

PASSIONSHARE

Ausgabe 1

2025

Das Leben wird **LEBENSWERT**

WEIL WIR ES LEBENSWERT MACHEN.



Das Leben wird von jedem Menschen anders erlebt, und jeder hat seinen eigenen Blickwinkel auf die Welt. Diese Vielfalt an Perspektiven ist es, die mich so leidenschaftlich für die Fotografie begeistert. Denn hinter jedem Bild steckt eine Geschichte, ein Moment, der für jemanden einzigartig ist. Mit meiner Kamera habe ich die Möglichkeit, diese besonderen Augenblicke festzuhalten und sie mit anderen zu teilen. In den folgenden Seiten möchte ich dich mitnehmen auf eine Reise durch einige Geschichten,

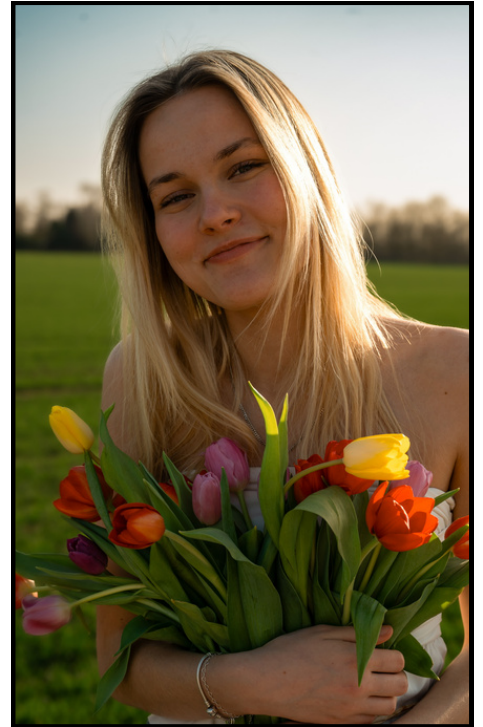
Momente und Ideen, die die Fotografie für mich so besonders machen. Oft steckt in den kleinsten Details mehr, als wir auf den ersten Blick erkennen. Ich lade dich ein, mit mir diese Momente zu entdecken und Ideen zu bekommen, wie auch du die Welt um dich herum auf neue Weise sehen kannst. Mein Name ist Lara, ich bin 29 Jahre alt und ein kreativer, emotionaler Mensch aus Kerken. Dieses Foto entstand bei einem ME-Time-Shooting und zeigt nicht mich, sondern eine liebe Kundin von mir.



Ich entscheide mich bewusst dafür, mich selbst zu lieben.

Selbstliebe bedeutet, sich selbst zu schätzen, für sich selbst zu sorgen und sich mit all seinen Stärken und Schwächen zu akzeptieren. Doch warum wird dieses wichtige Thema in der Schule kaum behandelt? Leider ist Selbstliebe kein Fach im Lehrplan – obwohl sie genauso wichtig ist wie Mathe oder Deutsch. Dabei hilft Selbstliebe nicht nur dabei, selbstbewusst durchs Leben zu gehen, sondern auch, mit Herausforderungen besser umzugehen und gesunde, erfüllende Beziehungen zu führen. Bei meinen ME-Time / Selflove-Shootings habe ich das Privileg, Menschen genau diese wertvolle Erfahrung machen zu lassen.

Hier geht es nicht nur um schöne Fotos, sondern darum, sich selbst von einer neuen Seite zu sehen, sich selbst zu feiern und zu erkennen, wie wertvoll man ist. Es ist immer wieder erstaunlich, wie kraftvoll es für jemanden sein kann, sich selbst in einer neuen, positiven Weise wahrzunehmen. Wann hast du das letzte Mal bewusst etwas für dich selbst getan, einfach weil du es dir wert bist? Fallen dir auf Anhieb drei Dinge ein, die du an dir besonders magst? Vielleicht eine Eigenschaft, ein Talent oder einfach etwas, das dich einzigartig und besonders macht?



Der Sinn des Lebens ist es, dem Leben einen Sinn zu geben



FOTO: PASSIONshare, Kleid geliehen von Gänsehautmoment. Das Kleid in rot könnt ihr bei mir direkt für ein Shooting leihen.

Sommerideen für dich – Spaß mit Freunden oder auch allein

Der Sommer ist die perfekte Zeit, um neue Dinge auszuprobieren und die warmen Tage zu genießen. Egal, ob du Zeit mit Freunden verbringen oder den Sommer auch mal alleine erleben möchtest – es gibt viele kreative Ideen, die dir bestimmt gefallen werden!

- Picknick am See: Packe eine Decke und leckeres Essen ein und genieße die Sonne. Jeder kann eine Kleinigkeit mitbringen und ihr spart viel Geld, wenn ihr euch selbst leckere Snacks zaubert, anstatt mal wieder ins Restaurant zu gehen.
- Drink and Paint draußen: Warum nicht mal kreativ werden und die Malerpalette in die Sonne bringen? Organisiere ein „Drink and Paint“-Event im Freien – schnapp dir ein

paar Freunde, etwas leckeren Wein oder erfrischende Getränke und malt zusammen an einem sonnigen Tag im Garten oder Park.

- Kreatives Fotoshooting: Alleine oder gemeinsam? Ob du alleine vor der Kamera stehst oder es mit einer Freundin oder deinem Partner teilst – es geht darum, Spaß zu haben und schöne Momente festzuhalten. Ihr könnt euch gegenseitig fotografieren, oder lass uns gemeinsam neue Ideen für dein ganz persönliches Shooting entwickeln! P.S. Wenn du nach Ideen suchst: Ich habe einige meiner kreativen Shootings bei Instagram geteilt. Vielleicht kannst du dir etwas abschauen, oder Ideen holen?



Zutaten:

- 2 Zitronen
- 1 Orange
- 1 Limette
- Ein paar frische Minzblätter
- 2-3 EL Honig oder Agavendicksaft (je nach Geschmack)
- 1 Liter Mineralwasser
- Eiswürfel

SOMMER-DRINK

Zubereitung:

1. Die Zitrone, Orange und Limette auspressen.
2. Den Saft in ein großes Glas oder eine Karaffe geben.
3. Minzblätter leicht zerdrücken, damit sie ihr Aroma freisetzen, und ebenfalls in die Karaffe geben.
4. Honig oder Agavendicksaft hinzufügen und alles gut vermengen.
5. Das Ganze mit Mineralwasser auffüllen und nach Geschmack mit Eiswürfeln servieren.
6. Nach Wunsch mit ein paar zusätzlichen Minzblättern oder Zitrusfrüchten garnieren.

Die Tage im Regenwald von Peru– ohne Internet, ohne Handy, nur Natur, Stille und echtes Abenteuer!

Wir haben gezeltet – und das war aufregender als gedacht. Nachts hört man überall Geräusche, die aus dem Dunkeln kommen. Wer weiß, welches Tier da gerade durchs Gebüsch schleicht? Im Reservat leben sogar Jaguare! Während unserer Reise haben wir Affen beobachtet, Papageien fliegen sehen, ein Faultier in den Bäumen entdeckt, große Spinnen, eine Schlange und Kaimane gesehen – Tiere, die aussehen wie kleine Krokodile. Wobei sie nicht so “klein” waren, wie ich dachte. Ein echtes Highlight war die nächtliche Bootstour auf dem Fluss. Es war stockdunkel, man sah kaum die eigene Hand – ein bisschen gruselig, aber auch total faszinierend. Man fühlt sich ganz klein in dieser riesigen Natur.

Eine Nacht haben wir bei Einheimischen geschlafen, die uns gezeigt haben, wie sie im Regenwald leben – fast ohne Technik, aber mit viel Wissen über Pflanzen, Tiere und das Leben mitten in der Wildnis. Eine Stunde am Tag gibt es dort Strom und geduscht wird nur mit kaltem Wasser.

Wenn du diese Zeitung gerade liest, bin ich gerade von meiner zweiten Reise in den Dschungel zurückgekehrt. Mich hat es so fasziniert, dass ich erneut dorthin wollte – diesmal für 5 Tage und ich verspreche dir: Es gibt noch so viel mehr zu erzählen. Frag mich ruhig – ich teile meine Erlebnisse gern mit dir!

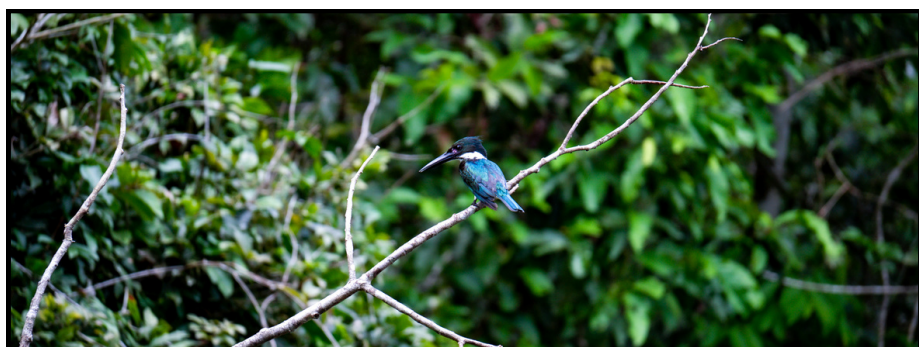


NATUR

Diese Reise hat mir gezeigt, dass wahre Erfüllung nicht aus ständiger Erreichbarkeit oder dem Checken von Social Media kommt. Es sind die einfachen, authentischen Erlebnisse – wie das Eintauchen in die Natur, das Verweilen im Moment und das Staunen über die Welt um uns herum – die das Leben wirklich lebenswert machen. Diese Erfahrung hat mir vor Augen geführt, wie sehr wir uns von der Hektik des Alltags ablenken lassen und wie wichtig es ist, bewusst eine Auszeit zu nehmen. Wie nimmst du dir deine Auszeiten? Was tut dir gut?



Seit meinem Besuch im Regenwald sehe ich Zoos noch kritischer. Auch vorher fand ich die Haltung von Tieren in Gefangenschaft problematisch, aber jetzt, nachdem ich gesehen habe, wie Tiere in ihrer natürlichen Umgebung leben, fällt es mir noch schwerer, Zoos zu akzeptieren. Die Freiheit und das ungestörte Leben der Tiere dort haben mich tief beeindruckt und meine Haltung noch weiter verändert.



Milchbad und Blumen – Ein magischer Moment der Stille in der Schwangerschaft und zwischendurch.

Vor kurzem durfte ich mit der wunderbaren Julia ein ganz besonderes Shooting in einem Milchbad machen – eine intime und ruhige Erfahrung, die die Schönheit ihrer Schwangerschaft perfekt eingefangen hat. Umgeben von zarten Blumen, die das Milchbad schmückten, war die Atmosphäre ruhig und entspannend. Es war ein Moment voller Vertrauen, in dem Julia sich vollkommen öffnen konnte, und das machte die Bilder umso kraftvoller. Es war wichtig, dass Julia sich in diesem Moment völlig wohlfühlt, was sie auch tat. Wir nahmen uns Zeit, keinen Druck, sondern einfach Raum für den ruhigen Moment und die natürliche Schönheit der Schwangerschaft.

Für mich ist es bei solchen Shootings besonders, dass Vertrauen vorhanden ist. Nur so entstehen authentische, gefühlvolle Bilder, die den Moment einfangen und nicht nur das äußere Erscheinungsbild, sondern auch das innere Strahlen widerspiegeln. Dieses Shooting war ein Geschenk – für Julia, aber auch für mich als Fotografin, die solche intimen Momente in Bildern festhalten darf. Es sind diese Erinnerungen, die für immer bleiben, ruhig und kraftvoll zugleich.



TIPPS FÜR FOTOS



1. Entspannt bleiben und den Moment genießen
2. Vertraue der Fotografin
3. Setze Prioritäten für die Fotos und teile deine Wünsche
4. Bleib in Bewegung
5. Spreche über deine Unsicherheit
6. Nimm dich selbst nicht zu ernst
7. Hab Spaß und genieße die Zeit. Fotos sollen Spaß machen und kein "ICH MUSS" Event sein.

Folge mir gerne bei Instagram, oder buche direkt dein Erlebnisschooting:



+49 173 955 219 6



www.passionsshare.eu

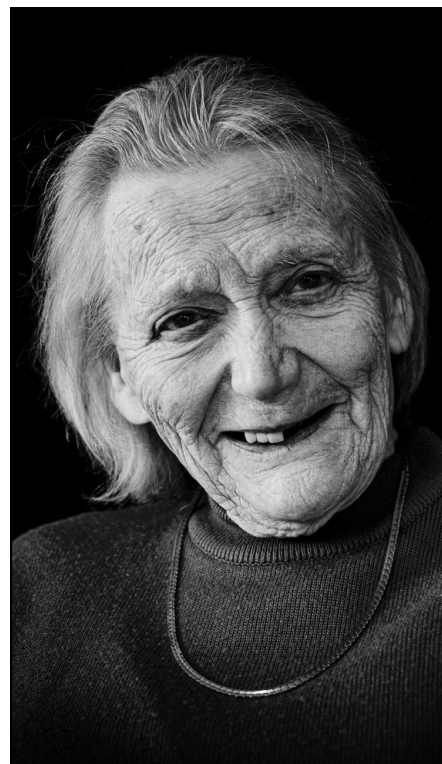
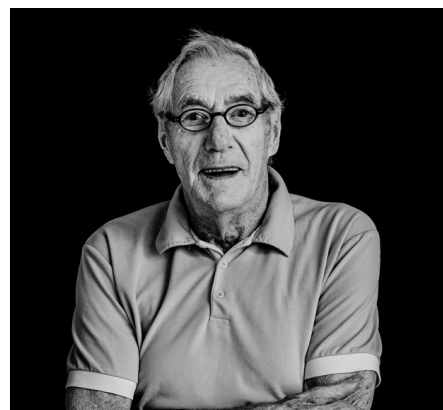
Folge mir:

@passionsshare

Manchmal braucht es nur ein Gespräch mit einem älteren Menschen, um zu spüren, wie viel Weisheit, Wärme und Leben in wenigen Worten stecken können – und wie wertvoll es ist, einfach zuzuhören.

Pflege ist mehr als ein Beruf und auch als eine Berufung – sie ist eine Profession und eine Aufgabe mit Sinn, Herz und Menschlichkeit. Neben meiner Arbeit im Recruiting bei einem sozialen Träger wollte ich dieses Jahr ganz bewusst etwas zurückgeben. Ich habe liebevolle Portraits von Seniorinnen und Senioren gemacht, um ihnen eine kleine Freude zu bereiten – und es war mehr als das. Dabei durfte ich viele Geschichten hören, ehrliche Lächeln einfangen und erfahren, wie viel Leben in jedem einzelnen Gesicht steckt. Diese Momente haben mir wieder gezeigt, warum ich so gerne für

einen sozialen Arbeitgeber arbeite: Weil es hier nicht nur um Zahlen oder Prozesse geht, sondern um Menschen. Pflege bedeutet Nähe, Vertrauen und Würde – und genau das wollte ich mit meinen Bildern zeigen. Denn jeder Mensch verdient es, gesehen und wertgeschätzt zu werden. Sie haben schon so viel gelebt – mit Höhen, Tiefen, Erfahrungen und Geschichten, die man in keinem Buch findet. Wenn wir uns die Zeit nehmen und wirklich zuhören, können wir unglaublich viel von ihnen lernen: über Mut, Geduld, Liebe, Verlust und das, was im Leben wirklich zählt.

**GESICHTER****VOLLER****ERINNERUNGEN**

MEHR ALS NUR EIN FOTO

Ich liebe es, Generations-Shootings zu fotografieren – sie sind so viel mehr als nur Bilder. Es sind festgehaltene Momente, die voller Verbindung, Liebe und Geschichte stecken. Wenn z.B. Oma, Mama und Tochter gemeinsam vor meiner Kamera stehen, entsteht etwas ganz Besonderes, das mit keinem anderen Erlebnis zu vergleichen ist. Diese Erinnerungen kann einem niemand mehr nehmen. Sie bleiben – nicht nur auf Fotos, sondern vor allem im Herzen.

Es ist ein echtes Geschenk für heute und für morgen, das über Generationen hinweg weitergegeben wird. Bei meinen Shootings geht es nicht um steife Posen, sondern um echte, authentische Momente. Wir bewegen uns, lachen, reden, gehen ein Stück zusammen – und im Mittelpunkt steht immer das gemeinsame Erlebnis, das uns miteinander verbindet. Es soll Spaß machen, sich leicht anfühlen und zu einem wunderschönen Erinnerungstag für alle werden, der noch lange in den Herzen nachklingt.



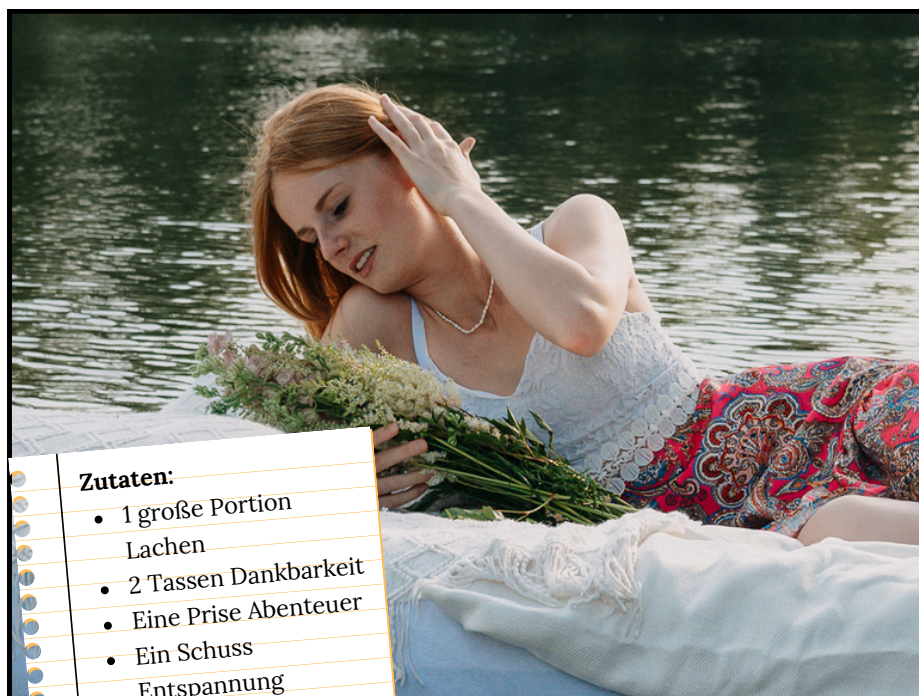
Lasse dir nicht von anderen erzählen, wer du bist.

In einem kleinen Dorf namens Aldekerk lebte ein Mädchen namens Lara, das eine große Leidenschaft für das Singen hatte. Eines Tages, während sie auf dem Weg zur Chorfreizeit war, saßen zwei ältere Mädchen vor ihr und drehten sich plötzlich um. Sie schauten Lara an und sagten: „Wow, deine Augen sind riesig, glubschig und sehen aus wie Gollum!“ Diese Worte verletzten Lara tief und ließen sie an sich selbst zweifeln. Sie begann zu glauben, dass ihre Augen viel zu groß und unnormal waren. Obwohl viele Erwachsene ihr Komplimente für ihre strahlenden Augen machten,

konnte sie die positiven Worte nicht annehmen; die negativen Kommentare der Mädchen hatten sich in ihrem Kopf festgesetzt. Jahre vergingen, und Lara kämpfte oft mit ihrem Selbstbild. Sie versuchte, ihre Augen zu verstecken und fühlte sich unwohl. Doch trotz ihrer Unsicherheiten blieb die Liebe zur Musik in ihr lebendig. Eines Tages, als Lara älter wurde, begann sie, über die Menschen nachzudenken, die über andere urteilten. Sie erkannte, dass viele von ihnen, die andere schlecht behandelten oder verletzende Kommentare abgaben, oft mit ihren eigenen inneren Kämpfen zu kämpfen

hatten. Diese Einsicht half Lara, die negativen Worte der beiden Mädchen in einem anderen Licht zu sehen. Sie verstand, dass Menschen, die so über andere sprechen, oft selbst mit Unsicherheiten oder Problemen konfrontiert sind. Sie begann, Mitgefühl für diese Menschen zu empfinden, anstatt sich von ihren Worten weiter verletzen zu lassen.

Mit dieser neuen Erkenntnis wuchs ihr Selbstvertrauen. Lara entschloss sich, ihre großen Augen zu lieben und ihre Einzigartigkeit zu feiern.



Zutaten:

- 1 große Portion Lachen
- 2 Tassen Dankbarkeit
- Eine Prise Abenteuer
- Ein Schuss Entspannung
- Ein Haufen Freunde und Familie
- Eine gute Portion Selbstliebe

GEMEINSAM KREATIV

Stell dir vor, du lässt den Alltagsstress hinter dir und gleitest entspannt auf einer Luftmatratze über den See. Ohne Hektik, ohne Ablenkung – nur du, das Wasser und ein gutes Buch, in das du eintauchst. Die warme Sonne küsst deine Haut, während du dich treiben lässt. Ok, ein wenig aufregend kann es schon sein – man möchte nicht unbedingt hineinfallen und das macht dieses Erlebnis zu einem kleinen Abenteuer. Solche Shootings biete ich auch an – melde dich einfach für weitere Informationen, oder Ideen!





Alle Fotos sind urheberrechtlich geschützt durch:

PASSIONshare

Lara Cesa

01739552196 | 47647 Kerken

Hast du Lust auf
ein Shooting mit
mir?



NEWS

PASSIONSHARE

PASSIONSHARE = LEIDENSCHAFT TEILEN

2025



Hast du Lust auf ein
Shooting mit mir?



Alle Fotos sind von:

PASSIONshare

Lara Cesa

01739552196 | 47647 Kerken