

SCHÖNSTPERSÖNLICH

Frederik Frede über Oktopus, Kopfhörer und zwölf weitere Lebensverbesserungen



Ich gehe gern schwimmen, möglichst jeden Tag. Im Winter ins Stadtbad Mitte (1) oder in die Finckensteinallee. Neben Radfahren der perfekte Ausgleich! Danach auf eine Tarte oder Granola in die Black Isle Bakery in der Linienstraße (2). Dazu blättere ich in „Mister Twister“ (3), dem neuen Design-Magazin von Freunden – mit Schallplatte! Zum Abendessen bin ich am liebsten im Kin Dee (4) in der Lützowstraße. Mein Favorit: der scharfe Oktopus, dazu ein Glas Rocalan-Naturweißwein, während ich auf meine Freundin und Restaurantchefin Dalad warte und wir dann weiterziehen oder nach Wilmersdorf nach Hause fahren. Meinen roten Lieblingsnaturwein „Mephisto“ (5) kaufe ich in der Köpenicker Straße im Vin sur Vin. Auch toll ist das Mrs Robinson’s in der Pappelallee (6) – wegen



der Brussels Sprouts! Ich liebe Blumen, vor allem die von Blumen Görli in der Wiener Straße (7), klein und unglaublich freundlich! In unserem FvF Friends Space ums Eck steht das Kerman-Sofa mit dem irren Dschungel-Bezug (8), perfekt passend daneben: Werner Pantons Flowerpot-Lampe (9). Ständige Begleiter sind meine Bose In-ear Headphones (10), die funktionieren auch ohne Musik, wenn man einfach Ruhe braucht. Als Nächstes auf dem Wunschzettel: Kunst von Raul Walch (11) und eine Uhr von Dufa aus Thüringen oder von Nomos (12) – schön schlicht! A propos Wunsch, Frühling darf es bald werden! Am 1. März macht der vegane Eisladen Tribeca in der Rykestraße wieder auf (13). Dazu mein Lieblingsaccessoire: eine Sonnenbrille von Sunbuddies (14). So lässt es sich aushalten!

Frederik Frede, geboren 1976 in Neu-Ulm, ist Mitgründer des Online-Magazins „Freunde von Freunden“ und der Kreativagentur MoreSleep.