus mit Yuzu, Blumenkohl und Tamarinde (33 Euro). Do. bis Sa., 18.30 bis 22.30 Uhr. Hallesche Str. 10, Kreuzberg.

Foto: UNDA/MEERFLASCHE