stern

NR. 16 12. 4. 2018 € 4,70

Hintergründe zur tödlichen Attacke von Münster **Amokfahrt**

TIM LOBINGER

Der Leichtathletik-Star über seinen Kampf gegen den Krebs

Göttinnen der Bühne

Begegnungen mit vier faszinierenden Schauspielerinnen

AfD intern

Im Chatroom der Rechten

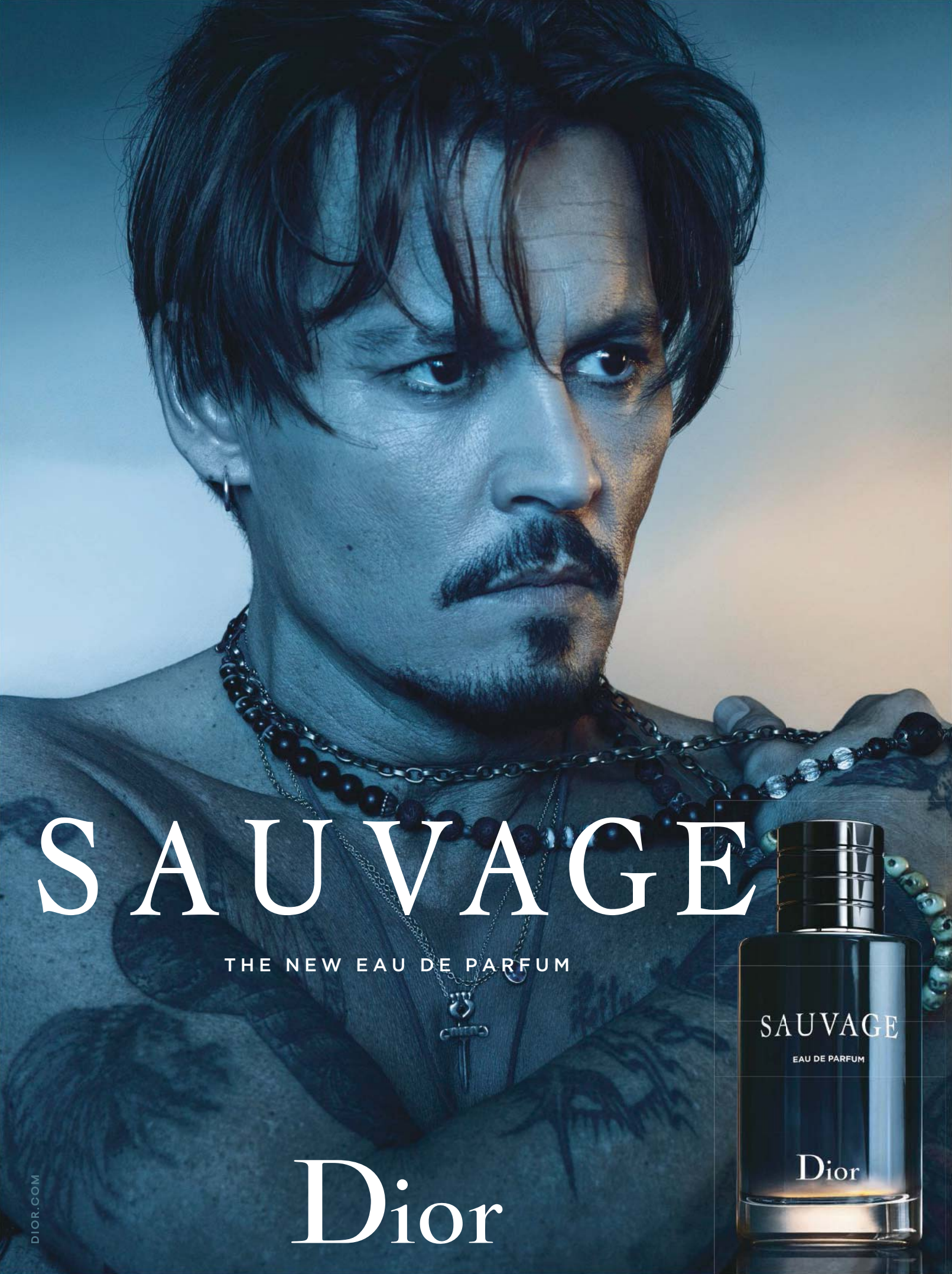
Große *stern*-Serie, Teil 1

UNSER TÄGLICH MÜLL

Kaum etwas erzählt mehr über den Menschen als das, was er übrig lässt. Das Milliardengeschäft mit dem Abfall

Österreich: € 5,20 / Schweiz SFR: 7,50 / Frankreich, Italien, Spanien, Slowenien, Portugal (cont.): € 6,20 / Kanaren: € 6,50 / Griechenland: € 6,80 / Benelux: € 5,50 / Finnland: € 6,80 / Norwegen: NOK 75,– / Dänemark: DKK 55,– / Ungarn: HUF 2045,–

4 190804 104700 16


SAUVAGE
THE NEW EAU DE PARFUM
SAUVAGE
EAU DE PARFUM
Dior
Dior
DIOR.COM

LIEBE LESERINNEN UND LESER

Christian Krug, Chefredakteur

„Müll ist der Fußabdruck unserer Existenz. Kaum etwas erzählt mehr über den Menschen als das, was er übrig lässt“
Siehe Seite 28

Was sagt der Abfall der Gesellschaft über die Gesellschaft aus, die ihn produziert? Gibt es guten und bösen Müll? Wer verunreinigt die Meere? Wird Altpapier am Ende doch verbrannt? Und: Ist die ganze Mülltrennerei nur ein riesiges Gutmenschen-Beruhigungsprogramm? Fast 500 Kilogramm wirft jeder Deutsche laut Statistik jährlich in diverse Tonnen. Nur die allerwenigsten wissen, was damit passiert, wenn der Müllwagen außer Sichtweite ist. **Der tägliche Müll ist ein Mysterium.** Als meine Kollegen und ich das Thema vor ein paar Monaten erstmals diskutierten, hatten auch wir erhebliche Wissenslücken. Aber viele, die wir fragten, hatten eine schlaue Meinung zum Müll. Von „Das wird am Ende doch alles wieder zusammengeworfen“ bis „Das verklappen wir inzwischen alles nach China“ war jede Halbwahrheit dabei und offensichtlich bloß aufgeschnappt.

Um die Wege des Abfalls zu ergründen, bildeten wir schließlich ein Team aus mehr als 20 Reportern und Fotografen. In Deutschland gingen wir ganz einfach vor: Wir verfolgten den Inhalt der Tonnen für Papier und Pappe, Bioabfall, Restmüll, Glas und Verpackungen. Wo gehen die Stoffe hin, und was passiert mit ihnen? Die Erkenntnisse lesen Sie in diesem Heft. In der kommenden Ausgabe beschreiben unsere Reporter in Südamerika, China und Afrika das Geschäft mit dem Müll in diesen Regionen und dessen Folgen für den Planeten. Für den dritten Teil haben wir Menschen aufgesucht, die man getrost Aktivisten nennen kann. Zum Beispiel eine deutsche Meeresbiologin, die in Indonesien gegen die Vermüllung des Ozeans durch Plastik kämpft. Den Beginn unserer dreiteiligen Serie finden Sie auf Seite 28.

Mein Kollege Wigbert Löer berichtete vergangene Woche im *stern* mit dem Recherchezentrum Correctiv über einen **Fall sexueller Belästigung durch einen erfahrenen ARD-Korrespondenten.** Löer und seine Correctiv-Kollegin Marta Orosz interessierte auch die Frage, wie sein Arbeitgeber – der WDR – mit eindeutigen Vorwürfen von jungen Frauen umgeht.

Der Artikel löste heftige Reaktionen aus. Es meldeten sich weitere Frauen, die ähnliche Erfahrungen mit dem Fernsehjournalisten machen mussten. Die Chefin des WDR-Personalrats richtete schwere Vorwürfe an die Spitze des Senders. Schließlich sah sich der WDR gezwungen, den Korrespondenten freizustellen – und sich vor allem weiter mit Machtmissbrauch und sexueller Belästigung zu befassen. Auch der *stern* und Correctiv werden weiter recherchieren.

Herzlichst Ihr

Das pralle Leben: Wir feiern 70 Jahre *stern*

16 Seiten dünn war die erste Ausgabe von Henri Nannens neuem Magazin, es wurde daraus die größte Illustrierte Europas und eines der Leitmedien unserer Republik. In einem 184 Seiten starken Extraheft haben wir zusammengetragen, was den *stern* bis heute prägt: großartige Fotografie, engagierter Journalismus und schillernde Opulenz. Das Heft ist ab Samstag für 4,70 Euro im Handel erhältlich.

INHALT

NR. 16 VOM 12. APRIL 2018

Titel

Müll
Einfach Abfall oder Bio-Ressource? Der *stern* erforscht die gigantische Welt von Entsorgung und Recycling. Auftakt einer dreiteiligen Serie **28**

Was wird aus all den Dingen, die wir wegwerfen? **32**

„Ziel sollte eine Welt ohne Abfall sein" – der Chef einer Entsorgungsfirma über künftige Herausforderungen **42**

Bilder der Woche

USA
Aufgegriffen an der Grenze **12**

Ungarn
Vier Wählerinnen, ein Geheimnis **14**

Australien
Federn für Prince Charles **16**

Kolumne

Zwischenruf
Hans-Ulrich Jörges: Die Verblendeten **18**

Kosmos

Deutschland und die Welt
Drei Fragen zur Mediensucht von Kindern • Zurück im Kino: „Saturday Night Fever" mit John Travolta **20**

Politik/Wirtschaft

AfD
Entlarvende Posts – der *stern* folgte einer Whatsapp-Gruppe der rechten Partei **44**

Spotify
Gründer Daniel Ek wurde mit dem Börsengang des Streamingdiensts zum Multimilliardär. Begegnung mit einem selbst ernannten Weltverbesserer **78**

Münster
Nach der Amokfahrt – Spurensuche in einer zutiefst verunsicherten Stadt **100**

Syrien
Der Giftgasangriff in Duma und Assads Politik: alles oder nichts **104**

Journalismus
Die Terror-Reporterin Souad Mekhennet erhält den Henri Nannen Sonderpreis **106**

Gesellschaft

Vergewaltigung
Eine Psychologin wird zur Kämpferin für Missbrauchsopfer – doch ihr eigenes Trauma treibt sie in den Tod **54**

ANSCHLAG IN MÜNSTER

Wie die Bluttat eines psychisch Gestörten die friedliche Stadt erschüttert **Seite 100**

JUNG UND STURMERPROBT

Die größte Segelregatta der Welt findet alljährlich auf dem Gardasee statt. In den Booten: Kinder zwischen 9 und 15 **Seite 108**

TIM LOBINGER

Der frühere Stabhochsprung-Star spricht über sein Krebsleiden, den Schmerz und die Hoffnung
Seite 48

KICKER MIT STIL

Sechs junge Fußballer zeigen die Modetrends des Sommers: gewagt, bunt – und extrem cool **Seite 83**

Digitale Ausgabe
Der *stern* erscheint auch für iPads und Android-Tablets sowie für Smartphones und Amazon Kindle. Download mittwochs ab 18 Uhr. Sie zahlen im Einzelverkauf pro Ausgabe 3,99 Euro, siehe www.stern.de/emagazine

Auf dem Titel angekündigte Themen sind mit einem ✶ gekennzeichnet

TITEL: REINHARD HUNGER/STERN; KLEINES FOTO: ACTION PRESS; INHALT: LARS BERG/STERN; SVEN JURGENSEN/STERN; ALEX WROBLEWSKI; FRANK BAUER/STERN; CHRISTIAN BORTH/STERN; MARKUS BURKE/STERN

IM GRIFF DER GEWALT

Hunderte Gangs morden auf Chicagos Straßen. Opfer und Täter sind zumeist sehr jung. Und überwiegend schwarz **Seite 68**

WAS FÜR EIN THEATER!

Vom Publikum verehrt, von der Kritik gefeiert: Vier Schauspielerinnen dominieren die deutschsprachigen Bühnen. Eine von ihnen: Bibiana Beglau **Seite 60**

Bühnenstars
Eine Reise zu vier stilprägenden Ausnahme-Schauspielerinnen – von Hamburg bis Wien **60**

Sport
Segeln, spielen, Härte zeigen – mit deutschen Nachwuchstalenten auf der berühmtesten Kinderregatta der Welt **108**

Kolumne
Meike Winnemuth: Lob des Selbstlobs **111**

Das *stern*-Gespräch
Tim Lobinger
Der an Leukämie erkrankte Sportler über Chemotherapien, Hiobsbotschaften und Kuscheln auf Distanz **48**

Fotografie
USA
Vom Vorzeigeviertel zum gefährlichsten Stadtteil Amerikas: eine Reportage aus der South Side von Chicago **68**

Wissen/Technik
Mobilität
Die Erfolgsstory des skurrilen Selfmade-Millionärs und Porsche-Sammlers Magnus Walker **112**

Diagnose
Riskantes Urlaubs-Mitbringsel: Eine Frau kann nicht mehr laufen und halluziniert **116**

Extra Männermode
Outfit
Sneaker im Büro, Fanschals aus Kaschmir – sportliche Trends, präsentiert von sechs Jung-Profis **83**
Sieben Produkte zum Durchstarten **95**

Freizeitkleidung
Auf Erfolgskurs: das Modelabel Uniqlo **96**

Kultur-Magazin
Buch
Einst Agent, jetzt Autor: Nicholas Searle und sein packender IRA-Krimi „Verrat“ **118**

Musik
Frisch und inspirierend – drei neue Alben mit Barockwerken **120**

Film
Voltenreicher Thriller: „Nachdem ich ihm begegnet bin“ mit Emily Watson **121**

***stern* Bestseller** **122**

Genuss
Falafeln, würzige Bällchen für die Grillsaison **124**

Was macht eigentlich?
Carlos Arredondo, Held wider Willen beim Anschlag auf den Boston-Marathon **130**

Rubriken
Echo Die Seite der Leser **6**
Betrifft: *stern* **8**
Til Mette **26**
Ein Quantum Trost **128**
Tetsche **129**
Impressum **98**

ECHO

„Motion und Emotion“ ist seit vielen Jahren das Motto meiner Praxis. Bewegung und positive Gefühle: besseres Leben.

Dr. med. Johann Wolfgang Krüll, Wegberg

REDE UND ANTWORT

Liebe stern-Redaktion,
ich bin Mitglied des TV Häslach, in dessen Sportheim sich die Pizzeria des nun verhafteten Francesco B. befindet. Seine Lebensgefährtin führt den Betrieb weiter. Kann ich da noch guten Gewissens hingehen? Wie genau das Geld dort gewaschen wurde, habe ich nicht verstanden. **Elisabeth Börker, Walddorfhäslach**

***stern* Nr. 14/2018, „Auf Dienstreise mit der Mafia“ – Reportage über die ’Ndrangheta in Deutschland**

Sehr geehrte Frau Börker,
die erste Frage können nur Sie für sich selbst beantworten. Der Inhaber der Pizzeria saß viele Wochen in Stammheim in U-Haft und wurde vor wenigen Tagen an Italien ausgeliefert. Im Gespräch mit dem *stern* beteuerte seine Lebensgefährtin, sie habe mit mafiösen Geschäften nichts zu tun. Die Geldwäsche könnte so gelaufen sein: Drogendeals werden in bar abgewickelt. Einen Teil des Gelds könnte der Inhaber im Auftrag des kriminellen Clans aus Kalabrien in die Pizzeria investiert haben. Macht das Lokal Gewinne, könnte er das Geld gegen fingierte oder überhöhte Rechnungen für von der Mafia gelieferten Wein oder Käse zurückzahlen. Uns jedenfalls sind die vielen Rotweinflaschen eines der Mafia nahen Winzers im Lokal aufgefallen.
Mit freundlichen Grüßen
Norbert Höfler, stern-Autor Politik und Wirtschaft

ES STAND IM STERN

***stern* Nr. 17/2017, „Fauler Zauber“ – Gesetzeslücken und weitgehende Therapiefreiheit gefährden Patienten von Heilpraktikern**

Vor einem Jahr berichtete der *stern* über den Heilpraktiker Wolfgang S., der eine Brustkrebspatientin im Frühstadium über vier Jahre hinweg alternativmedizinisch behandelte. Der Tumor wuchs, doch S. schickte sie nicht zum Arzt. Im Jahr 2013 starb sie. Der gerichtlich bestellte Gutachter urteilte, dass ihre Heilungschancen unter schulmedizinischer Behandlung 95 bis 100 Prozent betragen hätten. Jetzt wurde S. vom Amtsgericht Kelheim wegen fahrlässiger Tötung zu zwei Jahren und drei Monaten Haft verurteilt.

Ihre Meinung interessiert uns!

In sozialen Medien:
facebook.com/stern

Per Post:
stern-
Leserbriefredaktion
Brieffach 18
20444 Hamburg

Per E-Mail:
briefe@stern.de

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen und auch elektronisch zu veröffentlichen. Bitte geben Sie Namen und Anschrift an.

Beispiel für Einsteiger

***stern* Nr. 15/2018, „Mehr Sport wagen“ – mit passendem Training und guter Ernährung wieder loslegen**

Zum Glück ist der *stern* in anderen Bereichen so gut, dass ich im Frühjahr erscheinende Artikel wie diesen verschmerze und Ihnen trotzdem treu bleibe. Die Redakteurin beobachtete also, dass viele davon träumen, „endlich wieder fit, stark und schlank zu sein“ – wow, diese Erkenntnis ist gefühlt 100 Jahre alt. Von den vorgestellten Sportlern entspricht aber meiner Meinung nach nur eine Frau dem Beispiel, das ein Einsteiger vor Augen haben sollte. Und warum zeigen Sie auf dem Titel nicht „ganz normale“ Männer und Frauen, mit denen sich der Leser auch identifizieren kann?
Heinz Dankers, Hamburg

Ewig jung

***stern* Nr. 15/2018, „Oh leck, die Saarländer kommen“ – Zwischenruf von Hans-Ulrich Jörges**

Da muss ich Herrn Jörges widersprechen. Im Saarland sind Frauen keine Sachen! Zwar bin ich keine Linguistin, aber ich habe es immer so verstanden, dass im Saarland alle Frauen Mädchen bleiben – so auch „das“ Annegret – und damit ewig jung.
Gaby Steininger, Heusweiler

Schweres Miteinander

***stern* Nr. 15/2018, „Sie nennen es Frieden“ – kurz vor dem Brexit tun sich die alten Gräben wieder auf. Reportage aus Nordirland**

Auch ich beobachte die Entwicklungen in Nordirland mit großer Sorge und Mitgefühl für die Betroffenen. Ich bin seit 2011 Reiseleiterin in Irland und habe vielen Menschen auf beiden Seiten zugehört. Wofür ich besonders dankbar bin, ist, dass Sie den Konflikt in der Tiefe betrachtet und nicht, wie so oft in deutschen Medien, als einen Konflikt der Religionen dargestellt haben, denn so wie ich es erlebe, ist er das nur in sehr kleinem Maße. Es sind die Identitäten und das Zugehörigkeitsgefühl, die den dort lebenden Menschen ein Miteinander so schwer machen.
Anna Frieberg, Greifswald

o2.de

Danke, Kollegen. Für die ausgezeichnete Service-Hotline 2018.*

Wir freuen uns mit unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern über den 2. Platz.

EINE Telefónica MARKE

O2

BETRIFFT: STERN

Ein Teil des Recherche- und Produktionsteams: Stephanie Harke, Kamila Ramezani (1. Reihe, v. l.); Cathrin Wißmann, Jan Boris Wintzenburg (2. R.); Patrick Rösing, Bettina Müller, Denise Wachter, Ilona Kriesl, Stefan Schmitz (3. R.); Daniel Bakir, Katharina Grimm, Christoph Fröhlich, Christian Krug, Jonas Wresch (4. R.); Michel Lengenfelder, Sylvia Margret Steinitz, Malte Herwig, Dagmar Gassen, (5. R.); Heico Forster, Andreas Trampe, Frances Uckermann (6. R.)

Einsatz mit Warnwesten

Wer der Frage nachgeht, wie es unsere Gesellschaft mit dem Müll hält, lernt vieles, das mit dem eigenen Alltag zu tun hat. So ging es auch den rund zwei Dutzend Kollegen der Print- und Online-Redaktion des *stern,* die zwei Monate lang recherchierten, was mit all den Dingen geschieht, die wir wegwerfen. Die Reporter fuhren in Sortieranlagen und Aufbereitungsbetriebe, zu Verbrennungsöfen und zu Müllvermeidern. Oft waren dabei Warnwesten Pflicht, denn wo Deutschlands Müllberge bewegt werden, sind gewaltige Maschinen am Werk. Die Ergebnisse der Teamarbeit finden Sie in einer *stern*-Serie (ab Seite 28) und in einem Schwerpunkt bei stern.de.

1 Mode war gestern: Dirk van Versendaal (l.) und Jonas Wresch vor Altkleidern **2 Ab in den Container:** Malte Herwig (r.) auf einem Hamburger Wertstoffhof **3 Rohstoff für neue Zeitschriften:** *stern*-Chefredakteur Christian Krug (l.) und Christoph Fröhlich vor Papierpacken **4 Aus Alt mach Neu:** Ilona Kriesl in einer Glashütte

5 Rohstoff: Jan Boris Wintzenburg (l.) und Philipp Spalek mit Plastikflasche **6 Schluss mit Einweg:** Susanne Baller (l.) mit Müllvermeider **7 Biogas-Fabrik:** Katharina Frick (r.) im Kompostwerk **8 „Thermische Verwertung“:** Katharina Grimm (r.) an der Müllverbrennung

FOTOS: LISA MEINEN; JONAS WRESCH/STERN (3); LARS BERG/STERN (2); PHILIPP SPALEK/STERN

Großer Online-Schwerpunkt zum Thema Abfall unter: www.stern.de/muell

Miele

Startet, wenn Sie starten.
Der neue Saugroboter Scout RX2.

Genießen Sie Ihre Freiheit. Der neue Saugroboter Miele Scout RX2 mit Quattro Cleaning Power und MobileControl kümmert sich um Ihr Zuhause, wenn Sie unterwegs sind. Egal, wo Sie sind – Ihre Böden werden zuverlässig gereinigt.
Für das, was wir besonders lieben.

Miele. Immer Besser.

Entdecken Sie die Welt der Miele Hausgeräte bei Ihrem Fachhändler oder im Miele Online-Shop unter miele.de.

stern empfehlen und eine Prämie als exklusives Dankeschön wählen.

Werben Sie einen neuen *stern*-Leser und sichern Sie sich Ihre Prämie.

Prämie zur Wahl.

1. 2.

1. + 2. SAMSUNG „Galaxy J3 (2017) DUOS“

Hochwertiges Smartphone für den gleichzeitigen Einsatz von zwei SIM-Karten. Ein gut lesbares 12,67 cm/5" HD-Display sowie die 13 Megapixel Haupt- und 5 Megapixel-Frontkamera lassen keine Wünsche offen. Edles Design mit einer Kombination aus Metall und Glas. Wahlweise in Blau (1.) oder Schwarz (2.).

Zuzahlung nur 29,– €.

3. MANNESMANN Werkzeugkoffer, 108-teilig

Die perfekte Ausrüstung für jeden Heimwerker. 3 große Fächer mit Handwerkzeugen im stabilen, abschließbaren Koffer mit Aluminiumrahmen. 10 Jahre Herstellergarantie.

Ohne Zuzahlung.

4. ODYS „Prime WIN 10“

Genießen Sie die Vorzüge eines Tablets und gleichzeitig die Flexibilität eines Home PCs. Ausstattung: Windows 10 Home, 10,1" IPS LED-Display, 2 GB RAM und 32 GB interner Speicher, 2 MP Front- und Rückkamera. Maße inkl. Tastatur: ca. 24,7 x 1,8 x 17,4 cm.

Zuzahlung nur 19,– €.

5. JET-Tank- und Warengutschein, Wert: 100,– €

Bequem shoppen und tanken. Das Guthaben ist aufteilbar und deutschlandweit an allen JET-Stationen gültig. Karte im handlichen Scheckkartenformat.

Ohne Zuzahlung.

stern
Das Reporter-Magazin

stern im Abo lesen:

Ihre Vorteile als Werber.

- Sie werden mit einer exklusiven Prämie Ihrer Wahl belohnt.
- Auch wenn Sie kein Abonnent sind, können Sie werben.

Vorteile für den neuen Leser.

- Sie erhalten 52 x den *stern* inklusive TV-Magazin.
- Jede Ausgabe kommt zu Ihnen bequem frei Haus.

***Ja,* ich will meine Wunschprämie für einen neuen *stern*-Leser!**

Ja, ich möchte den *stern* inklusive TV-Magazin lesen.

Senden Sie mir den *stern* ab der nächsterreichbaren Ausgabe zum Preis von zzt. nur 4,70 € pro Ausgabe (inkl. MwSt. und Versand). Das *stern*-Abonnement umfasst zzt. 52 Ausgaben zum Preis von 244,40 € (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zzt. jeweils 4,70 € inkl. MwSt. und Versand). Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Das Angebot gilt für 52 Ausgaben und verlängert sich automatisch um weitere 52 Ausgaben, wenn ich nicht vor Erhalt der 46. Ausgabe beim *stern*-Kundenservice z.B. per Post oder E-Mail kündige. Dieses Angebot gilt nur in Deutschland und nur, solange der Vorrat reicht. Auslandsangebote auf Anfrage.

Meine persönlichen Angaben: (bitte unbedingt ausfüllen)

☐ **Herr** ☐ **Frau** Name, Vorname

Straße/Nr. Geb.-Datum

PLZ Wohnort

Telefon E-Mail-Adresse

☐ Ja, ich bin damit einverstanden, dass *stern* und Gruner + Jahr mich künftig per E-Mail oder Telefon über interessante Medien- und Produktangebote ihrer Marken informieren. Der Nutzung meiner Daten kann ich jederzeit widersprechen.

Ich zahle bequem per Bankeinzug: (zzt. 244,40 € für 52 Ausgaben)

BIC IBAN

Geldinstitut ☐ **Ich zahle per Rechnung.**

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Am Sandtorkai 74, 20457 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE77ZZZ00000004985, wiederkehrende Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt. **Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Widerrufsrecht: Sie können die Bestellung binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen formlos widerrufen. Die Frist beginnt an dem Tag, an dem Sie die erste bestellte Ausgabe erhalten, nicht jedoch vor Erhalt einer Widerrufsbelehrung gemäß den Anforderungen von Art. 246a § 1 Abs. 2 Nr. 1 EGBGB. Zur Wahrung der Frist genügt bereits das rechtzeitige Absenden Ihres eindeutig erklärten Entschlusses, die Bestellung zu widerrufen. Sie können hierzu das Widerrufs-Muster aus Anlage 2 zu Art. 246a EGBGB nutzen. Der Widerruf ist zu richten an: *stern*-Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 040/55 55 78 00, E-Mail: kundenservice@dpv.de

Datum ✗ Unterschrift

Ich habe den *stern* empfohlen und erhalte die Prämie.

Ich muss nicht Abonnent sein, um zu werben. Abonnent und Prämienempfänger dürfen nicht identisch sein. Der Versand der Prämie erfolgt nach Zahlung, die Lieferzeit beträgt dann ca. 4 Wochen. Prämien mit Zuzahlung werden per Nachnahme geliefert.

Meine persönlichen Angaben: (bitte unbedingt ausfüllen)

☐ **Herr** ☐ **Frau** Name, Vorname des Werbers

Straße/Nr. Geb.-Datum

PLZ Wohnort

Telefon E-Mail-Adresse

Als Prämie wähle ich: (bitte nur 1 Kreuz setzen) **Bestell-Nr.: 171 3045**

- ☐ **1. SAMSUNG „Galaxy J3 (2017) DUOS", blau** Zuzahlung nur 29,– €
- ☐ **2. SAMSUNG „Galaxy J3 (2017) DUOS", schwarz** Zuzahlung nur 29,– €
- ☐ **3. MANNESMANN Werkzeugkoffer, 108-teilig** Ohne Zuzahlung
- ☐ **4. ODYS „Prime WIN 10"** Zuzahlung nur 19,– €
- ☐ **5. JET-Tank- und Warengutschein, Wert: 100,– €** Ohne Zuzahlung

So einfach erreichen Sie uns: (bitte immer die Bestell-Nr. angeben)

www.stern.de/praemie

Per Post einsenden an:
***stern*-Kundenservice, 20080 Hamburg**

Oder anrufen unter:
040/55 55 78 00

Oder Coupon ausfüllen, mit Smartphone fotografieren und per E-Mail an:
kundenservice@dpv.de

Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr GmbH & Co KG. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

BILDER DER WOCHE

USA

GRENZAUFFÜHRUNG

Früher war hier John Wayne unterwegs, der in „Rio Grande“ Apachen jagte, die nach Mexiko flohen. Heute ist im Rio Grande Valley, dem Tal des großen Flusses, von alter Westernromantik nichts mehr zu spüren: Die Gegend im Süden von Texas ist Schauplatz aktueller Politik-Aufführungen. Flüchtlinge kommen ins Land, wie diese, die von US-Grenzschützern aufgegriffen werden. Doch die Beamten reichen Donald Trump nicht mehr, um zu unterstreichen, für wie notwendig er die Mauer hält, die er an der Grenze zu Mexiko bauen will: Der Präsident schickt jetzt die Nationalgarde. Dabei gehen die Zahlen illegaler Einwanderer seit Jahren zurück.

FOTO: LOREN ELLIOTT/REUTERS

FOTO: PETER KOHALMI/AFP

UNGARN

WAHLGEHEIMNIS

Natürlich ist die Stimmabgabe zur Parlamentswahl auch in Ungarn geheim. In einer Schule in Veresegyház, etwa 25 Kilometer nordöstlich von Budapest, lüftet eine Wählerin dennoch ein kleines Geheimnis. Unter ihrer traditionellen ungarischen Tracht trägt sie die Farbe der Unschuld. Ob auch sie die Partei des amtierenden Ministerpräsidenten wählte? Das Ergebnis der Abstimmung geriet für Viktor Orbán zum Triumph. Das von ihm geführte Parteienbündnis erreichte wieder eine Zweidrittelmehrheit im Parlament. Für Orbán eine Bestätigung seines harten Kurses gegen Immigranten.

AUSTRALIEN

KUSCHELDIPLOMATIE

Nun, Wertester, mein Jüngster wird bald eine Amerikanerin heiraten. Sie ist eine Bürgerliche, und auch sonst befürchte ich das Schlimmste. Recht herzlichen Dank für den schönen weißen Federschmuck auf meinem Kopf und den verzierten Kuschelpuschelkorb, den ich jetzt tragen darf. Das erleichtert zwar nicht mein Herz, aber lenkt mich schön ab! Okay, diese Sätze dürfte sich Prince Charles verkniffen haben, als er im Northern Territory von Ureinwohnern begrüßt wurde. Anschließend verfolgte der Thronfolger eine Heilzeremonie, dargeboten auf dem Didgeridoo. Reaktion Charles: „Ich fühle mich schon besser!“

FOTO: PHIL NOBLE/REUTERS

JÖRGES

Hans-Ulrich Jörges
Der *stern*-Kolumnist schreibt jede Woche an dieser Stelle

ZWISCHENRUF AUS BERLIN

DIE VERBLENDETEN

Die Welt erlebt den größten Datenskandal des Internet-Zeitalters – doch kein Politiker von Rang in Deutschland verlässt Facebook

Keiner hat Haltung bewiesen. Keiner hat den Kopf gehoben im bislang größten Datenskandal des Internet-Zeitalters. Kein Politiker von Belang hat das Kreuz durchgedrückt und gesagt: Es reicht. Raus aus Facebook. Folgt mir nach! Wie es Brian Acton vorgemacht hat, der Gründer von Whatsapp, der sein Internet-Baby an Facebook verkauft hatte. „It is time", verkündete er knapp und schloss sich der Bewegung #deletefacebook an – löscht Facebook. So wie es auch Elon Musk tat mit seinen Firmen Tesla und SpaceX. Und Werbekunden wie die Commerzbank und Sonos.

Die deutsche Politik hingegen hat sich Facebook ergeben. Von Merkel bis Nahles, von Weidel bis Wagenknecht. Alle nähren den Trugschluss, der moderne Mensch, der Politiker ganz besonders, habe dem Netzwerk einfach anzugehören. Schon allein der Bekanntheit wegen. Welche Verblendung! Gerade hat eine Forsa-Erhebung ergeben, dass 62 Prozent der netzaffinen 18- bis 29-Jährigen keinen einzigen Minister des Kabinetts Merkel nennen können.

Aber austreten? Bloß nicht mit „dem Netz" anlegen, lautet die verbreitete Ansicht, bloß keinen Shitstorm riskieren, denn das Netz steht für jüngere Wähler. Da wirkt die verheerende Erfahrung nach, die Ursula von der Leyen Anfang des Jahrzehnts mit ihrer Initiative für Internetsperren gegen Kinderpornografie gemacht hatte. Als „Zensursula" wurde sie geschmäht. Facebook aber zeigt, dass „das Netz" längst selbst Opfer des Netzes ist.

Durch ihre Facebook-Accounts werden Politiker zu Verführern. Zu Lockvögeln des Netzdiktators Mark Zuckerberg, dessen eigenartige Verstellung als ewig jugendlicher Garagenbastler im graugrünen T-Shirt romanhafte Dimensionen angenommen hat. Es geht ja nicht nur um monströsen Datenmissbrauch. Oder um mangelhafte Korrekturen – immer zu spät, zu wenig und zu unaufrichtig. Es wird auch erkennbar, wie Facebook die Demokratie unterspült und Rechtspopulisten dient. Ausschließlich denen. Die Daten von 87 Millionen Nutzern wurden von der dubiosen Beratungsfirma Cambridge Analytica abgesaugt, um sie im Wahlkampf für Donald Trump zu nutzen. Der britische „Observer" berichtete zudem, die mit Cambridge verbundene kanadische Firma Aggregate IQ könne in der Brexit-Kampagne eine wichtige Rolle gespielt haben. Facebook ist also keineswegs nur unschuldig missbrauchte Plattform für rassistische Hetze, Hass, Desinformation und Propaganda. Facebook ist rechtsgeneigt, hat Schlagseite. Zumindest hat es die lange wohlwollend geduldet.

Wie aber sollten deutsche Politiker Desinformation und Propaganda kritisieren, solange sie Facebook selbst propagandistisch nutzen? Wenn auch auf Gartenlauben-Niveau. Ihre Anhänger zahlen die propagandistische Berieselung ja auch noch selbst, durch ihre Daten fürs Facebook-Business. „In der Spitze erreiche ich bis zu 750 000 Menschen", schwärmt FDP-Vize Wolfgang Kubicki. Das macht Junkies.

Ein exemplarischer Fall ist Katarina Barley, Ministerin für Justiz und Verbraucherschutz. Als Zuständige lud die Sozialdemokratin Abgesandte Zuckerbergs vor, verlangt nun europäische Aktion. Doch unverdrossen pflegt sie den eigenen Facebook-Account wie ihr Vorgärtchen, präsentiert sich allerliebst mit Nest und Osterei in den Händen. Zwei Teams, im Ministerium und im Wahlkreisbüro, bepflanzen das Gärtchen. Bewusstseinsbildung? Doch eher Bewusstseinstrübung.

Immerhin verschweigt Barley auf Facebook nicht den Facebook-Skandal. Die Linke Sahra Wagenknecht schon, die doch den Finanzkapitalismus für alle Übel der Welt zu treten pflegt. Puigdemont und Skripal waren ihr Botschaften wert, nicht aber die Entartung des globalen Netzkapitalismus. Vermutlich war ihr der Widerspruch zur eigenen Facebook-Existenz peinlich.

Dabei läuft längst eine Debatte, die ganz nach Wagenknechts Geschmack sein müsste. Denn Facebook ist mit mehr als zwei Milliarden Usern inzwischen so groß wie die Christenheit. „Zu groß, um regiert zu werden", meint Emmanuel Macron. Und erinnert an Standard Oil. Der Ölgigant Rockefellers wurde 1911 zerstückelt.

ILLUSTRATION: JAN STÖWE

Lesen, was gesund macht.

Jetzt NEU in Ihrer Apotheke.

INHALTS-VERZEICHNIS

Frühstart: Schon Kleinkinder spielen mit den Smartphones ihrer Eltern

DREI FRAGEN ZUM THEMA

MEDIENVERHALTEN VON KINDERN

Thomas Fischbach, Präsident des Verbands der Kinder- und Jugendärzte

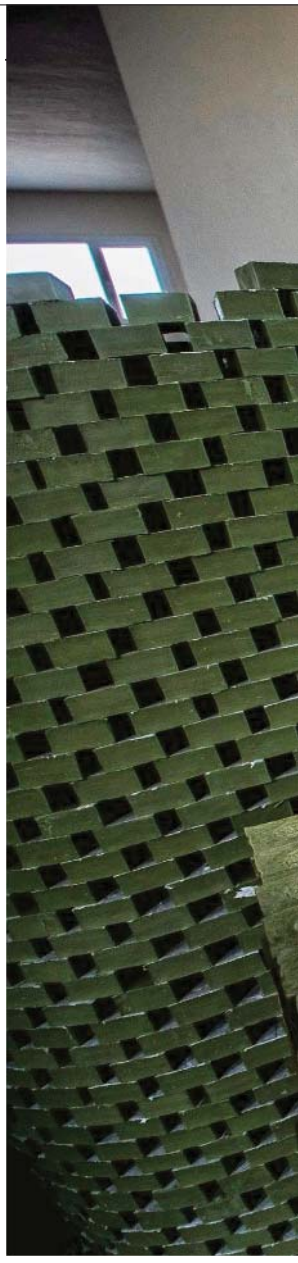
Auf Ihrem Jahreskongress erörtern Sie gerade auch die zunehmende Mediensucht von Kindern. Müssen Eltern ihnen das Handy wegnehmen?
Das wäre unrealistisch. Ich will auch nicht in die mediale Steinzeit zurück. Praktisch jeder Jugendliche hat inzwischen ein Smartphone. Aber wir sehen mit wachsender Sorge, dass immer mehr junge Menschen Schwierigkeiten haben, eine gesunde Balance zwischen online und offline zu finden. Zu den Folgen zählen etwa Hyperaktivität und Konzentrations- und Lernstörungen.

Wie viel Smartphone ist gesund?
Diese Frage lässt sich leider pauschal nicht beantworten. Uns fehlen valide Daten. Viele Eltern wünschen sich klare Empfehlungen, was die maximale Nutzungsdauer von Handy oder Tablet-PC angeht. Aber Kinder sind verschieden: Manche sind sozial gut eingebunden, gehen zum Sport, pflegen Freundschaften. Andere sind isoliert und wissen nicht, was sie mit sich anfangen sollen, wenn sie nicht online sind.

Was tun?
Mediennutzung muss man lernen. Auch in Kitas und Schulen. Eltern sollten wissen, was ihre Kinder am Telefon oder PC tun. Und ihr eigenes Verhalten hinterfragen. Etwa nicht dauernd mit dem Smartphone beschäftigt sein, wenn die Kinder ihre Aufmerksamkeit brauchen.

Computerprognosen sollen helfen, Zugvögel vor technischen Fallen zu schützen

Vor allem nachts ziehende Vögel verenden jährlich zu Millionen an menschengemachten Hindernissen. Ein neues Computermodell erlaubt nun in den USA, die vom Wetter abhängigen Zugbahnen für drei Tage präzise vorherzusagen. So können für Windparks die Laufzeiten und bei Hochhäusern die Beleuchtung rechtzeitig angepasst werden.



Keine falsche Bewegung bitte! Diese beiden Arbeiter stapeln frisch hergestellte Olivenölseife zu runden Türmen. Die Blöcke müssen trocknen, bevor sie im ganzen Land verkauft werden

KULTUR

Nicht weitersagen

Völlig out, was der Mann macht. Kunst-Spekulanten, Trendshopper und Gallerinas: Bitte umblättern. Mit dieser Ausstellung lassen sich bei Facebook oder Instagram keine Follower fangen. Dafür sind die zarten, oft poetischen und zugleich dokumentierenden Fotografien des Künstlers und Biologen Jochen Lempert zu zurückhaltend, zu grau. Sie sind so scheu wie Schmetterlinge, und so präsentiert Lempert sie bei seiner Ausstellung „Some Plant Volatiles“ vom 12. April bis 10. Juni im Kunst Haus Wien: in Vitrinen. Ein Geheimtipp. Bitte nicht liken oder teilen. Einfach anschauen.

können. Der Prozess dauert insgesamt etwa zwei Wochen. Der größte Teil der Seifenherstellung geschieht hier in der Stadt Nizip im Süden der Türkei von Hand. Nur bei der Mischung der Zutaten helfen Maschinen. Unklar bleibt, wie die Arbeiter aus den selbst geschaffenen Seifentürmen wieder herauskommen. Vermutlich irgendwie von oben. Türen gibt es nicht.

DIE WELT IST EIN MERKWÜRDIGER ORT

FOLGE 169 *Türkei*

ZAHL DER WOCHE

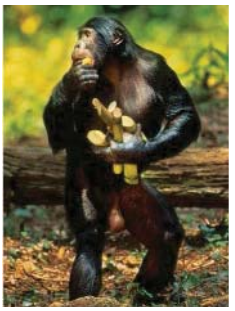
120

Wörter pro Minute – auf diese Zahl brachten es die besten von rund 160 000 Schnell-Tippern aus über 200 Ländern bei einem wissenschaftlichen Onlinetest. Der Durchschnitt schaffte am Keyboard nur 52 Wörter pro Minute.

FOTOS: SEDAT SUNA/EPA/REX/SHUTTERSTOCK; PLAINPICTURE; JOCHEN LEMPERT/VG BILD-KUNST 2018; KARSTEN LINDEMANN; S.MULLER/WILDLIFE; CARTOON: NEL

GRACHTSTÜCK

Fast 1300 Brücken führen über Amsterdams Grachten – doch keine ist wie diese: Es ist die erste Fußgängerbrücke, die von 3-D-Druckern hergestellt wurde. Sehr speziellen Druckern, die wie Roboter mit langen Armen Schichten aus über 1500 Grad heißem Stahl gegossen und wie in die Luft gemalt haben. Nun ist das futuristisch glänzende Bauwerk fertig. Es soll über den „Oudezijds Achterburgwal“ führen, einen der berühmten Kanäle im Zentrum, und nach einer Testphase erstmals 2019 für Fußgänger zu überqueren sein.



GROSSZÜGIG

Das Nötigste zum Leben mit denen zu teilen, die einem am nächsten stehen, ist nichts Besonderes. Doch Freigebigkeit auch für Fremde? Das ist ein Verhaltenszug, den wir bislang für unsere eigene Art reserviert hatten. Nun aber konnten Forscher aus Großbritannien, Belgien und Deutschland bei Bonobos in der Demokratischen Republik Kongo erstmals beobachten, wie Fleisch auch mit Mitgliedern anderer Gruppen geteilt wurde. Wie menschlich sich doch Affen benehmen können! Und wie affig so manche Menschen …

COMEBACK DES DISCO-KÖNIGS

Zurück im Kino: „Saturday Night Fever“ mit John Travolta

Diese Pose! John Travolta in „Saturday Night Fever“. Der Film machte ihn berühmt. Seiner Tanzpartnerin Karen Lynn Gorney blieb nur, ihn anzuhimmeln

Und dann tanzte er über diese bunt beleuchtete Fläche, schob die Hüfte links raus, rechts raus, streckte die Arme links hoch, rechts hoch– und die Bee Gees sangen dazu: „You Should Be Dancing“. Und wer, wenn nicht er, sollte damit gemeint sein? John Travolta in „Saturday Night Fever“, das war wie James Dean in „Denn sie wissen nicht, was sie tun“ – ein Mann, eine Rolle, wie füreinander gemacht. Travolta wurde zum Star, er löste eine Discowelle aus, die bis heute schwappt. Wer auf einer Party die Leute zum Tanzen bringen will, legt den Soundtrack auf – und schon wippen die Becken, schnippen die Finger.

Die Geschichte vom jungen Mann, der sich aus armen Verhältnissen nach oben groovt, kam am 13. April 1978 erstmals in deutsche Kinos – und da erscheint sie nun wieder: „Saturday Night Fever“ wird ab dieser Woche in rund 200 Städten gezeigt; zum 40-jährigen Jubiläum. Travolta ist längst nicht mehr so angesagt, seine Scientology-Mitgliedschaft und die ewigen Gerüchte um sein Privatleben haben seine Karriere nicht wirklich vorangebracht. Einen legendären Auftritt hatte er noch, 1994 in „Pulp Fiction“, wo Travolta mit Uma Thurman Saturday Night Fever hatte – und einen Super-Tanz hinlegte. Die Rolle seines Lebens.

Nichts war cooler als der weiße Anzug

Herkunft: John Travolta spielte Tony Manero, einen Italoamerikaner. Doch der Nachname kam aus Rio – von dem Wort „maneiro“, das dort „cool“ bedeutet

Hitalbum: Der Soundtrack des Films verkaufte sich über 20 Millionen Mal. Weltrekord – bis 1982 Michael Jacksons „Thriller“ erschien und ihn überholte. Mit Jackson im Travolta-Look

Hammeraktion: Gene Siskel, ein Sammler von Film-Memorabilia, erwarb 1978 den weißen Anzug für 2000 Dollar. Als er ihn 17 Jahre später versteigern ließ, bekam er 145 000 Dollar dafür

Heiß: Der einzige Mann, der nach John Travolta in einem weißen Anzug vor der Kamera jemals gut aussah – Don Johnson als Sonny Crockett in „Miami Vice“

FOTOS: ACTION PRESS; LAIF; HULTON ARCHIVE/GETTY IMAGES; FIONLINE; VARIO IMAGES

zum Sprühen

Kneipp®

Wirkt.Natürlich.

Sekundenschnelle Pflege für Körper und Hände.

Noch mehr Innovationen mit pflanzlicher Pflegeformel unter kneipp.de

Mit GEO auf Abenteuer-Reise!

Entdecken Sie hochwertige Bücher und Tischaufsteller im GEO Shop.

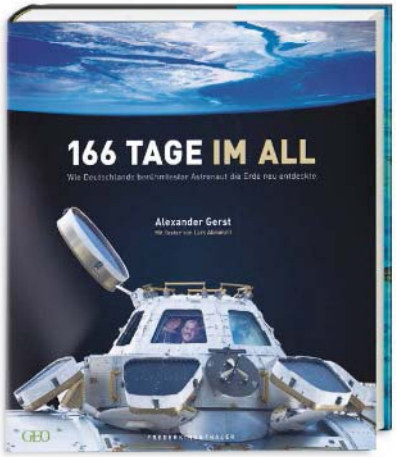
Jetzt sichern!

59,00 €

GEO Bildband „Die Erde von oben“

Über viele Jahre hinweg hat Yann Arthus-Bertrand ein einzigartiges Projekt verfolgt: Er fotografierte die interessantesten Landschaften und Bauwerke, Dörfer, Städte und Länder der Welt aus geringer Höhe von oben.

Maße: 28,5x36,5 cm, 440 Seiten;
Best.-Nr.: G647200
Preise: 60,70€ (A)/78.90 Fr.(CH)



40,00 €

GEO Buch „166 Tage im All“

Der Astronaut Alex Gerst gibt Einblicke in sein Tagebuch, zeigt bisher unveröffentlichte Fotos und zieht Bilanz aus 166 Tagen im All. Das knappe halbe Jahr an Bord der ISS ließ ihn die Erde von oben mit neuen Augen sehen.

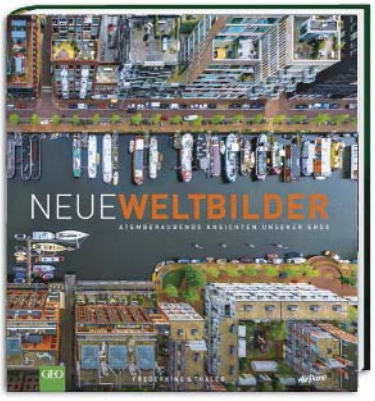
Maße: 26,8x28,9 cm, 192 Seiten;
Best.-Nr.: G729185;
Preise: 41,20€ (A)/43.90 Fr. (CH)

34,95 €

GEO Buch „Natur in Vollendung - Der andere Blick auf Südtirol“

Atemberaubende Porträts von Landschaften, die im Verborgenen lebenden Insekten und Reptilien aus nächster Nähe, die Faszination von Wildtieren in ihren natürlichen Lebensräumen. In jeder der Bildkompositionen kommt der besondere Zugang der Fotografen zu ihrer Heimat zum Ausdruck.

Maße: ca. 28x24,5 cm;
Best.-Nr.: G729209
Preise: 36,00€ (A)/37.90 Fr. (CH)



40,00 €

GEO Bildband „Neue Weltbilder – Atemberaubende Ansichten unserer Erde“

Die Fortsetzung des Erfolgstitels – neue atemberaubende Luftbilder von AirPano: Spannende Kugelpanoramen, coole Drohnenfotografie und staunenswerte Erdbilder aus Helikopter, Flugzeug und Ballon setzen die Erfolgsgeschichte des Bildbandes fort.

Maße: 26,8x28,9 cm, 192 Seiten
Best.-Nr.: G729213
Preise: 41,20€ (A)/49.50 Fr.(CH)

Entdecken Sie unsere Produktvielfalt unter **www.geoshop.de/produktvielfalt**

Oder per Telefon bestellen unter **+49 (0) 40/42 23 64 27** (Bitte geben Sie immer den Aktionscode an: G00158)

GEO Shop

Das Beste von GEO zum Bestellen

„Unsere Welt im Panoramablick“

24,99 €

GEO Tischaufsteller „Unsere Welt im Panoramablick“

365 beeindruckende Fotos: Blicken Sie auf Metropolen, Sehenswürdigkeiten, Naturereignisse und Landschaften aus nahen und fernen Regionen – im Panoramaformat! **Immerwährend, in hochwertiger Geschenkbox.**

Maße: ca. 27,5 x 16,5 cm;
Best.-Nr.: G729041;
Preise: 25,70 € (A)/34.90 Fr. (CH)

19,99 €

GEO Tischaufsteller „So schön ist unser Planet“

Der Tischaufsteller bietet jeden Tag ein neues Bild der Erde und einen Kurztext: 365 Blicke auf berauschende Landschaften, großartige Natur, ferne Regionen und wundervolle Tiere. **Immerwährend, in hochwertiger Geschenkbox.**

Maße: ca. 21,5 x 12,8 cm;
Best.-Nr.: G728476;
Preise: 20,60 € (A)/27.90 Fr. (CH)

Coupon einfach ausfüllen, ausschneiden und senden an: GEO Kundenservice, 74569 Blaufelden

GEO-Bestellcoupon – versandkostenfreie Lieferung ab 80,– €!

Ich bestelle folgende Artikel:

Produktbezeichnung	Best.-Nr.	Preis D	Menge
☐ GEO Bildband „Die Erde von oben“	G647200	59,00 €	
☐ GEO Buch „166 Tage im All“	G729185	40,00 €	
☐ GEO Buch „Natur in Vollendung“	G729209	34,95 €	
☐ GEO Bildband „Neue Weltbilder“	G729213	40,00 €	
☐ GEO Tischaufsteller „Unsere Welt im Panoramablick“	G729041	24,99 €	
☐ GEO Tischaufsteller „So schön ist unser Planet“	G728476	19,99 €	
Gesamtsumme: (zzgl. 3,90 € Versandkosten, versandkostenfreie Lieferung ab einem Bestellwert von 80,00 €)			

Meine persönlichen Angaben: (bitte unbedingt ausfüllen)

Abonnentennummer (wenn vorhanden)

Name | Vorname

Geburtsdatum

Straße | Nummer

PLZ | Wohnort

Telefon

E-Mail

☐ Ja, ich bin damit einverstanden, dass GEO und Gruner+Jahr mich künftig per E-Mail oder Telefon über interessante Medien- und Produktangebote ihrer Marken informieren. Der Nutzung meiner Daten kann ich jederzeit widersprechen.

☐ **Ich zahle per Rechnung**

☐ **Ich zahle bequem per Bankeinzug** (nur in Deutschland möglich)

BIC

IBAN

Bankinstitut

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die Gruner+Jahr GmbH & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE31ZZZ00000031421, wiederkehrende Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Gruner+Jahr GmbH & Co KG auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt. **Hinweis:** Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Auslandspreise auf Anfrage.

Widerrufsrecht: Sie können die Bestellung binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen formlos widerrufen. Die Frist beginnt an dem Tag, an dem Sie die erste bestellte Ausgabe erhalten, nicht jedoch vor Erhalt einer Widerrufsbelehrung gemäß den Anforderungen von Art. 246a § 1 Abs. 2 Nr. 1 EGBGB. Zur Wahrung der Frist genügt bereits das rechtzeitige Absenden ihres eindeutig erklärten Entschlusses, die Bestellung zu widerrufen. Sie können hierzu das Widerrufs-Muster aus Anlage 2 zu Art. 246a EGBGB nutzen. Der Widerruf ist zu richten an: GEO Versandservice, 74569 Blaufelden; Telefon:+49(0)40–42236427; Telefax: +49(0)40–42236663; E-Mail: guj@sigloch.de

Datum | Unterschrift

Aktionsnr.: G00158

TIL METTE

Umfangreiches Archiv mit Til-Mette-Cartoons www.stern.de/mette

WEISS/BLAU
VON GEO SAISON

ABENTEUERLAND

Schroffe Berge, schillernde Persönlichkeiten, spannende Städte: Bayern steckt voller Überraschungen. Ab 11. April finden Sie die neue Ausgabe des Magazins WEISS/BLAU an ausgewählten Kiosken. Oder Sie werfen gleich hier einen Blick in die Leseprobe. Kommen Sie mit auf die Reise!

Viel Vergnügen wünscht **stern**

Möchten Sie das Abenteuerland Bayern näher kennenlernen? Dann bestellen Sie hier das Magazin WEISS/BLAU. Sie erreichen unseren Leserservice per Telefon: +49 (0)40/55 55 89 90 oder über unsere Webseite shop.geo.de/reisen/weissblau.

TITEL

DER MÜLL UND WIR

Unsere Konsumgesellschaft produziert unfassbar viel Abfall. In einer dreiteiligen Serie fragt der *stern*: Was passiert damit? Und wie kann aus den Resten des Wohlstands Neues entstehen?

Von Stefan Schmitz und Jan Boris Wintzenburg; Fotos: Lars Berg, Philipp Spalek, Jonas Wresch

TEIL 1:

Recycling: Wertewandel in Deutschland

WEGGEWORFEN

Würde man all den Haushaltsmüll, der in Deutschland in einem Jahr anfällt, in Lastzüge packen, wäre deren Kolonne rund 50 000 Kilometer lang. Sie würde mehr als einmal um den Erdball reichen. Ein kleiner Teil dieser ungeheuren Menge ist das Altpapier aus der Stadt Hamburg. Es wird per Lkw zur Firma Steinbeis in Glückstadt gefahren, die es sortiert und größtenteils wiederverwertet

Anlieferung
Müllwagen der Hamburger Stadtreinigung sammeln den Biomüll der 1,8 Millionen Einwohner und bringen ihn zu einer Sammelstelle

BIOABFALL

Ausbeute
Anke Boisch, Leiterin des Biogaswerks, zeigt, was übrig bleibt, wenn die Mikroben ihr Werk getan haben: erstklassiger Kompost

BÜTZBERG

In den gewaltigen Gärkammern des Biogas- und Kompostwerks Bützberg werden organische Abfälle von Milliarden Bakterien zersetzt. Während des mehrwöchigen Prozesses entsteht Methangas, das ins Erdgasnetz eingespeist wird. Der zurückbleibende feste Stoff ist bester Kompost, der säckeweise verkauft wird. Probleme haben Anlagen wie die in Bützberg nur mit biologisch abbaubaren Kunststoffen. Die nämlich brauchen nicht Tage oder Wochen zum Verrotten, sondern Monate oder Jahre. Ihre Reste bleiben im Kompost zurück

Zwei der gut 1,8 Millionen Hamburger brauchen keine Restmülltonne und keine Verbrennungsanlage. Vanessa Riechmann und Erdmuthe Seth reicht ein Marmeladengläschen, um den Müll von vielen Wochen zu verstauen. Darin findet sich eine Schokobonbonhülle als Erinnerung an einen Moment der Schwäche und ein Bahnticket als Zeichen dafür, dass die Handy-App auch nicht immer geht. Aber sonst: „zero waste". Kein Müll. Die beiden Frauen kaufen im Unverpackt-Laden „Stückgut" statt im Supermarkt und mischen sich ihre Zahnpasta selbst aus Natron und ein paar Ölen. Geht alles. Aber die meisten Hamburger hätten das Marmeladengläschen Müll schon nach dem Frühstück voll. Im Durchschnitt produziert jeder Bundesbürger fast 500 Kilo Abfall im Jahr. Er ist so etwas wie der Fußabdruck unserer Existenz. Kaum etwas erzählt mehr über den Menschen als das, was er übrig lässt.

Im Kleinen zeigt es, was der Nachbar raucht und trinkt und ob die Kinder aus dem Erdgeschoss wirklich mit Fertigburgern und Chips gemästet werden. Wenn man aber allen Müll und dessen Verwertung zusammennimmt, dann zeigt sich, wie es um unsere Gesellschaft bestellt ist. Die Welt, so predigt der französische Philosoph Michel Serres, besteht aus Dingen und Informationen – und beides sei untrennbar verbunden. Alle Sachen sagen also etwas aus. Die Reste des Lebens sind dabei geradezu geschwätzig.

Noch am Ende des 20. Jahrhunderts galt Hausmüll in der Regel als Problemstoff, der irgendwo abgelagert werden musste. Biomüll – die ursprünglichste Form des Abfalls – steckte bis vor wenigen Jahren zwischen alten Konserven und Joghurtbechern. Niemand fand das verwunderlich. Heute gehört die Mülltrennung zur deutschen Leitkultur wie Beethovens Neunte und die Kotbeutelmitführpflicht für Berliner Hundebesitzer.

Allein in Deutschland setzt die Müllbranche mit rund 200 000 Beschäftigten Jahr für Jahr 40 Milliarden Euro um. Dabei riecht es oft nicht gut, mal wird modernste Technik eingesetzt, mal Handarbeit, mal gehen die Entsorger mit viel Herz ans Werk, mal mit krimineller Energie. Deutschlands Müllarbeiter können steinreich werden wie die Gründer des Entsorgungskonzerns Alba (siehe Interview Seite 42). Oder ziemlich arm bleiben wie der Hamburger Uwe Tröger, der am Flughafen als Wertstoffbeauftragter Pfandflaschen aus den Tonnen vor der Sicherheitskontrolle zieht. Was mit dem Abfall letztlich passiert, bleibt meist verborgen – oder zumindest unsichtbar für diejenigen, die ihn in die verschiedenfarbigen Tonnen und Container geworfen haben. Der *stern* ist eingetaucht in die Welt der Recyclinghöfe und Fermenter. Es wurde eine Abenteuerreise in die Nachbarschaft. Und eine in die Zukunft dazu.

Recyclingquoten, die in der Verpackungsverordnung festgelegt sind:

36
Prozent
für Plastik

60
Prozent
für Aluminium- und Verbundverpackungen

Tonnenweise
wird in Deutschland der Abfall gesammelt. Rund ein Drittel landet nach wie vor in den Restmüllbehältern, die, wie hier in Hamburg, meist grau sind

Was ist wertlos? Was kostbar? Diese Verbindung von Dingen und Informationen ändert sich rasend schnell. Die Verwirrung fängt schon bei den Begriffen an. Das Wort Müll ist Experten ein Graus. Abfall lassen sie meist noch so gerade durchgehen. „Bioressource" wäre Profis wie Ina Körner von der Technischen Universität Hamburg-Harburg am liebsten als Bezeichnung für organischen Abfall. Denn in der grünlich-braunen Masse stecken Werte, steckt Gas, aus dem man Strom machen kann. Und am Ende bleibt Dünger übrig, der sich für 3,50 Euro pro Sack im Recyclinghof verkaufen lässt. Das ist der wohl fundamentalste Wandel: zu sehen, was sich aus dem Abfall machen lässt, statt alles daranzusetzen, ihn möglichst billig loszuwerden. Müll gilt plötzlich als Rohstoff; er steht nicht am Ende der Verwertungskette, sondern bietet die – zumindest theoretische – Chance für einen Neubeginn.

Feiner Stoff aus stinkendem Abfall

In Tangstedt, gleich hinter Hamburgs nördlicher Stadtgrenze, steht das Biogas- und Kompostwerk Bützberg, eines der größten in Deutschland. Was in den über 130 000 Hamburger Biotonnen landet, wird hierher gebracht. Siebe und Metallabscheider entziehen der Pampe alles, was nicht bio ist. Dann kommt der Rest in den Fermenter. „Das muss man sich vorstellen wie in einer Großgarage", sagt Anke Boisch, die Chefin. 21 Gärkammern verbergen sich hinter Mauern und Toren, deren Gummidichtungen mit sechs Bar Luftdruck aufgepumpt sind, damit kein Gas raus- und keine Luft reinkommt. Jede Kammer ist etwa 24 Meter lang, 5 Meter breit und 4,50 Meter hoch. Bei einem Wohlfühlklima von 38 Grad verrichten Mikroorganismen drei Wochen lang ihr Zersetzungswerk. Dabei entsteht genug Energie, um 11 000 Zwei-Personen-Haushalte zu versorgen. Die festen Bestandteile des Biomülls verwandeln sich mit etwas Nachhilfe in Kompost. Der rieche „schön erdig, wie Waldboden", sagt Frau Boisch und lässt die Brösel durch ihre Finger rieseln.

Es ist ein friedlicher, ein hoffnungsvoller Moment. Aus stinkendem Abfall wird ein feiner Stoff, der Neues gedeihen lässt. Aber so einfach ist es nicht – weder mit dem Biomüll noch mit anderen Resten. „Der beste Abfall ist der, der gar nicht erst produziert wird", sagt Ina Körner, die an ihrer Uni eine neunköpfige Arbeitsgruppe zum Ressourcenmanagement leitet. Natürlich sei die Produktion von Wertstoffen aus dem Bioabfall wünschenswert. Nur sei der Aufwand größer als der Ertrag.

In der sogenannten Abfallhierarchie steht die Vermeidung ganz oben, sie ist trotz allem und noch immer die beste Lösung – erst danach kommen Wiederverwertung, Recycling, Verbrennung und Beseitigung. Aber ein Blick in die Statistik zeigt, dass alle Bemühungen, die Menge des Mülls deutlich zu verkleinern, wenig erfolgreich waren. Gerade in Deutschland fällt nach wie vor zu viel Abfall an, EU-weit machen nur die Dänen, die Malteser und die Zyprioten mehr Dreck. Geradezu exotisch wirken bislang Bemühungen wie ➤

DER WEG DES MÜLLS

Sammeln, sortieren, verbrennen oder wiederverwerten – in kaum einem Land der Welt wird so gut erfasst, was aus all den Dingen wird, die der Mensch wegwirft. Ein Überblick

485 kg HAUSMÜLL

produziert jeder Deutsche im Schnitt pro Jahr. Zwei Drittel davon werden schon in den Haushalten einigermaßen sortiert und danach auf unterschiedliche Art verwertet. Ein Drittel landet im Restmüll – und wird größtenteils verbrannt. Hausmülldeponien sind seit 2005 nicht mehr in Betrieb.

Bioabfall sind alle organischen Stoffe, neben Gartenabfällen auch Speisereste.

Verpackungen, die ein Label des Dualen Systems (z. B. Grüner Punkt) tragen, gehören in die gelbe Tonne.

Papier und Pappe gehen in die blaue Tonne. Je geringer der Anteil an Kartons, desto höher die Qualität.

Restmüll ist nur noch für stark Verschmutztes wie Windeln vorgesehen. In der Realität landet hier vieles, was in andere Tonnen gehört.

40 MILLIONEN TONNEN pro Jahr

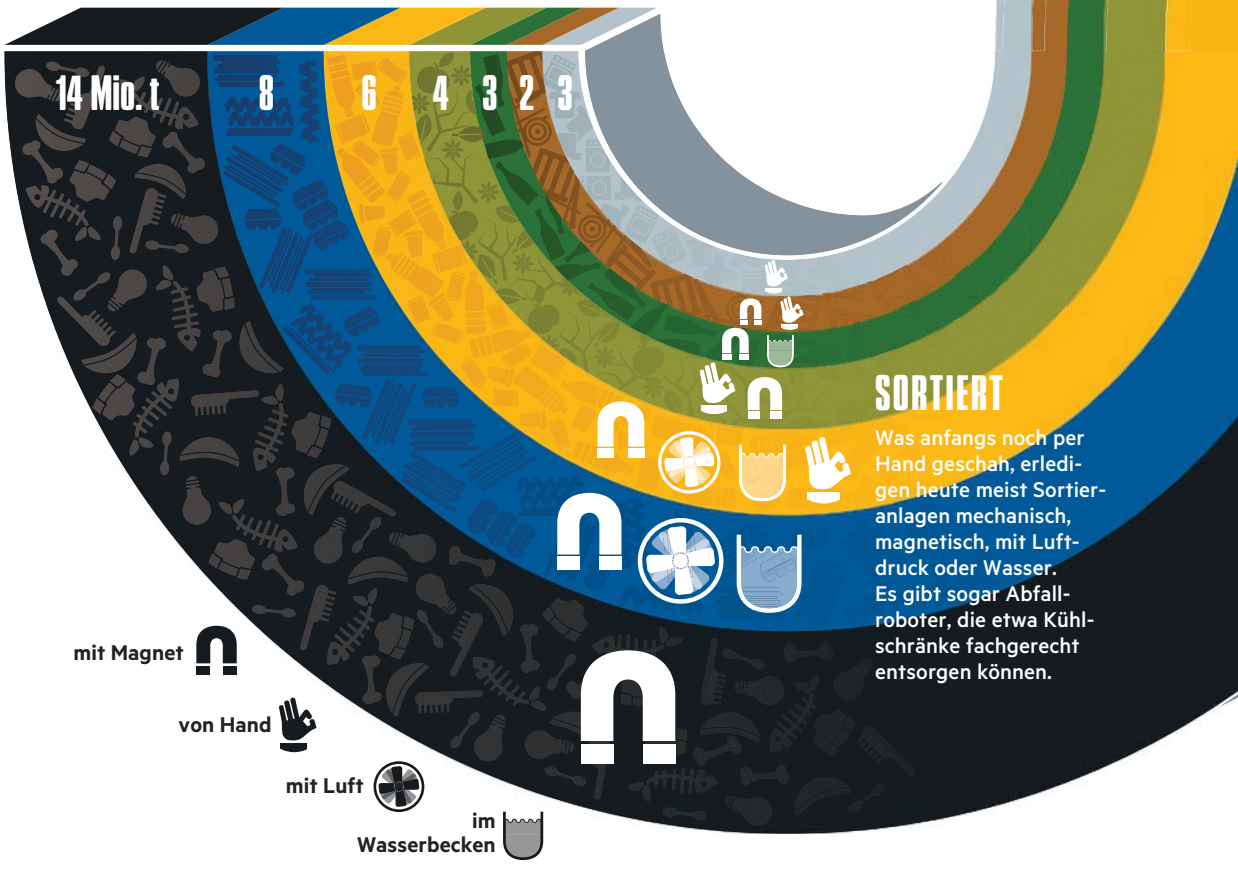
Altglas besteht heute vor allem aus Weinflaschen und Einmachgläsern. Sonst gilt die Pfandpflicht.

Sperrmüll sind meist Möbel aus Metall, Holz, Kunststoff oder Textil.

Sonstiges wie Farbreste, Batterien, Leuchtstofflampen, Kleidung oder Elektrogeräte.

GETRENNT

Bis zu vier verschiedene Recyclingtonnen gibt es in deutschen Haushalten. Doch noch immer landet viel Verwertbares im Restmüll. Auch, weil Mülltrennung viele Fragen aufwirft: Muss man Verpackungsabfall waschen? (Antwort: Nein!) Dürfen gekochte Lebensmittel in den Biomüll? (Ja!)



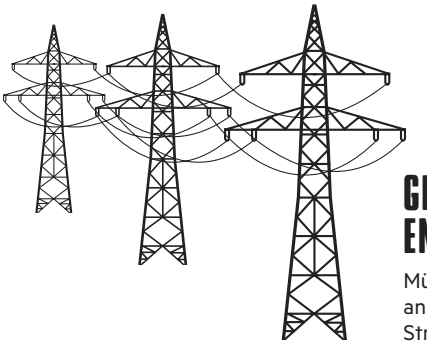
SORTIERT

Was anfangs noch per Hand geschah, erledigen heute meist Sortieranlagen mechanisch, magnetisch, mit Luftdruck oder Wasser. Es gibt sogar Abfallroboter, die etwa Kühlschränke fachgerecht entsorgen können.

14 MILLIONEN TONNEN
35 Prozent

VERBRANNT

Restmüll und alles, was fürs Recycling zu verschmutzt oder vermischt ist, landet in den Müllverbrennungsanlagen – zur „thermischen Verwertung“. Magnete ziehen die Eisenmetalle heraus.



GEWONNENE ENERGIE

Müllverbrennungsanlagen produzieren Strom und Fernwärme, Kunststoffe werden als „Ersatzbrennstoff“ z. B. in der Zementherstellung genutzt – statt Kohle oder Erdgas. Methan aus Biomüll wird außerdem verstromt. Der Anteil des deutschen Stroms, der aus Hausmüll stammt, beträgt etwa

1%

RECYCELT

3 | 8 Mio. t | 4 | 4 | 3 | 1,5 | 2

Etwa zwei Drittel des Mülls werden „stofflich verwertet“. Diese Quote sieht auf den ersten Blick gut aus, doch sie bezieht sich nur auf das, was in den farbigen Tonnen wirklich eingesammelt wurde. Und: Gerechnet wird nach Gewicht, was besonders beim Verpackungsmüll, wo gut nutzbare Blechdosen mit problematischen Styroporschalen vermischt werden, das Bild verzerrt.

26 MILLIONEN TONNEN
65 Prozent

Preisangaben je Tonne

Aus **Restmüll** werden Metalle (Eisen bringt 150 Euro, Alu etwa 500 Euro) und Schlacke (5 bis 10 Euro) gewonnen.

Papiermüll kann fast unbegrenzt wieder zu Papier verarbeitet werden. Die Preise beginnen je nach Anteil an Pappe bei etwa 50 Euro.

Kunststoffverpackungen werden sortenrein zu Pellets verarbeitet, die neues Plastik ersetzen. Erlös: 500 bis 2000 Euro.

Aus **Biomüll** entsteht Kompost (etwa 25 Euro). Außerdem wird das bei der Gärung entstehende Gas als Energiequelle genutzt.

Sortenreines **Altglas** kann wieder eingeschmolzen und zu Flaschen und Gläsern gepresst werden. Gezahlt werden um die 50 Euro.

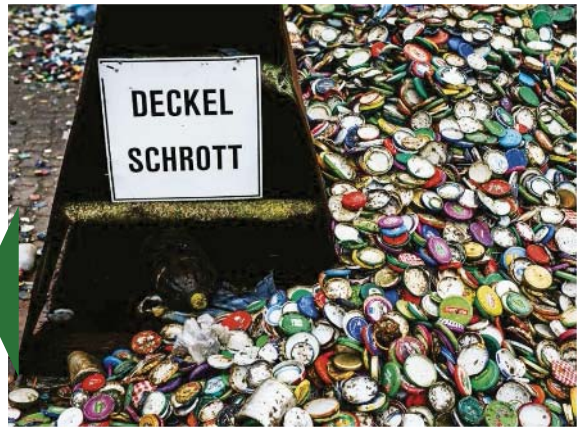
Beim **Sperrmüll** recycelt man Holz und Altmetalle. Holzspäne liegen zwischen 25 und 200 Euro, Metalle je nach Sorte bei bis zu 5000 Euro.

Sonstiger Abfall Vor allem Elektroschrott und Altkleider sind verwertbar. E-Motoren bringen bis ca. 500 Euro, Alttextilien 50 bis 400 Euro.

INFOGRAFIK: BETTINA MÜLLER; TEXT UND RECHERCHE: JAN BORIS WINTZENBURG; QUELLEN: STATISTISCHES BUNDESAMT, BDE, EIGENE RECHERCHEN

GLAS

1 Vorkontrolle
Je sortenreiner die gereinigten Glasscherben sind, desto hochwertiger die Produkte, die daraus hergestellt werden

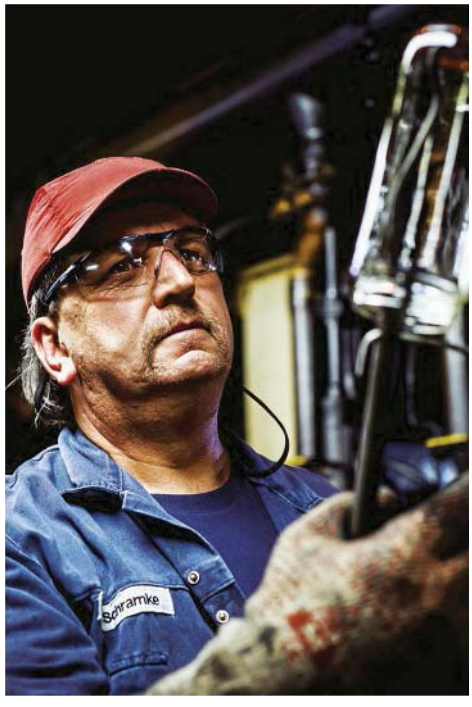


2 Schrott
Schraubverschlüsse, Kronkorken und andere Metallreste werden in der Firma Karl Meyer getrennt gesammelt

3 Scherben
Sortiertes, sauberes Altglas wartet auf die Weiterverarbeitung

4 Schmelze
In den Ardagh-Glas-Werken wird das Recyclingmaterial geschmolzen

5 Presse
Aus dem erhitzten Glas pressen Maschinen mit viel Druck neue Flaschen



6 Endkontrolle
Immer wieder prüfen Arbeiter die Qualität der produzierten Ware

WAHLSTEDT

Die Recyclinganlage der Firma Karl Meyer und das Ardagh-Werk liegen im schleswig-holsteinischen Wahlstedt. In den beiden Unternehmen wird Haushaltsglas Schritt für Schritt einem neuen Leben zugeführt.
Glas ist neben Papier der Wertstoff mit der längsten Sammeltradition in Deutschland. Ein Großteil der Flaschen und Gläser aus den grünen Containern wird tatsächlich wieder zu Produkten

die des Hamburger Cafés „In guter Gesellschaft“. Da wird der Cappuccino in ehemaligen Marmeladengläsern serviert, die Blumenvasen sind aus alten Dosen und das Besteck vom Flohmarkt. Alana Zubritz und Ina Choi-Nathan, die Betreiberinnen, kommen mit ihrem Laden auf einen Eimer Restmüll pro Woche. Es sei gar nicht schwer, in der Gastronomie Müll zu vermeiden, sagt Ina Choi-Nathan: „Man muss nur viel selbst machen – und um die Ecke denken.“

Natürlich kann der Einzelne darauf verweisen, dass der überwiegende Teil des deutschen Mülls gar nicht von den Verbrauchern verursacht wird. Industrie und Gewerbe produzieren riesige Mengen. Und wahrscheinlich stimmt es auch, dass die Statistik in Rumänien nicht jeden Unrat so genau erfasst wie die deutsche. Aber deren Zahlen bleiben trotzdem gewaltig. 2015 fielen in der Bundesrepublik an: insgesamt 402 Millionen Tonnen Müll, davon mehr als die Hälfte Bauschutt und rund 13 Prozent Siedlungsabfälle, von denen wiederum der gemeine Hausmüll den größten Teil ausmacht.

Vintage
Noch brauchbare Möbel und Elektrogeräte von den Recyclinghöfen landen in Hamburg bei Roman Hottgenroth, dem Betriebsleiter des städtischen Secondhand-Kaufhauses „Stilbruch“

Mülltrennung gehört zu Deutschland

Mit steigendem Wohlstand wird immer mehr verbraucht – und es bleibt, zumindest bislang, immer mehr übrig. Über die Jahre wächst zwar der Anteil des Abfalls, der irgendwie getrennt und speziell gesammelt wird. Aber die Restmüllmenge bleibt trotzdem ziemlich konstant. Das klingt wie ein Naturgesetz, ist aber keins. Nicht nur Pionierinnen wie die Hamburgerinnen mit dem Marmeladenglas als Abfallbehälter oder die Betreiberinnen des Zero-waste-Cafés haben gezeigt, was möglich ist. Auch kreuzbürgerliche Menschen wie Peter Kurth, einst CDU-Finanzsenator in Berlin und heute Chef des Bundesverbands der Deutschen Entsorgungswirtschaft (BDE), können von sich sagen: „Ich habe seit vier Monaten keine Restmüllabfälle mehr zu Hause, trenne meinen Müll konsequent fürs Recycling.“

Wer zu einem der zwölf Hamburger Recyclinghöfe fährt, erlebt die ganze Bandbreite des Trennens und Sammelns. An einem Samstagmittag steht eine lange Autoschlange vor dem Schwarzen Weg 10. Eine Stunde dauert es, bis versiffte Matratzen, alte Möbel, Batterien, Gartenabfälle, Autoreifen oder Elektroschrott die letzten Meter zurückgelegt haben. Für jede Abfallkategorie gibt es auf dem Hof einen Container oder wenigstens eine Tonne. Sogar Flachbildfernseher und Smartphones stapeln sich hier. Recyclinghöfe sind keine Igitt-Orte mehr, sondern schichtübergreifende Treffpunkte der Überflussgesellschaft. „Leider herrscht bei manchen Kunden auch hier die Geiz-ist-geil-Mentalität“, sagt Dirk Zimmer, der Leiter der Hamburger Recyclinghöfe. Und so mischen besonders Trickreiche ihren Hausmüll unter die Textilien in den Altkleidersäcken, um ihn gebührenfrei zu entsorgen.

Was von all den angelieferten Gegenständen noch brauchbar ist, das kommt in den stadteigenen Secondhandshop „Stilbruch“. Die Stilbruch-Leute bemühen sich, Dinge nicht nur als Rohstoffträger zu betrachten, sondern als Ware, die man auch reparieren kann. Alle Apparate mit Stecker werden in einem Raum hinter dem Lkw-Tor, durch das mehrmals täglich neue Lieferungen kommen, vorsortiert. Wenn ein Gerät sich gar nicht mehr einschalten lässt, „geht es schon hier über die Wupper“, sagt Stilbruch-Betriebsleiter Roman Hottgenroth. Was aber noch reparabel erscheint, fährt per Lastenaufzug in eine 400 Quadratmeter große Werkstatt über den Verkaufsräumen im Stadtteil Altona. Jedes Dampfbügeleisen, jeder Kaffeevollautomat und jeder Fernseher wird hier einzeln auf Funktion und Sicherheit geprüft: „Oft ist nur ein Netzteil oder ein Kondensator kaputt. Der kostet 10, 15 Cent, und wir verkaufen das Gerät für 200 Euro“, sagt Hottgenroth.

Läden wie dieser zeigen, wie willkürlich die Zuschreibung „Müll“ ist. Ein Teil der Gesellschaft konsumiert ständig frische Ware, während der andere mit dem lebt, was die Wohlhabenden abgelegt haben. Irgendwie passt es zu diesem Verhältnis von oben und unten, dass die Kleiderkammer der Caritas in Sankt Georg in einem Keller hinter dem Hamburger Hauptbahnhof liegt. „Die meisten Leute, die hierher kommen, haben keinen Anspruch auf staatliche Hilfe und auch kein eigenes Einkommen“, sagt Andrea Hniopek, die bei der Caritas die Abteilung Existenzsicherung leitet. „Sie sind damit von absoluter Armut betroffen.“ Doch selbst hier ist Kleidung nicht nur Schutz vor Kälte oder Nacktheit, sondern Teil und Ausdruck der Individualität. Was eine 80-Jährige gewärmt hat, ist den meisten jungen Männern nicht willkommen. „Wir können nur fünf bis zehn Prozent der Textilien, die reinkommen, wirklich nutzen. Den Großteil verkaufen wir an Sortierbetriebe“, sagt Hniopek.

Damit geht es den abgelegten Kleidern wie großen Teilen des mühsam sortierten Mülls. Am Anfang steht die Hoffnung, dass aus jedem Plastik-Joghurtbecher mit Metalldeckel wieder edle Rohstoffe werden. Doch im Laufe der Verwertung zeigt sich, dass zwar vieles möglich wäre, aber einfach zu teuer ist, wenn nicht bereits bei der Produktion darauf geachtet wurde, dass sich die Sachen sinnvoll verwerten lassen. Oft scheitert das Recycling daran, dass unterschiedliche Stoffe und Materialien fest miteinander verbunden wurden. Eine Wurstverpackung beispielsweise kann aus fünf verschiedenen Kunststoffschichten bestehen: Eine hält UV-Licht ab, eine sorgt für eine glänzende Oberfläche, eine lässt entstehende Gase nach außen, eine andere hält Bakterien fern, dazu kommt eine robuste Unterseite.

Viele der Kunststoffverpackungen, Metalle und Verbundstoffe, die recycelt werden sollten, hat man bis Anfang dieses Jahres auf eine lange Reise geschickt. Vor allem vom Plastik ging ein beträchtlicher Teil nach China. Den Angaben des Umweltbundesamts zufolge waren es rund zehn Prozent aller deutschen Kunststoffabfälle. Aber nun ist Schluss mit der Müllverschiffung, die Chinesen haben den Import von zwei Dutzend Materialgruppen verboten. Im Moment kann niemand sagen, wie es weitergeht mit der Verwertung und Entsorgung dieser Stoffe. Fest steht: Die Branche wandelt sich. Sie muss noch besser sortieren und trennen. Der Druck wird steigen, schon bei der Produktion die künftige Verwertung zu berücksichtigen. Denn deren Aufwand ist bis heute oft größer, als er sein müsste. ➤

DAS DUALE SYSTEM: EINE ERFOLGSGESCHICHTE

Verpackungsverordnung
Das 1991 erlassene Regelwerk war das erste, das Hersteller von Waren für ihre Verpackungsabfälle verantwortlich machte. Nach Startschwierigkeiten hat sich dieses System inzwischen etabliert: Zehn konkurrierende Unternehmen vergeben Siegel (z. B. „Grüner Punkt“) und kümmern sich um die Entsorgung der Produkthüllen

PAPIER

GLÜCKSTADT

Bei der Firma Steinbeis stapelt sich das Altpapier. Mithilfe von Wasser und Lauge wird es zu einem Brei verarbeitet, aus dem neue Produkte entstehen. Papier lässt sich problemlos in neues Papier verwandeln, auch in hochwertige Ware – wenn der Pappanteil nicht zu hoch ist. Der allerdings steigt durch die wachsende Anzahl von Versandkartons in den Containern

1774

erfand ein Mann namens Justus Claproth das Recyclingpapier. Sein Verfahren brauchte allerdings 175 Jahre, um sich industriell durchzusetzen

3,7

Prozent – so stark stieg die Produktion von Papierverpackung 2017 in Deutschland

50

Euro kostet eine Tonne Altpapier mindestens. Der genaue Preis hängt vom Pappanteil ab

75

Prozent des in Deutschland hergestellten Papiers entsteht aus Altpapier

Michael Wurbs sitzt in einem kleinen Raum vor einer Batterie von Monitoren. „Ich gucke den ganzen Tag Müllfernsehen“, sagt der gelernte Schlosser, der in einer Anlage des Entsorgungsriesen Alba in Berlin-Hellersdorf arbeitet. Hier werden Stoffe aus dem Norden Deutschlands sortiert. Wie um zu beweisen, dass ohne Wurbs nichts läuft, bleiben plötzlich die Bänder leer. Ein Blick über die Bildschirme, dann zeigt er auf eine Stahltonne und greift zum Funkgerät. „Es ist die Windsichtung“, ruft er, und irgendwo in dem stählernen, vier Stockwerke hohen Ungetüm läuft ein Kollege mit einer soliden Eisenstange los, um in einer mit Plastik verstopften Trommel zu stochern, bis ein dicker Brocken Folien, Plastikflaschen und Blechdosen auf das leere Förderband plumpst.

„Intelligente Fehlwürfe“ in der gelben Tonne

Rund 28 000 Lkw-Ladungen kommen hier jedes Jahr an. Radlader schaffen die Säcke in einen Trichter, ein „Gebindeöffner“ zerreißt sie, und über Förderbänder fließt der Wertstoff in die eigentliche Sortierhalle, einen apokalyptischen Ort: dunkel, stickig, laut, klebrig, gefährlich. Magnete ziehen dort Eisen aus dem Verpackungsmüll, transportieren es nach unten. Gebläse saugen Folien nach oben, Infrarotkameras erkennen in Sekundenbruchteilen verschiedene Kunststoffarten und pusten sie mit gezielten Druckluftstrahlen in die richtige Richtung. Später wird von Hand nachgeholfen und mit Kameras kontrolliert.

Ziel der ganzen Sortiererei ist die „stoffliche Verwertung“, also die Nutzung des Abfalls zur Herstellung neuer Dinge. Für sie sind in Deutschland Quoten vorgeschrieben. Für Plastikverpackungen heißt das: Von den 2,9 Millionen Tonnen Material, die mit dem grünen Punkt oder einem vergleichbaren Recyclingsiegel ausgeliefert werden, müssen am Ende 36 Prozent einem zweiten Leben zugeführt werden. Bei Aluminium- und Verbundverpackungen wie zum Beispiel Tetrapaks sind es sogar 60 Prozent. Laut Umweltbundesamt werden diese Quoten in Deutschland „sicher“ erfüllt.

Allerdings sind genaue Zahlen schwer zu ermitteln, weil ein unbekannter Teil der Produktverpackungen im Hausmüll landet – und damit direkt im Verbrennungsofen. Gleichzeitig sind die gelben Säcke und Tonnen, deren Gewicht für die Statistik erhoben wird, voll mit „intelligenten Fehlwürfen“ – also Dingen, für die keine Verpackungsabgaben gezahlt wurden, die keinen grünen Punkt und keines der anderen Siegel tragen. Das können Folien, Plastikspielzeug oder auch alte Stahltöpfe sein, von denen die Menschen annehmen, dass sie im gelben Sack schon gut aufgehoben sind. Im Prinzip ist das richtig, denn auch sie finden den Weg in die Verwertung – bloß stimmen die Zahlen eben hinten und vorn nicht mehr.

Am Ende kommen aus der Berliner Sortieranlage große Ballen möglichst sortenreinen Plastiks, die per Lkw zur Weiterverarbeitung transportiert werden. Schon sie sind etwas wert, also Wertstoff, weil daraus direkt neuer Kunststoff hergestellt werden kann. Bei Alba geschieht das im eine Stunde von Berlin entfernten Eisenhüttenstadt.

„Wenn die vorsortierten Ballen hier ankommen, klassifizieren wir die Qualität und teilweise die Homogenität des Materialtyps“, erklärt Manica Ulcnik- ➤

AB NACH CHINA – DAS IST KEINE LÖSUNG MEHR

Müllexport per Schiff

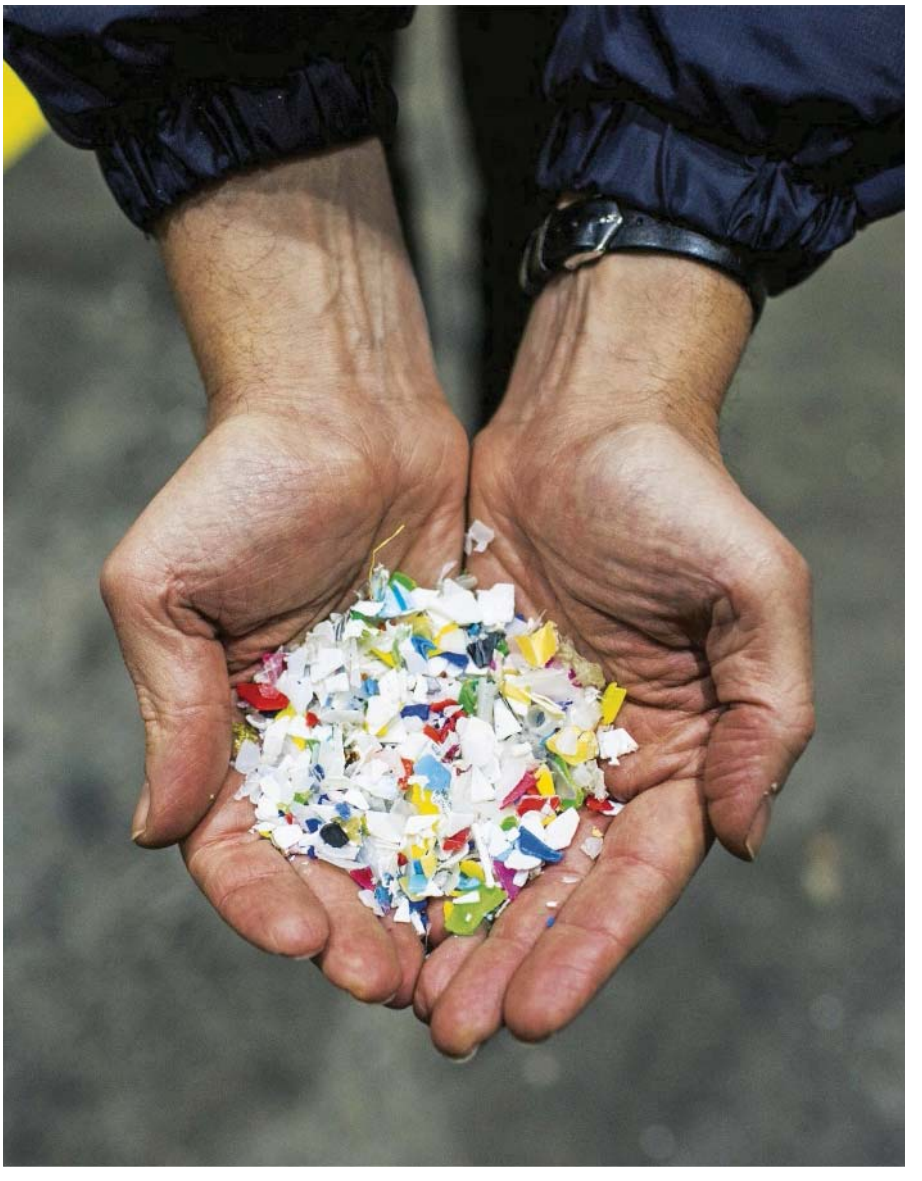
Viele Jahre lang wurde ein Teil des deutschen Abfalls nach Fernost verschifft: Containerplatz kostete nicht viel, in China war das Müllsortieren günstig. Rohstoffe wie Altplastik oder Altpapier waren gefragt. Doch seit März gilt in China ein Importstopp

GELBE TONNE

BERLIN/EISENHÜTTENSTADT

In der Hauptstadt lässt der Abfallverwerter Alba Verpackungsmüll sortieren und transportiert ihn dann nach Eisenhüttenstadt. Dort wird daraus Plastikgranulat für die Herstellung neuer Produkte. Verpackungsmaterial ist der Sonderfall im deutschen Recyclingsystem: Es wird nicht sortenrein gesammelt wie Papier, Glas oder Biomüll, sondern über seinen Nutzungszweck definiert. Deshalb müssen vor einer Wiederverwertung erst einmal Metalle, Folien, Tetra-Packs, Kunststoffe und Holzteile voneinander getrennt werden. Das ist aufwendig und kostet Milliarden. Doch es funktioniert, und teilweise entstehen am Ende aus alten wieder neue Materialien. Allerdings nicht für Lebensmittel: Für deren Verpackung ist der Einsatz von Recyclingmaterial – obwohl hygienisch eigentlich unbedenklich – noch verboten.

Sortierung
Fast alles läuft automatisch und wird an Monitoren überwacht. Menschen kontrollieren nur noch, ob die Maschinen alles richtig gemacht haben



Folienschnipsel
Sie können gereinigt und mittels Druck und Hitze wieder zu neuen Folien verarbeitet werden

Rohstoff Plastik
In Ballen warten sortierte Kunststoffverpackungen auf ihre Weiterverwertung

stern mit gratis TV-Magazin lesen und Wunsch-Prämie sichern.

Für Sie zur Wahl.

1. Amazon.de-Gutschein, Wert: 35,– €

35 Euro für die nächste Online-Shopping-Tour. Es erwarten Sie Highlights aus den Bereichen Technik, Film, Musik, Bücher, Games und vieles mehr.

Ohne Zuzahlung.

2. Google Home Mini

Sprachgesteuerter Lautsprecher mit Google Assistant. Beantwortet Fragen, gibt Musik über z.B. Spotify wieder, erleichtert den Alltag u.v.m. Maße: ø ca. 9,8 cm, Höhe ca. 4,2 cm. Farbe: Kreide.

Zuzahlung 1,– €.

stern
Das Reporter-Magazin

Ihre Vorteile im *stern*-Abo:

- **52 Ausgaben** portofrei inklusive TV-Magazin.
- Tolle **Prämie zur Wahl**.
- **50 % Ersparnis** für Studenten.

Ja, ich möchte den *stern* mit gratis TV-Magazin:

☐ **lesen!** **Bestell-Nr.: 170 5126**
☐ **als Student lesen!** **Bestell-Nr.: 170 5127**

Senden Sie mir den *stern* ab der nächsterreichbaren Ausgabe zum Preis von zzt. nur 4,70 € pro Ausgabe (inkl. MwSt. und Versand; Studenten zahlen zzt. nur 2,35 € pro Ausgabe und legen bitte ihre Immatrikulationsbescheinigung bei). Das *stern*-Abonnement zum Preis von 244,40 €/Studenten 122,20 € (ggf. zzgl. einmalig 1,– € Zuzahlung) umfasst zzt. 52 Ausgaben (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zzt. jeweils 4,70 €/Studenten zzt. 2,35 €). Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Meine Prämie erhalte ich nach Zahlungseingang. Nach 52 Ausgaben kann ich das Abonnement jederzeit zum Monatsende beim *stern*-Kundenservice z.B. per Post oder E-Mail kündigen. Im Voraus bezahlte Beträge erhalte ich dann zurück. Dieses Angebot gilt nur in Deutschland und nur, solange der Vorrat reicht. Auslandsangebote auf Anfrage.

Meine persönlichen Angaben: (bitte unbedingt ausfüllen)

☐ **Herr** ☐ **Frau**

Name, Vorname

Straße/Nr. Geb.-Datum

PLZ Wohnort

Telefon E-Mail-Adresse

☐ Ja, ich bin damit einverstanden, dass *stern* und Gruner + Jahr mich künftig per E-Mail oder Telefon über interessante Medien- und Produktangebote ihrer Marken informieren. Der Nutzung meiner Daten kann ich jederzeit widersprechen.

Ich zahle bequem per Bankeinzug: (13 Ausgaben für zzt. 61,10 € bzw. 30,55 € für Studenten, ggf. zzgl. einmalig 1,– € Zuzahlung)

BIC IBAN

Geldinstitut ☐ **Ich zahle per Rechnung.**

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Am Sandtorkai 74, 20457 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE77ZZZ00000004985, wiederkehrende Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt. **Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Als Prämie wähle ich: (bitte nur 1 Kreuz setzen)

☐ **1. Amazon.de-Gutschein, Wert: 35,– €** Ohne Zuzahlung ☐ **2. Google Home Mini** Zuzahlung 1,– €

Widerrufsrecht: Sie können die Bestellung binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen formlos widerrufen. Die Frist beginnt an dem Tag, an dem Sie die erste bestellte Ausgabe erhalten, nicht jedoch vor Erhalt einer Widerrufsbelehrung gemäß den Anforderungen von Art. 246a § 1 Abs. 2 Nr. 1 EGBGB. Zur Wahrung der Frist genügt bereits das rechtzeitige Absenden Ihres eindeutig erklärten Entschlusses, die Bestellung zu widerrufen. Sie können hierzu das Widerrufs-Muster aus Anlage 2 zu Art. 246a EGBGB nutzen. Der Widerruf ist zu richten an: *stern*-Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 040/55 55 78 00, E-Mail: kundenservice@dpv.de

Datum ✗ Unterschrift

So einfach erreichen Sie uns: (bitte immer die Bestell-Nr. angeben)

www.stern.de/lesen

Per Post einsenden an:
***stern*-Kundenservice, 20080 Hamburg**

Oder anrufen unter:
040/55 55 78 00

Oder Coupon ausfüllen, mit Smartphone fotografieren und per E-Mail an:
kundenservice@dpv.de

Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr GmbH & Co KG. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

HAMBURG

In der „Müllverwertung Borsigstraße“ wird nicht Wiederverwendbares verbrannt. Seit in Deutschland keine Siedlungsabfälle mehr deponiert werden dürfen, geht ein Drittel davon direkt in die Verbrennungsöfen spezieller Kraftwerke, die aus dem Müll Strom und Wärme erzeugen. Wegen des mittlerweile hohen Recyclinganteils in Deutschland sind viele Anlagen heute überdimensioniert. Sie importieren Müll, etwa aus Großbritannien

RESTMÜLL

Brennstofflager
Ein riesiger Greifer holt Nachschub für die Öfen der Müllverbrennung

Schlacke
Das Material, das nach der Verbrennung übrig bleibt, ist Schlacke – gut nutzbar für den Straßenbau

Wärme und Strom
Viele Verbrennungsanlagen sind in öffentlicher Hand, weil sich die dort gewonnene Energie teuer verkaufen lässt

Krump. „So können wir durch die richtige Mischung später möglichst homogene Rezyklate herstellen." Die resolute Chemikerin leitet die riesige Kunststoffverwertungsanlage. 85 Mitarbeiter verarbeiten hier rund 50 000 Tonnen Plastik im Jahr unter Druck und Hitze zu einem Granulat, aus dem dann wieder neue Verpackungen hergestellt werden können. „Uns gelingt es in der technischen Qualität – wie zum Beispiel bei Bruchfestigkeit oder Elastizität – mit neuen Kunststoffen zu konkurrieren", sagt Ulcnik-Krump stolz. Je nach Güte bekommt Alba für das Material zwischen 500 und 2000 Euro je Tonne. „Wir arbeiten ohne Subventionen und verdienen Geld." Das ist ein gigantischer Fortschritt im Vergleich zur Müllwirtschaft von vor 20 oder 30 Jahren. Aber trotz der schönen Begriffe, die alle nach Wertschöpfung klingen, bleibt ein großer Teil des Mülls, was er immer schon war: lästig und überflüssig.

Erst seit 2005 ist es in Deutschland verboten, den Restmüll einfach irgendwo auf einer Deponie abzukippen. Er muss verwertet werden, was noch immer oft heißt, dass er in den Ofen kommt. Das hat Tradition. 1896 wurde in Hamburg am Bullerdeich die erste „Müllverbrennungsanstalt" der Stadt eröffnet, ein gutes Vierteljahrhundert nach der Europapremiere dieser Entsorgungsart in London. Heute steht nur ein paar Kilometer vom Bullerdeich entfernt eine moderne Anlage, in der Tag für Tag 300 Müllwagen ihre Ladung abkippen. Es sind über 320 000 Tonnen pro Jahr – Tendenz steigend. Ein pudrig-cremiger Geruch liegt über der Zufahrt, wo gerade ein Lastwagen seine Fracht in einen riesigen Bunker ausspeit, der als Zwischenlager dient. Babywindeln dominieren – zumindest in der Nase – den Restmüll. Bei über 800 Grad verbrennt der Abfall. „Der Müll in der Anlage brennt sehr gut", sagt die Ingenieurin Nina Heinrich. „Heute ist keine Asche mehr im Hausmüll, keine Flaschen, kaum nasse Stoffe, die die Hitze klein halten würden." Zwei ihrer Kollegen blicken von einer Glaskanzel auf den Müll im Bunker herab. Sie lenken riesige Greifer, die den Müll umschichten und in den Schlund des Ofens stopfen. Der hängt fast frei in dem 50 Meter hohen Raum, damit er sich ausdehnen und zusammenziehen kann. Ein modernes Monster. Nach dem Verbrennen rieselt die Schlacke auf Förderbänder, wo alles herausgefischt wird, was nicht zerbröselt ist. Was übrig bleibt, eignet sich etwa für den Straßenbau. „Wir orientieren uns bei der Schlacke am Preis von Beton und versuchen, den immer ein bisschen zu unterbieten", sagt Stefan Lübben von der Stadtreinigung. „Da kommen wir in Hamburg ganz gut zum Zuge."

„Thermische Verwertung", wie die Müllleute das Verbrennen schönreden, ist weit von dem Ideal einer „Kreislaufwirtschaft" entfernt, in der Rohstoff Rohstoff bleibt. Wie das funktioniert – mit alten Prinzipien und modernen Verfahren –, zeigen die Beispiele Papier und Glas. Bereits 1774 verfasste der Jurist Justus Claproth eine Schrift über die Kunst, „aus gedrucktem Papier wiederum neues Papier zu machen". Lange waren die Ergebnisse grau und minderwertig, doch heute können nur noch Experten frisches von Recyclingpapier unterscheiden. Im Zehnminutentakt fahren die 40-Tonner mit Altpapier auf den Hof der Firma Steinbeis in Glückstadt an der Elbe. Hier landet, was die Hamburger gesammelt haben. Nur Minuten dauert es, bis in der Anlage Papier von Pappe getrennt und von Büroklammern befreit ist. Ohne chlorhaltige Chemikalien wird aus dem Stoff eine graue Brühe gekocht, die durch Zugabe von Wasser und Lauge immer heller wird. Wenige Stunden nach der Anlieferung verlässt frische weiße Ware die Fabrik. Draußen an der Rampe warten schon die Laster für den Papiergroßhandel.

Müllnation Deutschland

402

Millionen Tonnen Abfall fallen jedes Jahr an, davon mehr als die Hälfte Bauschutt

13

Prozent gelten als Siedlungsabfälle, dazu zählt auch der Hausmüll

Abfuhr Was die Männer von der Stadtreinigung aus den grauen Tonnen in ihre Wagen kippen, wird der „thermischen Verwertung" zugeführt

Mehr zum Thema finden Sie in unserem Online-Schwerpunkt: www.stern.de/muell

Müllanlagen als Prestigeprojekte

Rund 75 Prozent des Rohstoffs der deutschen Papierindustrie kommen inzwischen aus Altpapier. Ein Traumwert. Noch höher ist die Recyclingquote bei Glas, das seit 1974 flächendeckend in Deutschland gesammelt wird. Das Hamburger Glas geht nach Wahlstedt, wo an einem Fließband Frauen sitzen und den Rohstoff nach Farben trennen, Plastikflaschen herausfischen und Müll aussortieren. „Eine Pistole war auch schon mal dabei", sagt Anlagenchef Torsten Büge. Regelmäßig finden sich Geldbörsen und Autoschlüssel in den Scherben. Der Alkoholgeruch erinnert daran, dass Wein so ziemlich das letzte Getränk in Deutschland ist, das es in Glasflaschen ohne Pfand gibt. Einwegflaschen werden immer seltener. „Die fehlen dann bei uns", sagt Büge. Seine Anlage war einst für 120 000 Tonnen im Jahr ausgelegt und verarbeitet heute noch 40 000.

Das ist das Schicksal vieler Mülleinrichtungen: Sie werden großzügig dimensioniert – und sind dann nicht ausgelastet. Gerade die Kommunen sind bestrebt, den Folgen der Industrialisierung im industriellen Maßstab zu begegnen. Müll ist eben mehr als Abfall. Er kann ehrgeizigen Bürgermeistern dazu verhelfen, weit über ihre Amtszeit hinaus die Landschaft mit gigantischen Anlagen zu prägen.

Und er kann uns ein gutes Gefühl geben, wenn wir ihn perfekt sammeln und sortieren. Es ist die Pflicht derer, die den Abfall verwerten, so viel wie möglich aus ihm herauszuholen. Bis heute mussten sich alle Veredler und Recycler einem italienischen Künstler geschlagen geben. Piero Manzoni hatte wohl den größten Erfolg dabei, nutzlosen Resten Bedeutung und Wert zu geben. Vor über 50 Jahren füllte er seine berühmten Dosen mit „Merda d'artista" ab. Heute wird eine Büchse dieser „Künstlerscheiße" bei Auktionen für sechsstellige Eurobeträge gehandelt. Es kommt eben darauf an, was man daraus macht.

Es recherchierten: Daniel Bakir, Susanne Baller, Catrin Boldebuck, Katharina Frick, Christoph Fröhlich, Katharina Grimm, Malte Herwig, Ilona Kriesl, Christian Krug, Dirk Liedtke, Julia Rau, Sylvia Steinitz, Denise Wachter, Dirk van Versendaal, Cathrin Wißmann, Christine Zerwes

In der nächsten und übernächsten Woche im *stern*:
Teil 2 Planet Müll: Vom internationalen Geschäft mit dem Abfall und den gravierenden Folgen weltweit
Teil 3 Kampf dem Plastik: Wie die Ozeane vermüllen. Was Umweltschützer und Meeresbiologen dagegen tun

Lesen Sie zum selben Thema auf der nächsten Seite: Interview mit dem Chef einer Entsorgungsfirma

Axel Schweitzer, 48, Vorstandsvorsitzender der Alba Group. Das Berliner Unternehmen recycelt und entsorgt in verschiedenen Ländern alle Arten von Müll und setzt damit Milliarden um

„ZIEL SOLLTE EINE WELT OHNE ABFALL SEIN“

Alba-Chef Axel Schweitzer über den Wertewandel in seiner Branche – und die Herausforderungen der Zukunft

Herr Schweitzer, ärgert es Sie, als Müllmann bezeichnet zu werden?
Nein, so haben wir ja angefangen: Als meine Eltern vor ziemlich genau 50 Jahren mit Alba in der Entsorgungsbranche begannen, ging es nicht um Wertstoffe und Nachhaltigkeit, sondern um Müll. Meine Eltern hatten ein paar Lastwagen, und der erste Auftrag meines Vaters war, den Müll des Hotels Kempinski wegzufahren. Diese Arbeit war damals gesellschaftlich ganz weit unten angesiedelt.
Wurden Sie schief angeguckt?
Wenn Kinder früher nicht für die Schule lernen wollten, sagten ihnen die Eltern: Du endest später bei der Müllabfuhr. Als mein Vater anfing, fragten ihn seine Freunde: Habt ihr das nötig? Braucht ihr Hilfe? Aber er war sehr unternehmerisch und hartnäckig und hat früh die Chancen erkannt, die im Abfall liegen.
Wann war das?
In den 70er Jahren begann Alba als erstes Unternehmen mit dem professionellen Recycling. Vorher wurde Müll nur eingesammelt und auf die Kippe gefahren. Die Idee, die Wertstoffe wieder herauszuholen, fanden alle abwegig. Wir waren die Trendsetter, die getrennt gesammelt haben.
Wo steht Deutschland heute in Sachen Recycling?
Deutschland ist gut gestartet, doch die Entwicklung hat sich verlangsamt. Andere Nationen holen auf.
Verlieren wir den Anschluss?
Wenn wir nicht aufpassen, geht unser Vorsprung verloren. Die Zahl der Abfall-Innovationen geht zurück. Der gesetzliche Rahmen ist nicht herausfordernd genug, um Anreize für die Entwicklung neuer Technologien zu setzen. Die Politik muss mehr tun. Abfall ist immer ein Spiegel von Konsum und Produktion. Unser Ziel sollte eine Welt ohne Abfall sein.

Sie verdienen Ihr Geld mit Müll und wollen ihn abschaffen? Ist das in Ihrer Branche mehrheitsfähig?
Die eine Hälfte der Kollegen meint, wir hätten eine Meise. Die andere hält das Konzept für richtig, glaubt aber nicht, dass es umsetzbar ist. Nur: So, wie wir als Menschheit heute den Planeten ausbeuten, können wir doch nicht weitermachen. Es ist schlicht nicht nachhaltig. Weder reichen die Rohstoffe, noch kann die Natur die Eingriffe und die Erderwärmung ausbalancieren. Wir können gebrauchte Dinge nicht immer nur wegwerfen.
Aber in Deutschland wird doch schon heute nichts mehr einfach auf die Kippe gefahren.
Das stimmt: Seit 2005 gibt es ein Deponieverbot für unbehandelte Abfälle. Aber es wird immer noch viel zu viel verbrannt. Das ist falsch. Wir müssen alle Abfälle wiederverwerten oder besser vermeiden. Produkte müssen so entwickelt werden, dass man sie gut recyceln kann. Und optimal wäre es, sie würden auch aus recycelten Stoffen hergestellt. Deutschland ist schließlich ein ressourcenarmes Land. Ziel muss die Unabhängigkeit von Rohstoffimporten sein.
Autarkie? Ist das nicht ziemlich rückwärtsgewandt?
Überhaupt nicht! Der Trend geht doch hin zu einer „Shared Economy“, bei der die Menschen nur noch nutzen, nicht mehr besitzen. In Berlin ist es schon heute uncool, ein Auto selber zu besitzen. Und das wird sich auch in anderen Bereichen durchsetzen.
Was hat Carsharing mit Müll zu tun?
Autos stehen doch heute den größten Teil der Zeit ungenutzt herum. Teilt man sie sich mit anderen, nutzt man die darin verbauten Rohstoffe viel effizienter. Und am Ende des Autolebens sollte man darüber nachdenken, welche Teile man weiterverwenden und welche man wie recyceln kann. Es müssen ja nicht immer neue Teile verbaut werden. Das Design sollte das Recycling direkt mitdenken, viel mehr Produkte müssen repariert oder aufbereitet werden, um ihnen ein zweites oder drittes Leben zu geben.

Sie wollen vom Müllkutscher zum Organisator von Produktkreisläufen werden?
Logistik-, Produkt- und Materialkreisläufe sind schon seit mehr als 25 Jahren unser Geschäft. Ich sehe das nicht als Gegenmodell zur Entsorgung, sondern als Ergänzung. Genauso denken wir über autonom fahrende Müllwagen und intelligente Mülltonnen nach, die melden, wenn sie voll sind.
Was ist mit dem Verpackungsmüll, mit dem Sie viel Umsatz machen: Wäre es kein Problem für Sie, wenn der immer weiter reduziert würde?
Nein. So wie es jetzt ist, ist es nicht nachhaltig. Ich sehe das in Stufen: Recycling ist besser als Müllverbrennung, und die ist besser als die Deponie. Aber wir dürfen uns nicht mit dem Erreichten zufrieden geben. Wir haben bisher nur die ersten Schritte auf dem Weg zu einer nachhaltigen Wirtschaft gemacht.
Sind andere weiter?
In China zum Beispiel steht das Thema Umwelt inzwischen ganz oben auf der politischen Agenda. Die wollen nicht zur Müllkippe der Welt werden und verbieten deswegen gerade klassische Müllimporte. Das finde ich richtig. „Beautiful China“ nennt die Regierung das. China soll wieder sauber und schön werden. Rohstoffe werden nur noch in hoher Qualität eingeführt. Daraus entsteht eine enorme volkswirtschaftliche Kraft.
Haben Sie Hoffnung, dass die neue Regierung etwas ändert?
Politisch steht das Thema Umwelt in der Großen Koalition gerade nicht auf den vorderen Rängen. Da wird eine Riesenchance vertan. Wir müssen in Deutschland die Beispiele zeigen, mit denen wir dann global erfolgreich sind. Deswegen müssen die Rahmenbedingungen hier richtig gesetzt werden. Wir dürfen uns nicht auf dem Erreichten ausruhen.

Interview: Jan Boris Wintzenburg

WAHRE VERBRECHEN.
WAHRE GESCHICHTEN.

1 Ausgabe gratis!

Crime. Das neue Magazin.

Lust auf Gänsehaut? Hier erwarten Sie wahre Verbrechen und wahre Geschichten.
Das Beste: Zum Kennenlernen können Sie sich **ein Heft kostenlos nach Hause bestellen.**

GLEICH ONLINE BESTELLEN

www.stern-crime.de/gratisheft

Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr GmbH & Co KG. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

POLITIK

IM BAUCH DER AFD

Von Wigbert Löer

Über Wochen verfolgte der *stern* eine Whatsapp-Gruppe von AfD-Funktionären und -Mitgliedern. Einblicke in eine sehr eigene Welt

7. 3. 2018, 16.10 Uhr: Gepostet wird eine Mordfantasie. Der Soldat, so die Idee, müsste nur abdrücken. Das Foto mit Angela Merkel wird mehrfach in die Gruppe gestellt.

2. 3. 2018, 9.39 Uhr: Eine Chat-Teilnehmerin drückt ihre Verachtung gegenüber Flüchtlingen mit einem kurzen Video aus: „Apollo, was machst du mit den Flüchtlingen?“ Hund beißt zu. Herrchen lobt.

Sie sorgen sich um die Sicherheit von Frauen und Mädchen. Sie posten rassistische Hetzvideos mit Hunden. Sie bangen um den Diesel. Sie fordern Belege dafür, dass Jens R., der psychisch kranke Attentäter von Münster, „deutschen Blutes ist“. Und sie stellen fest, dass es solche Attentate nicht gegeben habe, „bis Merkel kam“. Ab und zu zoffen sie sich, aber meistens sind sie einig. Knapp 80 Männer und Frauen tauschen sich in der Whatsapp-Gruppe „Integrativ-Konservativ“ aus. Die meisten sind Lokal- und Landespolitiker der AfD, einer sitzt im Bundestag. Ein Mitglied des AfD-Bundesvorstands ist auch dabei. Sie sind die Menschen, deren Stimmen der Gesundheitsminister Jens Spahn im Kopf haben dürfte, wenn er sich um „Recht und Ordnung“ („Bild“-Zeitung) in Deutschland sorgt.

Der *stern* konnte der Whatsapp-Gruppe mehrere Wochen folgen. Konnte insgesamt 3060 Beiträge lesen, 219 Fotos anschauen und 34 Filmchen. Es öffnete sich so etwas wie der Bauch der AfD, das Innere einer Bewegung.

Viele AfD-Politiker und große Teile ihrer Anhänger eint, dass sie Zeitungen, Radio- und Fernsehsendern nicht mehr trauen. Sie glauben nicht, dass ihnen die etablierten Medien die Welt so zeigen, wie sie ist. Im Bundestag baut die AfD gerade eine eigene PR-Einheit auf, die sie Newsroom nennt und die wohl ein Gegengewicht werden soll zu den angeblichen „Fake News“ der angeblich regierungstreuen Presse. Die Anhänger der Partei aber haben längst eine eigene Gegenöffentlichkeit etabliert – erst auf Facebook, verstärkt nun in Whatsapp-Gruppen.

ALLES IST ERLAUBT

Am 2. März 2018 um 8.44 Uhr postet die 65-jährige Brigitte D. aus Nordrhein-Westfalen ein Video. Vor einem Jahr hat sie in einem Interview gesagt: „Ich habe nichts gegen Ausländer.“ In ihrem Video ist nun ein Hund zu sehen und wie sein Herrchen ihm ein Leckerli hinhält. „Vom Türken“, sagt das Herrchen. Der Hund weicht zurück. „Vom Deutschen“, sagt das Herrchen danach. Jetzt frisst der Hund aus der Hand. „Der Hund hat noch Ehre“, lautet der erste Kommentar in der Whatsapp-Gruppe.

Keine Stunde später folgt ein weiteres Video, eingestellt ebenfalls von einer Frau.

FOTO: SHUTTERSTOCK

Bei ihr tritt ein Rottweiler namens Apollo auf; er wird gefragt, was er mit den Einwanderern machen wolle. Der Hund fletscht die Zähne, schnappt mit dem Kiefer. „Jaaaa“, lobt sein Herrchen.

Die Hundevideos provozieren in dem Chat keinen Widerspruch. Wer nicht einverstanden ist, bleibt zumindest ruhig, auch wenn die Aussagen offen rassistisch oder menschenverachtend sind. So läuft es oft in der Gruppe. Der „Korridor des Sagbaren“, der aus AfD-Sicht in den klassischen Medien so schmal ist – hier ist er sehr weit. In viereinhalb Wochen werden zwar auch 40 Nachrichten von den Administratoren gelöscht. Nachhaltig beschweren wird sich aber nur ein Teilnehmer, ein Lokalpolitiker aus Westfalen. Ihn stört ein gepostetes Film, der den Eindruck erwecke, Hitler sei zum Krieg gedrängt worden und Auschwitz habe es nie gegeben. „Trollt euch zur NPD“, schreibt er, und dass er „mit Nazi-Sympathisanten nichts am Hut“ habe. Beifall bekommt er dafür nicht. „Der Gegner ist draußen und nicht hier in diesem Saal“, belehrt ihn ein Chatkollege.

ÄNGSTE

Die Mentalitäten der Parteifreunde mögen sich unterscheiden. Aber Angst hält das AfD-Land zusammen. Sie zieht sich durch die Beiträge, etwa wenn im Video von der Frankfurter Einkaufsstraße Zeil orientalischer Gesang zu hören ist und dunkelhaarige Passanten zu sehen sind. Zum Anstieg der Geburtenrate in Deutschland heißt es: „Anstieg der deutschen Mütter 3 %, Anstieg der ausländischen Mütter 25 %.“ Und dann: „Man nehme die Sterberate hinzu, bei der das Verhältnis vermutlich umgekehrt ist, und fertig ist der ‚Volkstod‘.“

Volk und Rasse scheinen nahe Verwandte zu sein. Überall machen die Chatmitglieder Trends aus, die sie beunruhigen. „Weiße Männer mit blauen Augen gibt es in Hollywood nicht mehr. Ausnahmen Willis und Di Caprio“, behauptet ein AfD-Bezirkschef aus Nordrhein-Westfalen. „In der neuesten Staffel von ‚Star Trek‘ sind Kapitän und Erster Offizier Asiatin und Farbige.“

Das Fremde wirkt größer und größer und irgendwann übermächtig. Die Bedrohung wächst noch einmal, wenn Kriminalität hinzukommt. Mitte März postet ein Teilnehmer die „Messer-Vorhersage“, eine Deutschlandkarte in der Anmutung des Wetterberichts. Neben Wölkchen sind blutige Messer zu sehen. Insgesamt taucht das Wort Messer in der Gruppe während der viereinhalb Wochen 52-mal auf.

„Waffenrecht für ALLE“, fordert ein AfD-Mann aus Ostwestfalen. Und bald hallt es aus der Echokammer zurück. Eine Frau findet, man werde theoretisch gezwungen, auch seine Kinder zu bewaffnen. Sie ist in Sorge. Sie droht. „Irgendwann sag ich auch noch: ‚Pass auf und fackel nicht lang.‘ Wenn das so weitergeht. Wir brauchen Selbstverteidigungskurse für unsere gewaltfrei aufgezogenen Kinder.“

9. 3. 18, 22.36 Uhr: Hier kommt an, was Machos lustig finden. Ein anderes Bild zeigt eine Frau, die einen Männerfuß küsst. Darunter steht: „Alltag kehrt wieder ein …“

19. 3. 2018, 12.13 Uhr: Russlands Präsident wird im Chat immer wieder verehrt oder verteidigt. Hier sollen Fotos belegen, dass nur Wladimir Putin vor Arabern aufrecht steht.

17. 3. 2018, 19.51: Die Orte, an denen die blutigen Messer platziert sind, sollen an entsprechende Angriffe erinnern. Mit dem Thema Kriminalität befassen sich sehr viele Beiträge.

HÄME

Der Chat ist sehr bei sich, wenn es gegen politische Gegner geht. Am besten funktionieren Feindbilder. Die linke Aktivistin Jutta Ditfurth ist eines. Ende März postet jemand einen Bericht der „Hamburger Morgenpost“: „Feige Attacke im ICE: Gehirnerschütterung! Ex-Grüne Ditfurth mit Metallstock geschlagen“.

AfD-Politiker klagen immer wieder und nicht zu Unrecht, dass Mitglieder ihrer Partei Opfer linksradikaler Gewalt würden. Der Angriff auf Jutta Ditfurth allerdings provoziert jetzt Häme im Minutentakt. „Das geht natürlich nicht. Es hätte Holz sein müssen.“ – „Jedenfalls ist der Metallstock jetzt kontaminiert.“ – „Muss dafür jetzt auch ein Endlager gefunden werden?“ – „Ditfurth hat was Falsches geraucht und hatte schon Halluzinationen.“

Mitglied der Gruppe ist auch Guido Reil aus dem AfD-Bundesvorstand. 2017 attackierte jemand sein Haus in Essen mit Farbbeuteln und schlug die Scheibe seines Autos ein. Reil äußert sich jetzt trotzdem nicht zu den Kommentaren seiner Parteifreunde. Dafür ist er in der Whatsapp-Gruppe mit seinem Kältebus für Obdachlose zu sehen.

NATIONAL UND SOZIALISTISCH

Guido Reil, ein Bergmann, der lange Kommunalpolitik für die SPD betrieb, wurde bei seinem Parteiwechsel von einigen seiner heutigen Chatkollegen kritisch beäugt. Zu links, zu sehr Altpartei, will nur Karriere machen bei uns – so lauteten 2016 die Urteile. Heute sitzt Reil auch deshalb im Parteivorstand: weil sein linkes Image für die AfD wichtig ist.

Reil solle die enttäuschten Sozialdemokraten auffangen, schreibt einer im Chat. „Dadurch wird die AfD national + sozialistisch“, kommentiert daraufhin ein Administrator der Gruppe. „Passt schon“, kommentiert jener Teilnehmer, der auch den Film über Hitler und Auschwitz gepostet hat.

Die AfD gründete sich vor fünf Jahren als eine Art eurokritische Gegen-FDP. Verdammt lang her. Heute ist eine wichtige Strategie, das Nationale mit dem Sozialen zu verbinden. Das Nationale zeigt sich, wenn die Gruppe Flucht und Asyl diskutiert. „Syrien geht mir komplett am A… vorbei. Von mir aus können die sich da 365 Tage im Jahr abschlachten. Liegt dann wohl in ihrer Natur. Hauptsache, sie belästigen uns nicht damit, nicht als Flüchtlinge ➤

vorm selbst angezettelten Krieg und vor allem nicht finanziell." Solches Empfinden findet Beifall und Bestärkung. Das Soziale tritt hervor, wenn die Gruppe über Deutschland spricht. Einen „Egoismus der Ellbogengesellschaft" stellt sie hier fest. Hier ist – anders als in Syrien – nicht der Einzelne gefordert, sein Schicksal zu meistern. Der Staat soll seine Bürger absichern.

Ein Teilnehmer stellt die Rechnung eines Pflegeheims ein, in dem seine Mutter untergebracht ist. Allgemeine Pflege Grad 3, Altenpflegeumlage, Unterkunft, Verpflegung, Investitionskosten – fünf monatliche Posten sind aufgelistet und addiert. 3543 Euro macht das, die Krankenkasse zahlt davon nur 1262. Es regt sich Wut in der Gruppe, auch Mitgefühl.

„Danke fürs Teilen. Das muss man mal gesehen haben! Unfassbar!", schreibt einer. „So viel zum Thema Christlichkeit und Nächstenliebe", kommentiert der Nächste. Dann wird es politisch. „Wer von der AfD greift diese Themen auf? Rente/Hartz IV/Kinderarmut/Armutsgrenze, all diese Themen werden nicht bespielt, weil sie nichts mit konservativer Politik zu tun haben … Diese Themen dürfen wir den Sozis nicht überlassen", fordert ein Teilnehmer. „National + sozialistisch." Er schimpft noch auf „die reichen Bonzen".

ALICE WEIDEL

Viele Teilnehmer des Whatsapp-Chats „Integrativ-Konservativ" fremdeln mit der Chefin der AfD-Bundestagsfraktion. Ein Grund: Alice Weidel hat bei der US-amerikanischen Investmentbank Goldman Sachs gearbeitet. Man erinnert daran, als im Chat die Nachricht auftaucht, dass der neue Finanzminister Olaf Scholz einen früheren Goldman-Sachs-Banker zum Staatssekretär macht. Goldman-Sachs-Leute würden niemals „Politik für freie Völker machen", schreibt einer. Nationale Grenzen stünden schließlich ihrer Globalisierungsbestrebung entgegen.

Man ist sich auch unsicher, ob die mächtigste Frau der AfD überhaupt politisch rechts steht. Eine Fotomontage zeigt Alice Weidel neben der Bundeskanzlerin, „Vergangenheit" steht über Merkel, „Zukunft" über Weidel. Das Bildchen ist nett gemeint für Weidel, doch die Kommentare fallen skeptisch aus. „Vom Regen in die Traufe", heißt es. „Die einen versteckt man in der CDU, die anderen in der AfD." Und: „Sie schwimmt mit dem Strom, der gerade angesagt ist, ich erkenne keine klare Linie bei ihr. Sie ist rechts, wenn sie Rechts braucht."

OST UND WEST

Viele Chatteilnehmer kommen aus Westdeutschland, wo die AfD bislang vergleichsweise geringe Wahlergebnisse

15. 3. 2018, 19.07 Uhr: Ein Mitglied stellt die Rechnung eines Pflegeheims für seine Mutter in den Chat. Es zahlte für einen Monat rund 2300 Euro. Mitgefühl kommt auf.

30. 3. 2018, 11.24 Uhr: ein AfD-Plakat, selbst gebastelt, ohne Parteilogo, dafür mit Riesenfaust-Ästhetik. Der Ton passt aber. Zuletzt forderte die Partei: „Hol dir dein Land zurück!"

14. 3. 2018, 8.22 Uhr: CDU-Mann Spahn hat mit Äußerungen über Armut provoziert. Das bringt ihn in den Chat, montiert in ein Gemälde der französischen Königin Marie-Antoinette.

erzielte. Sie sehen in den Ostdeutschen eine Avantgarde. Der Westen sei eben „umerzogen worden und leidet bis heute darunter. Es braucht sanftere Methoden als im Osten, um Vertrauen zu gewinnen, denn wir müssen hier auch die liberalen Migranten aus ganz Europa ins Boot holen", erklärt ein Kreisvorsitzender aus der Nähe von Düsseldorf.

Für den Osten spricht dann André Poggenburg, langjähriger AfD-Chef in Sachsen-Anhalt, ein Promi der Partei, ein Urgestein der Whatsapp-Gruppe. Poggenburg hat gerade seine Posten eingebüßt, weil er Türken öffentlich als „Kameltreiber" diffamierte. Doch die geschlossene Chatgruppe steht mehrheitlich hinter ihm. Poggenburg macht sich Luft: „Pausenlos müssen wir uns im Osten anhören, was wir sagen dürfen und vor allem wie. Greifen wir andauernd Parteifreunde im Westen an, weil die unser Wahlergebnis im Osten verhageln? Die Leute, die 1989 hier auf die Straße gingen, wussten auch nicht, ob es klappt oder ob sie letztlich niedergeknüppelt, -geschossen oder einkassiert werden. Da ist das heute doch ein Zuckerschlecken im Vergleich."

LAUNEN

Sie ärgern sich im Chat, dass ältere Dieselautos vielleicht bald nicht mehr in bestimmte Innenstädte fahren dürfen. Sie halten zum katalanischen Separatistenführer Carles Puigdemont, als der in Neumünster festgenommen wird. Sie beklagen ihre Sperren auf Facebook, einer ist gerade zum zweiten Mal in diesem Jahr für 30 Tage ausgeschlossen. Eine „Zensur der Wahrheit", schreibt er.

Sie feiern Sat-1-Moderator Claus Strunz für seine Thesen in der Talkshow „Maischberger": „Strunz ist der Beste!" – „Strunz nimmt der AfD viel Arbeit ab." – „Hamstergesicht Kühnert muss ins Bett jetzt!"

Sie posten mehrfach ein Bild, auf dem ein bewaffneter Soldat neben Angela Merkel steht und laut Textblase über seinem Kopf denkt: „Ich könnte zum Held werden, jetzt sofort." Sie springen ohne Zögern Russland und seinem Präsidenten bei, als die Welt vom Giftanschlag in England erfährt. Einer der Administratoren gibt die These vor: „Das haben die Engländer selbst initiiert und wollen es den Russen in die Schuhe schieben. Nur so können die erhöhten Rüstungskosten dem Volk verkauft werden. Auch eine Art des Wirtschaftsaufschwungs. So hat Adolf es seinerzeit auch gemacht."

Sie beklagen, dass es dieses Jahr kein Treffen des rechten Parteiflügels am Kyffhäuser-Denkmal in Thüringen gibt. Der Wirt habe zu viele Drohungen erhalten, aber offiziell werde man das anders be-

gründen. Sie schimpfen auf den Münchner Erzbischof Marx, der dazu aufruft, auf Muslime zuzugehen.

Sie streiten über Ostern („Glauben ist Privatsache"), aber kämpfen für den Osterhasen, der in Deutschland heute auch „Traditionshase" oder „Schmunzelhase" heißt. Nicht okay sei das, findet die Whatsapp-Gruppe, aber ein Teilnehmer weiß, wie man sich wehren kann. „Wir hatten mit acht Leuten in der Vorweihnachtszeit mal öfter die Penny-Läden im Umkreis besucht und die bunten umgedeuteten ‚Weihnachtsmänner' kartonweise eingedrückt. Nur so kann man als Konsument noch seine Abneigung zum Ausdruck bringen!"

Sie sind oft schlecht gelaunt von all den negativen Nachrichten, die sie senden und lesen und kommentieren, manche posten bis weit nach Mitternacht. Eine Teilnehmerin bringt die Stimmung auf den Punkt. „Och Leute, ich hab keinen Bock drauf, jede einzelne Straftat Deutschlands hier in dreifacher Form präsentiert zu bekommen und drüber zu sprechen", schreibt sie. Dann verlässt sie den Chat.

Fünf Minuten später postet ihr jemand eine „Bild"-Schlagzeile hinterher: „Kindesmissbrauchsskandal in Großbritannien aufgedeckt. 1000 Mädchen vergewaltigt und auf den Strich geschickt." Es geht nicht nur um Straftaten in Deutschland.

Aber dann sind sie auch wieder hoch motiviert in der Gruppe. Aus der Gegenwart, die sie sich so bedrückend zusammenstellen, erwächst ihnen ein Auftrag: Sie wollen auf die Straße. Der Name, hinter dem sich alle sammeln, lautet Kandel.

KANDEL

„Zitat: Die ersten Bürger mit Plakaten gegen Gewalt und Überfremdung", schreibt einer und jubelt. „Das ist so was von einem bockstarken Signal, die Presse spricht nicht mehr von Rechtsextremen, sondern von Bürgern gegen Überfremdung."

So liest sich eine der vielen Reaktionen, die Beiträge zu Demonstrationen in dem südpfälzischen Städtchen Kandel hervorrufen. Dort ist im Dezember ein 15-jähriges Mädchen erstochen worden. Der mutmaßliche Täter kam aber als angeblich minderjähriger Flüchtling nach Deutschland, ein Muslim aus Afghanistan.

Kandel bündelt viel von dem, was die Whatsapp-Gruppe der AfD bewegt: die Angst vor Menschen, die traumatisiert aus Bürgerkriegsländern nach Deutschland kommen; die Abneigung gegen den Islam; die Verachtung der Flüchtlingspolitik der Bundesregierung; schließlich das Bewusstsein, jetzt selbst kämpfen zu müssen.

Diese Gefühlslage, das ist die Idee, soll die AfD in Deutschland mehrheitsfähig machen. Mordende Flüchtlinge kann ja keiner wollen. Das Motto: „Kandel ist überall."

2. 3. 2018, 17.24 Uhr: eines der Bilder, die Menschen auf der Flucht zeigen. Ihre Masse soll abschrecken. Zu Rüstungsexporten hat die AfD sich bisher eher nicht geäußert.

16. 3. 2018, 7.53 Uhr: Kandel steht im Chat für den Kampf auf der Straße. Die Ermordung eines Mädchens in der Stadt in der Südpfalz motiviert viele in der Whatsapp-Gruppe.

3. 3. 2018, 20 Uhr: Zur „Tagesschau"-Zeit die Botschaft, dass früher vieles besser war. Zumindest trug der Mann Rüstung statt rosa Schühchen und begrüßte keine Flüchtlinge.

Eine Frau bittet im Chat um Hilfe, sie arbeitet an Transparenten für eine neue Kandel-Demo. Sofort klickern Vorschläge in die Smartphones: „Mia's Tod ist eine Schand in unserm schönen deutschen Land." – „Lüge, Hetze und Betrug. Bürger haben jetzt genug." – „Mütter holt die Töchter heim, Merkels Gäste kommen mit dem Messer rein."

Die Kandel-Aktivisten sind sich nicht alle einig, manchen ist die AfD zu dominant geworden. Doch die Whatsapp-Gruppe bespricht schon den nächsten Schritt. Er soll den Protest auf der Straße mit den sozialen Medien verbinden.

Ende März speist ein Vize-Kreisvorsitzender der AfD einen Aufruf in die Gruppe ein. Der Text soll die Leute aufputschen: „Und wenn es dann DEINE Tochter, DEINE Frau oder DEIN Kind trifft, kannst DU nicht sagen, du hast es nicht gewusst! NEIN, du hast dann mit gemordet, mit vergewaltigt, mit geschändet und mit verletzt!!! Denn du hast es gewusst!! Und du bist mitschuldig!!"

Der AfD-Mann gibt vor, wie mit dem Papier umzugehen ist. Jeder soll es 100-mal ausdrucken und in Briefkästen stecken, auch in den eigenen. „Am folgenden Tag … postet man den ‚Fund' des Flugblattes im eigenen Briefkasten mit einem Foto und ein paar wohlwollenden Zeilen." So soll der Eindruck erweckt werden, man habe das Flugblatt zufällig bekommen und stehe hinter der Sache.

Die Aktion ist durchdacht – und läuft mit „Unterstützung" der identitären Bewegung. Diese rechtsextreme Gruppierung wird vom Verfassungsschutz beobachtet. Spitzenpolitiker der AfD weisen immer wieder darauf hin, dass die Partei nicht mit den Identitären kooperiere.

Wohl auch aufgrund solcher „Unterstützung" mahnt ein Chatmitglied am 8. März die Gruppe, sich bei der Kommunikation doch bitte zu mäßigen. Der Mann ist Polizeibeamter. Er schreibt: „Fakt ist, dass wir U-Boote und Kuckuckseier in unseren Reihen haben, welche u.a. uns von den etablierten Parteien ins Nest gesetzt wurden. Und nicht nur von denen. Es werden auch ein paar ‚Verfassungsschützer' dabei sein!"

Der Polizist bekennt sich noch „zu unserer wunderbaren freiheitlich-demokratischen Grundordnung". Zwei Wochen später verlässt er die Whatsapp-Gruppe.

Wigbert Löer recherchiert seit zwei Jahren bei der AfD. Dort beschweren sich einige über kritische Berichterstattung. Andere halten diese für wichtig. Hinweise aus und zu der Partei gern an: **investigativ@stern.de**

„Ich wollte mich nicht brechen lassen

DAS STERN-GESPRÄCH

Er war der Popstar der deutschen Leichtathletik. Dann erkrankte Tim Lobinger vor einem Jahr an Krebs. Ein Gespräch über das Leid während fünf Chemotherapien, den Sport als Kraftquelle und das Ende seiner Ehe

Von Anika Geisler und Mathias Schneider;
Fotos: Frank Bauer

Ein Körper wie gemeißelt: In seiner aktiven Zeit als Stabhochspringer – hier bei einem Wettkampf 2009 in Stuttgart – avancierte Tim Lobinger zur umschwärmten Popfigur der Leichtathletik

Etwa ein Jahr ist es her, dass der ehemalige Weltklasse-Stabhochspringer Lobinger, 45, im März 2017 eine der schlimmsten Diagnosen erhielt, die sich ein Mensch vorstellen kann: Plasmazell-Leukämie – Blutkrebs. Es war ein Schock, nicht nur für ihn und seine Familie. Denn Lobinger avancierte in den Neunzigern und frühen Zweitausendern mit seinem wie gemeißelt erscheinenden Körper und seinem langen Haar zu einer umschwärmten Popfigur des Sports. Zum Anführer eines laut inszenierten Körperkults. Optisch perfekt. Unverwundbar.

An diesem Tag stört kein Geräusch die Nebenstraßen-Idylle in München. Der zweijährige Sohn Okkert ist mit der Oma draußen. Lobinger nimmt am Esstisch Platz, seine Frau Alina im Hintergrund, in der Küche. Zwei Stunden wird er sprechen, mal voller Selbstironie, mal voller Schmerz. Am Vormittag hat ein Freund ihm die Haare geschnitten – zum ersten Mal seit den Chemotherapien, der durch sie verursachten Glatze und dem Wiederwachsen der Haare. Ein Schritt mit Symbolwirkung.

Herr Lobinger, ist es ein ermutigendes Zeichen, dass wir Sie mit voller Haarpracht antreffen?

Es ist zumindest ermutigend, mal nicht gleich als Kranker angesehen zu werden. Wenn die Augenbrauen nach der Chemotherapie fehlen, hast du einfach den Krebs-Look. Jeder definiert dich darüber.

Vergangenes Jahr mussten Sie fünf Chemotherapien, eine Stammzelltransplantation und Bestrahlungen durchstehen. Die Therapien schienen erfolgreich, doch im Januar erhielten Sie den niederschmetternden Befund, dass der Krebs zurückgekommen ist …

… deshalb war es für mich so wichtig, von den Ärzten zu erfahren, dass die ganze Prozedur, die ich im Jahr zuvor durchgemacht hatte, nicht gleich wieder auf mich zukommt.

Wie haben Sie die erneute Hiobsbotschaft verkraftet?

Fast eine Woche lang steckte ich im Niemandsland. „Wir müssen jetzt beten, dass die Krebszellen wegen der aggressiven Therapien nicht beleidigt sind und sich wieder rasend vermehren", hatte mir der Arzt mitgeteilt. Die zwei Krebszellenarten, die vergangenes Jahr erkannt wurden und vernichtet werden konnten, sind diesmal auch nicht mehr nachgewiesen worden. Dafür ist eine leicht mutierte Form zurückgekehrt. Nach dieser Nachricht war ich knapp eine Woche in einem Zustand, den man nicht allzu oft erleben sollte. Furchtbar. Eine große Leere war in mir, ein Loch. Trauer legte sich über die ganze Familie.

Sie mussten erneut befürchten, in kürzester Zeit zu sterben.

Jetzt geht es ganz rasant, das war die Sorge. Wenn der Krebs erst einmal in Schwung kommt, ist es schwer, ihn zu bändigen. Deshalb stand die Angst im Raum, dass wir sofort wieder mit der Chemo würden starten müssen.

Warum kam es dieses Mal anders?

Die Blutwerte sind erst einmal nicht schlechter geworden. Zumindest bis heute nicht.

Dürfen Sie die Hoffnung haben, den Krebs nicht nur in Schach zu halten, sondern ihn ganz zu bändigen?

Mithilfe meines Stammzellenspenders werden mir aktuell dessen Lymphzellen infiltriert. Wie ein Booster für das Immunsystem soll das wirken. Die Ärzte wollen, dass es die alten Tim-Lobinger-Krebszellen noch einmal jagt, die die Chemos und die Stammzelltransplantation nicht ganz ausradieren konnten.

Klingt hoffnungsvoll.

Schon – aber die Nebenwirkungen! Ab der dritten Spritze ist mit schlimmen Hautreaktionen zu rechnen, hohem Fieber oder Durchfall. Die Schuhgröße geht manchmal von 43 auf 47 hoch, wegen der geschwollenen Füße. Entscheidender ist für mich aber, dass der Arzt gesagt hat: Jetzt haben wir wieder ein oder zwei Jahre gewonnen, um zu sehen, was es an neuen medizinischen Therapieoptionen gibt. Das hört sich anders an, als Woche für Woche zu bangen.

Können sich die Ärzte erklären, warum der Krebs zurückgekommen ist?

Offensichtlich ist bei mir eine Hauptsicherung im Körper falsch programmiert und produziert weiter diese kranken Zellen. Leukämie wird man häufig nie ganz los, speziell nicht bei meiner sehr aggressiven und seltenen Form.

Wie lange können Sie so leben?

Das können mir die Ärzte nicht wirklich sagen, aber sie wirken derzeit entspannt und raten mir: „Tu so, als ob du es nicht wüsstest. Du kannst vorsichtig alles machen." Das musste ich auch erst lernen, mir zu sagen: „Okay, ich habe Krebs, fühle mich aber gut." Es ist wichtig, dass ich mich auf das Weiterleben konzentriere – und nicht den ganzen Tag traurig darüber bin, dass ich nicht weiß, wie lange ich noch habe.

Wie haben Sie gelernt, die Lebensgefahr zu verdrängen?

Ich kann das erstaunlich gut. Es gibt Tage, da denke ich mir: Der Krebs ist fast weg. Ich fühle mich dann gesund, glaube, mein Körper hat es im Griff. Auf dieses Gefühl lasse ich ➤

> **Die Schuhgröße verändert sich manchmal von 43 auf 47**

FOTO: ACTION PRESS

mich ein, sonst habe ich ja von keinem Tag mehr etwas.

Was heißt das in Ihrem Fall: sich gesund fühlen?

Ich kann wieder 50 Meter in knapp über sieben Sekunden sprinten. Nicht toll, aber für mich wichtig – im letzten Jahr konnte ich nicht mal joggen. Da war noch der Tumor in der Schulter, die Krebszellen hatten sich auch im Knochen angesiedelt und drohten ihn zu zerfressen. Die Schulter musste bestrahlt werden. In der Zeit konnte ich mir nicht mal den Kopf waschen oder eine Tasse aus dem Schrank holen.

Wie geht es der Schulter heute?

Ich kann Krafttraining machen! Mein Körpergewicht von knapp 80 Kilo bewege ich schon wieder bei den Brustpressen an der Hantelstange. Da schöpfe ich Lebenskraft daraus – nicht alles dem Krebs unterzuordnen. Auch wenn mein Körper keine Muskeln mehr aufbaut, dazu schwimmt zu viel Medizin in ihm.

Sie sehen dünn aus.

Während der Chemotherapien im vergangenen Jahr wog ich nur 71 Kilo bei 1,93 Meter Körpergröße – mein Kopf wirkte so groß wie eine Melone. Jetzt wiege ich 79 Kilogramm. Heute kann ich als Athletiktrainer wieder alle Übungen mit meinen Sportlern selbst mitmachen.

Warum ist Ihnen das so wichtig? Jupp Heynckes rennt beim FC Bayern mit 72 Jahren auch nicht mehr selbst um den Platz.

Zunächst gibt es den Sportlern das Gefühl: Dem Tim geht es wirklich besser, der redet nicht nur. Am wichtigsten ist: Es macht mir Riesenspaß, mich zu bewegen – das verbinde ich mit meinem alten Leben.

Wie hat sich Ihr Körperempfinden verändert?

Meine Füße sind ziemlich taub – sie fühlen sich pelzig an. Das Gift der Chemos lagert sich in den Extremitäten ab. Ich merke kaum, ob ich in heißem oder kaltem Wasser stehe.

Bevor Sie die Diagnose Blutkrebs mitgeteilt bekamen – wie merkten Sie, dass etwas nicht stimmte?

Schon im Herbst 2016 war ich sehr schlapp. Ich bekam leicht und häufig Nasenbluten und hatte Nasennebenhöhlenentzündungen. Das waren die ersten Symptome der Leukämie, die meine normalen Blutzellen verdrängte. Im Dezember 2016 konnte ich keine fünf Minuten mehr auf dem Ergometer-Fahrrad fahren. Ich

Muskelspiel: Nackt zierte die Olympia-Hoffnung Tim Lobinger im Jahr 2000 das *stern*-Titelbild (o. l.). Die letzte Nacht zu Hause: Lobinger kuschelt mit Sohn Okkert und Ehefrau Alina, bevor er im Juli 2017 wieder in die Klinik muss (r.). Verkabelt: Lobinger auf der Isolierstation im Klinikum rechts der Isar

habe gedacht, ich sei einfach platt – und bin weitermarschiert. Im Nachhinein betrachtet natürlich dumm.

Wie erlebten Sie den Tag der Diagnose, den 3. März 2017?

Es war ein Schock. Ich habe viel geweint. Komischerweise konnte ich nachts ganz gut schlafen. Am nächsten Tag bin ich aufgestanden, habe noch mal geweint, aber dann habe ich gesagt: Okay, ist jetzt so.

Haben Sie nicht gehadert: Warum ich? Ich habe doch gesund gelebt?

Nein, darauf wollte ich keine Energie verschwenden.

Das klingt extrem pragmatisch.

Ich habe anfangs schon überlegt, wo kann der Krebs herkommen bei mir? Vom Industriekleber, mit dem ich früher fürs Stabhochspringen meine Hände eingesprüht habe, damit ich besseren Halt hatte? Aber da wäre Hautkrebs wahrscheinlicher gewesen und nicht Leukämie. Generell fand ich aber schnell zu der Haltung: Was ist jetzt zu tun?

Wie haben Sie die fünf Blöcke Chemotherapie weggesteckt?

Da gab es verzweifelte Phasen. Die Nebenwirkungen machten mir schwer zu schaffen: Die Haare fielen aus, bis ich sie abrasierte. Mein Mund war so entzündet, dass ich kaum essen konnte. Dann die Schmerzen in der Schulter. Ich habe mehrere Wochen nur im Sitzen schlafen können, trotz stärkster Schmerztabletten.

Wie fühlt sich Chemotherapie an?

Das mit der Übelkeit ist halt so, das weiß man. Das mit den entzündeten Stellen im Mund war zumindest greifbar, dagegen konnte ich mit Tinkturen vorgehen. Schlimm waren die Phasen, in denen ich so platt war. Ich habe mich wie in einem ultraschweren Jetlag gefühlt. Als ob Sie nach einer Stunde Nachtschlaf aufstehen sollen. Das Duschen war so anstrengend wie zwei Stunden Krafttraining, das Eincremen danach wie ein Marathon. Schlafen konnte ich trotzdem kaum: Mein Körper war bleiern müde, aber mein Kopf kam nicht zur Ruhe. Die Symmetrie aus Körper und Geist war aufgehoben.

Durchlebten Sie jeden Chemo-Block auf die gleiche Weise? ➤

„Chemo – ein Gefühl wie ein ultraschwerer Jetlag

Von den fünf Blöcken waren drei wirklich schlimm. Sie dauerten jeweils 96 Stunden am Stück. Ich war immer verbunden mit fünf Infusionsbeuteln, deren Flüssigkeiten durch einen Gefäßzugang am Hals in den Körper liefen. Auf dem Weg zur Toilette zog ich immer diesen Weihnachtsbaum *(gemeint: Infusionsständer, Anm. der Redaktion)* mit mir mit. Und ich musste dauernd zur Toilette, wegen der hohen Flüssigkeitszufuhr.

Wann hatten Sie am meisten Angst?

Auf der Isolierstation – dorthin musste ich vor und während der Transplantation der Stammzellen, die ich von einem passenden Spender als Infusionen bekam. Da gehen Sie durch zwei Schleusen rein, dann sind Sie quasi eingesperrt, angekettet an Kabel und Infusionsschläuche. Das muss aber so sein, weil das eigene Immunsystem vor der Transplantation der fremden Zellen plattgemacht wird, und dadurch jeder Keim zur tödlichen Gefahr werden kann. Die Zeit kroch dahin. Ich hatte Nächte mit fürchterlichen Albträumen.

Krankenhaus, Isolierstation – solche Orte können ein Nährboden für Neurosen sein.

In der Klinik habe ich viel mitbekommen, gerade auf der Iso. Da sind so einige Menschen schwer geprägt durch ihre Krankheit. Mir haben befreundete Ärzte gesagt, dass mancher, zu gut Deutsch, mit einer Klatsche wieder rauskommt. Da habe ich mir gesagt, das wird bei mir nicht passieren, auch wenn es eine lebensbedrohliche Krankheit ist.

Was war der Tiefpunkt?

An Tag fünf oder sechs auf der Isolierstation kam eine sehr erfahrene Schwester rein, mitten in der Nacht. Ich saß auf der Bettkante, tief verzweifelt, und habe nur den Kopf geschüttelt. Und dann hat sie nur ganz kurz ihre Hand auf meinen Rücken gelegt und gar nichts gesagt. Das war so ein Moment, bei dem ich gemerkt habe: Ich muss mich zusammenreißen. Das war, als würde sie einem kleinen Kind über den Kopf streichen. Mir wurde klar, entweder wirst du nach allem hier gebrochen sein und wirklich einen an der Klatsche haben – oder eben nicht. Ich wollte mich nicht brechen lassen.

Ärzte, Krankenschwestern, Besucher – auf einer Isolierstation tragen alle Kittel und Mundschutz.

Neue Lebenskraft: Lobinger in seinem Fitnessklub in München. Hier trainiert er mit Klienten wie etwa dem FC-Bayern-Profi Joshua Kimmich

Autobiografie
Tim Lobinger: „Verlieren ist keine Option". Riva, 240 Seiten, 19,99 Euro. Ab 16. April 2018 im Handel

Händeschütteln und Umarmungen sind verboten.

Ja, das war krass, immer diese Distanz. Wenn jemand näher als zwei Meter an meinem Bett stand, war das schon wie Kuscheln *(er gluckst kurz).*

Kommen in so einer Umgebung irgendwann die großen Fragen des Lebens? Wie viel Zeit bleibt mir noch? Was wird aus meinen Kindern?

Bei meinem kleinen Sohn dachte ich mir: Fünf Jahre würde ich den schon noch gern sehen. Aber mit sieben den Vater zu verlieren, ist auch nicht so toll. *(In dem Moment geht die Haustür auf, freudiges Getrampel im Flur, Okkert kommt vom Spaziergang mit der Oma heim. Mit einem Lachen begrüßt Lobinger seinen Sohn.)*

Ihre beiden Kinder aus erster Ehe, Fee und Tyger, sind fast erwachsen.

Meine 23-jährige Tochter so hilflos zu sehen war eine andere Form von emotionaler Folter. Bei meinem Sohn Tyger denke ich: Der ist 19, er macht jetzt sein Abitur, ist sehr selbstständig und – so brutal das ist, aber: Der Weg ist für den Großen bereits ein Stück weit geebnet. Aber bei Okkert ist ja noch gar nichts geebnet. Fakt ist: Die nächsten Jahre meiner drei Kinder will ich nicht verpassen.

> **Man muss für den Erfolg kein ignorantes Arschloch sein**

Belastet das eigene Leid stärker – oder jenes, das man hinterlässt?

Auch wenn ich mir sage: Du hattest ein Leben, einen Grad an Zufriedenheit erreicht, du kannst loslassen – was ein langer Prozess war mit vielen Tränen –, aber das Leid, das man hinterlässt … *(seine Augen werden feucht, die Stimme wird höher)* … das ist brutal. Das treibt mir auch jetzt die Tränen in die Augen. Da schreit es dann schon eher mal „Ungerechtigkeit" aus meinem Bauch heraus. Warum müssen meine Kinder die Scheiße miterleben? Warum meine Partnerin Alina? Warum die ganze Familie? Es reicht ja schon, dass ich die Krankheit habe.

Also haben Sie noch verbissener gekämpft?

Eher andersherum. Ich musste mich ganz schnell mit diesem Leid abfinden – auch um mein Umfeld nicht emotional noch mehr zu belasten. Ich musste meinen Frieden machen mit meinem Leben, dass ich sagen kann: Für diese 44 Jahre hat es sich gelohnt – jeder Streit, jede Träne, die Investition in den Sport, die Familie, drei Kinder. Wenn man das schafft, ist man bereit für das, was noch kommt: brutale Therapien, neue Hiobsbotschaften oder auch neue Herausforderungen. Dann ist man aufgehoben. Aber das ist tränenreich, das haut rein. Das war ein langer Verarbeitungsprozess. Zu denken: Dann sterbe ich – aber das ist okay. Ich konnte das Manuskript von meinem Buch wochenlang nicht noch mal Korrektur lesen. Wenn ich jetzt weine, ist es … (*er kämpft wieder mit den Tränen*) … eher eine Erleichterung. Es ist scheiße, aber es ist okay.

Viele Schwerkranke kommen zu all dem Leid auch noch finanziell in die Bredouille. Sind Sie in dieser Hinsicht abgesichert?

Die Preisgelder aus meiner Sportlerkarriere habe ich damals für meinen eigenen Trainer und die Trainingslager aufgebraucht. Ich könnte beruflich sagen: Warum bist du nicht bei RB Leipzig geblieben *(dort war Lobinger bis 2016 fest angestellter Fitnesstrainer, Anm. der Red.)*? Da warst du noch sozialversichert. Jetzt bist du selbstständig als Athletik- und Personal-Trainer, gehst erst mal runter auf null und kannst nichts mehr finanzieren. Aber ich habe wieder eine Perspektive, die nächsten ein, zwei Jahre. Deswegen ist das Wei-

HAARE & MAKEUP: MAX ROMAN

terleben auch was Schönes. *(Lobinger weint jetzt stärker, das Gespräch wird kurz unterbrochen.)*

Sie schreiben in Ihrem Buch, dass Sie von Anfang an alle Risiken und Nebenwirkungen der Medikamente in eine Art Abstellkammer in Ihrem Kopf geschoben hätten. Im Hochleistungssport sind oft ähnliche Strategien nötig. Hat Ihnen Ihr Vorleben da geholfen?

Ja, mit dem Ausblenden bin ich auch gut gefahren. Was soll ich mir noch mehr schlimme Szenarien ausmalen, wenn der Worst Case schon da ist. Bei den Olympischen Spielen musste ich früher auch vor dem dritten Versuch ausblenden, dass es danach, in der Pressekonferenz, der Horror sein würde, wenn ich jetzt ausscheide. Dieses ständige In-sich-Reinhören ist das Schlimmste, was man machen kann.

Sind Verletzlichkeit und Emotionalität, die Sie jetzt zeigen, erst mit der Krankheit gekommen?

Ich zeige Gefühle jetzt ehrlicher als früher. Damals, im Wettkampf, hatte ich dieses unsympathische Pokerface. Manche nannten es arrogant, andere konzentriert.

Nach der schweren Zeit, die hinter Ihnen liegt – bereuen Sie etwas aus Ihrem Leben?

Den einen oder anderen Spruch hätte ich mir in meiner aktiven Zeit sparen können. Außerdem hätte ich Freundschaften und Beziehungen, auch die eigene Partnerschaft, früher mehr wertschätzen können. In manchem Jahr bin ich zu 50 Wettkämpfen gefahren. Bei mir war das alltägliche Thema: funktionieren, erfolgreich sein und Egoismus. Anstatt zu sagen, ich setze mich mal mit meiner Frau zum Italiener und genieße das Leben, dachte ich: Zeitverschwendung. Ich hätte viel mehr Kompromisse eingehen können, die das Leben lebenswerter gemacht hätten – und ich wäre sicher genauso erfolgreich gewesen. Man muss für den Erfolg kein ignorantes Arschloch sein.

Ihr Buch ist eine Hommage an Ihre heutige Ehefrau Alina, die Sie offenbar rührend umsorgt hat. Sie beide wirken wie das perfekte Paar – durch dick und dünn. Dennoch deuten Sie im Buch zweimal an, dass Sie getrennt seien.

Wir wollten ehrlich sein. Nach 15 Jahren Beziehung sind genügend Dinge passiert, die leider dazu geführt haben, dass wir bereits vor der Diagnose kein Paar mehr waren. Es ehrt Alina sehr, dass sie trotzdem ihre ganze Kraft mobilisiert hat und für mich immer da war.

Ihre Frau scheint sehr selbstlos.

Vollkommen richtig, sie macht die Maloche. Die schwierige emotionale Arbeit, sie ist das Auffangbecken. Das ist Schwerstarbeit.

Sie tragen Ihren Ehering noch.

Ja, das ist ein Zeichen von Dankbarkeit und Anerkennung.

Sie wohnen sogar gemeinsam in dieser Wohnung – um dem Kind Stabilität zu geben?

Man hätte mich letztes Jahr gar nicht allein lassen können.

Ihre Eltern wohnen in Meckenheim bei Bonn. Wo wollen Sie in Zukunft leben?

Ich bin hier in München sehr heimisch. Alle hier haben mich physisch und emotional gestützt. Meine Eltern hatten mehr Probleme mit der Situation, dass ihr Sohn krank ist, als meine Schwiegereltern. Die waren örtlich näher und vom ersten Tag an da, haben den Haushalt mitgeschmissen, haben etwas ins Krankenhaus gebracht. Das ist nicht selbstverständlich.

Warum taten sich Ihre Eltern schwerer?

Dadurch, dass sie so weit weg wohnen, fühlten sie sich bestimmt oft hilflos. Klar haben sie mich besucht, und wir haben regelmäßig telefoniert. Doch ich habe in unseren Gesprächen versucht, ihnen ihre Sorgen um mich zu nehmen. Ich war ja durch Familie und Freunde in München komplett aufgefangen.

Gibt es noch den berühmten Traum, den Sie in den nächsten Monaten doch lieber nach vorn ziehen?

Ich will keine Weltreise mehr machen oder so etwas. Ich will bei den Menschen sein, die mir viel bedeuten und mir täglich geholfen haben, und etwas zurückgeben. Man wird genügsam. Ich möchte lieber beruflich noch etwas bewegen, um meinen Kindern etwas zu hinterlassen. Etwas, das sie weiterführen können. ✖

Anika Geisler und **Mathias Schneider** mochten Lobingers trockenen Humor. Hauptsache, mein Schreibtisch kann so bleiben, sagte er vor dem Interview und deutete auf das mit Stiften übersäte Maltischchen seines Sohns

Finn Comfort®
Made in Germany

PORDENONE
Damen-Halbschuh

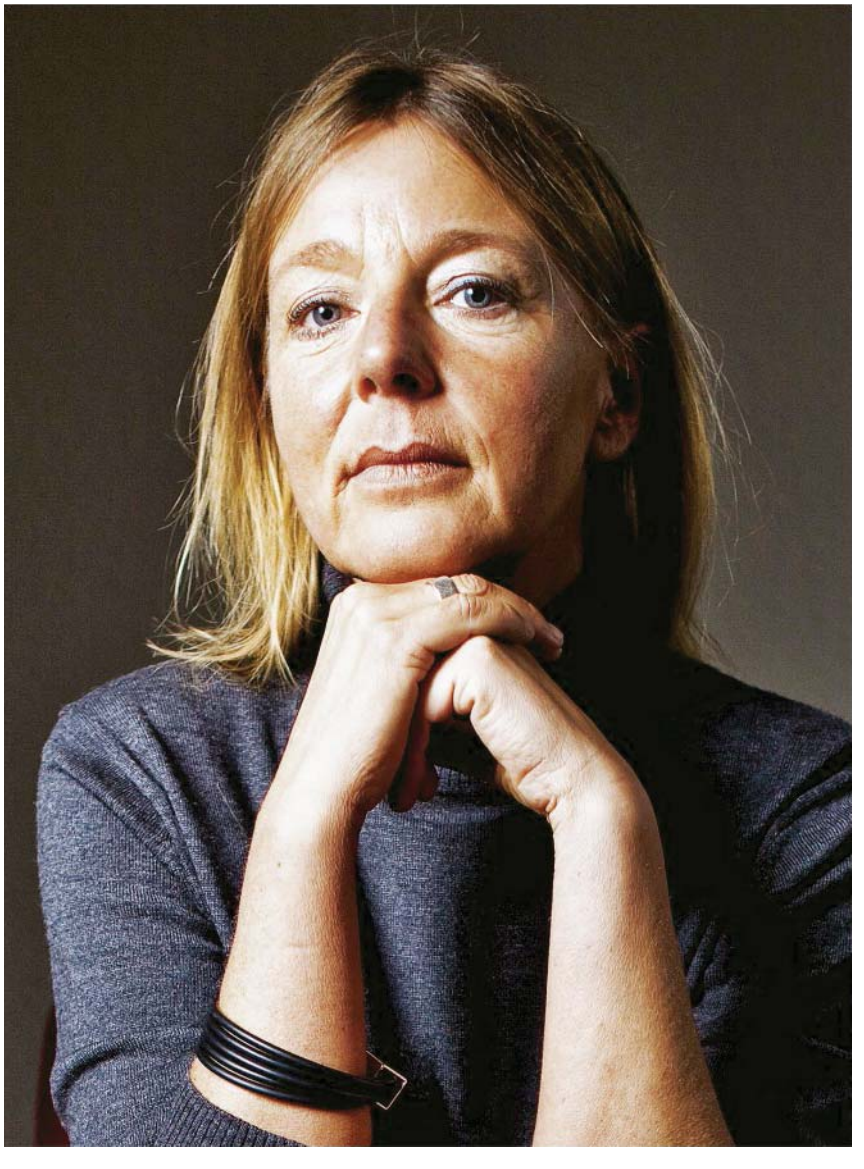
DER SCHUH ZUM WOHLFÜHLEN

- AUSGEZEICHNETE PASSFORM
- SUPERBEQUEM-FUSSBETT
- OPTIMALE AUFTRITTSDÄMPFUNG
- GEEIGNET FÜR INDIVIDUELLE EINLAGEN

KATALOG UND BEZUGSQUELLEN:
www.finncomfort.de

FINNCOMFORT, POSTFACH, D-97433 HASSFURT/MAIN

DAS LEBEN DAVOR



Susanne Preusker im Jahr 2010, ein knappes Jahr nachdem sie von einem Gefangenen als Geisel genommen und mehrfach vergewaltigt worden war

UND DANACH

FOTO: MARKO PRISKE/LAIF

Die Gefängnispsychologin Susanne Preusker wurde vor neun Jahren von einem Häftling vergewaltigt. Nun beging sie Suizid. Über ihren Kampf mit einem Trauma, von dem sie dem *stern* noch wenige Tage zuvor gesagt hatte, dass sie ihn gewonnen habe

Von Dominik Stawski

Acht Tage bevor Susanne Preusker freiwillig aus ihrem Leben trat, stand sie in ihrer Küche, ein Lachen im Gesicht, eine Kaffeetasse in der Hand, ihr Hund Emmi tobte umher, die Sonne schien durch die hohen Altbaufenster. „Mit Milch oder ohne?", fragte sie.

Waren wir blind, weil wir in diesen Momenten nur Harmloses, nur Gutes sahen? Wir, ein Kollege und ich, waren gekommen, um Susanne Preusker für einen Artikel über Schuld und Strafe zu interviewen. Wir sahen eine attraktive Frau, freundlich, lustig, bewundernswert. Sie wirkte weit jünger als 58. Hätte ich spüren müssen, dass sie eigentlich nicht mehr wollte, nicht mehr konnte? Oder wollte sie da noch?

Es war ein Montag Anfang Februar. Auf der Zugfahrt zu ihr hatte ich ihr Buch gelesen. „Sieben Stunden im April". Auf der Rückseite stand:

ÜBERLEBENSMUT

Ihre Geschichte ging durch alle Medien. Die Gefängnispsychologin Susanne Preusker wird an ihrem Arbeitsplatz, dem Hochsicherheitsgefängnis in Straubing, von einem inhaftierten Sexualstraftäter sieben Stunden lang eingesperrt, mehrfach vergewaltigt und mit dem Tode bedroht. Ungeschminkt und mit erzählerischer Präzision schildert Susanne Preusker das Unvorstellbare, die Todesangst, aber auch, wie sie es geschafft hat, nach dem Martyrium zu überleben.

Sie hatte überlebt. Neun Jahre lang.

Und nun? Warum nahm sie sich das Leben? Weil sie die seelischen Schmerzen, die der Täter ihr zugefügt hatte, nicht mehr aushalten konnte? War diese Vergewaltigung im Grunde ein Mord? Mit einem Tatzeitraum vom 7. April 2009 bis zum 13. Februar 2018?

Die Familie, ihr Mann Wolfram und ihr Sohn David, wollen sich aus nachvollziehbaren Gründen nicht öffentlich äußern. Einige Wochen nach dem Suizid stellen sie in einem Brief und einer E-Mail nur zweierlei klar: Ja, es war die Tat von damals. Und ja, man dürfe darüber berichten.

Als Journalist sollte man sich gut überlegen, ob und wie man über einen Suizid schreibt, denn Studien belegen, dass ein sogenannter Werther-Effekt, also die Gefahr von Nachahmungstaten, existiert. Nachdem die Medien im Herbst 2009 über den Selbstmord des Fußball-Nationaltorhüters Robert Enke berichtet hatten, stieg die Zahl der Suizide dramatisch an.

In diesem Text geht es nicht um den Selbstmord von Susanne Preusker, sondern um ihr Leben, um ihre zwei Leben, wie sie selbst sagte, das davor und das danach. Zwei Leben, von denen jeder erfahren sollte, weil es jedem einmal so ergehen kann wie ihr. In der Widmung ihres Buches schrieb sie: „Für alle, die sich plötzlich ungewollt in einem anderen Leben wiederfinden. Für Wolfram und für David. Und für mich."

Die Frage, die uns im Februar zu ihr führte, stellte sich anlässlich eines anderen Verbrechens, des Gladbecker Geiseldramas von 1988. Dieter Degowski, einer der beiden Haupttäter, stand vor seiner Freilassung, und die Frage lautete: Wann endet Schuld?

Der Kaffeeduft legte sich über den Küchentisch, Hündin Emmi hatte sich beruhigt, das Diktiergerät lief.

Wie geht es Ihnen heute, Frau Preusker?

„Ich habe mich relativ erfolgreich in diesem neuen Leben eingerichtet. Ich denke, sagen zu können, dass ➤

ich etwas Gutes daraus gemacht habe. Ich schreibe ein Buch nach dem anderen, das ist mein neuer Job. Natürlich vermisse ich mein altes Leben. Aber es tut nicht mehr so weh, wie es einmal wehgetan hat."

Was vermissen Sie?

„Ganz grundlegende Dinge wie morgens um halb neun irgendwo sein zu müssen. Bücher zu schreiben ist eine schöne Sache, aber eine zutiefst einsame."

Susanne Preusker war Gefängnispsychologin. Nach dem Abitur am Hildesheimer Gymnasium Himmelsthür hatte sie Psychologie in Osnabrück studiert. Sie begann ihre Berufstätigkeit in einer psychiatrischen Klinik und wechselte später in den Strafvollzug. „Ich mag Menschen", sagte sie. „Ich wollte wissen, wie sie ticken." Preusker arbeitete in Anstalten in Celle, Alfeld, Hannover, Bützow und schließlich in Straubing, wo sie die therapeutische Abteilung für männliche Sexualstraftäter leitete. Sie machte Karriere, wurde eine gefragte Gutachterin und Dozentin. Mit Anfang 30 hatte sie mit ihrem ersten Mann einen Sohn bekommen, den sie abgöttisch liebte. Preusker war nicht klein, aber ihr David wuchs so schnell, dass er sie bereits als Jugendlicher weit überragte. Preuskers neuer Partner wurde sein Stiefvater, die drei wuchsen zu einer Familie zusammen. In den letzten Tagen ihres „Lebens davor" planten Preusker und ihr Partner gerade ihre Hochzeit.

Im Leben davor habe sie viel Glück gehabt, sagte Preusker in unserem Gespräch, „so viel, dass ich das Gefühl hatte, jetzt muss ich auch einmal etwas zurückgeben. Deswegen bin ich 2008 in die Kirche eingetreten. Ich wollte etwas zurückgeben, und sei es die Kirchensteuer."

Zwischen einem Leben davor und einem Leben danach können Sekunden oder Jahre liegen. Sekunden, in denen jemand einem die Vorfahrt und die Familie nimmt. Oder Jahre, in denen man eine Krankheit besiegt, die einen verändert. In diesen Sekunden oder Jahren kann etwas enden und beginnen. Enden kann zum Beispiel der stärkende und heilsame Glaube, dass am Ende alles irgendwie gut geht. Und beginnen kann die quälende und zersetzende Angst, dass es immer noch schlimmer kommen könnte.

Die Unglücke, Verbrechen, Krankheiten, all die traumatischen Erlebnisse, die das Davor und das Danach trennen, unterscheiden sich. „Andere Menschen haben andere Geschichten", schrieb Preusker. Ihre ist vielleicht besonders schlimm. Aber sie sagte sich immer wieder: „Du bist nicht der Nabel der Welt." Sie bezeichnete sich einmal als „Luxusopfer", weil es ihr besser gehe als vielen anderen, schließlich sei sie ausgestattet mit einer Familie, die sie nach Kräften unterstütze, und einem Mann, der zu allem Überfluss an Liebe auch noch Jurist sei.

Bei Susanne Preusker lagen zwischen dem Davor und Danach sieben Stunden, deren Grausamkeit das Vorstellbare übersteigt. Ihr war es wichtig, dass klar benannt wird, was ihr angetan wurde. „Mit Scham tun sich Opfer keinen Gefallen", sagte sie und fügte voll bitterer Ironie an: „Opfer. Wie ich diesen Ausdruck liebe." In ihrem Buch schrieb sie: „Ich habe nichts zu verbergen. Ich muss mich nicht verstecken. Die Wahrheit schmerzt und löst Bestürzung aus. Das zeichnet die Wahrheit aus. Sie ist selten schön, aber immer notwendig."

Es war ein Dienstagnachmittag 2009 in Straubing, kurz nach fünf, Preusker packte in ihrem Büro gerade ihre Sachen zusammen, weil sie einen Termin bei einer Kosmetikerin hatte. Die Hochzeit stand ja bevor. Am Tag zuvor hatte sie die Einladungen verschickt. Plötzlich trat Roland K. in ihr Büro, ein wegen Mordes und Vergewaltigung verurteilter Mann, den Preusker seit vier Jahren behandelte. Die Gefangenen durften sich innerhalb der Therapiestation frei bewegen. K. fragte, ob Preusker für ihn Zeit habe. Sie vertröstete ihn auf die kommenden Tage, aber K. blieb einfach in der Tür stehen. Sie müsse nun wirklich gehen, drängte sie. Er reagierte nicht. Sie stand auf und ging auf ihn zu. Da griff er sie an. Sie wehrte sich, doch K. zog ein Messer hervor, das er ihr an den Hals drückte, er zwang sie, ihren Schlüssel herzugeben, verschloss die Tür und verbarrikadierte sie mit Möbeln. Er zog seine verschwitzte Kleidung aus. Mehrmals vergewaltigte er sie. Preusker wehrte sich nicht mehr, gehorchte ihm. Sie wusste, dass sie, wenn überhaupt, nur so überleben würde. Sein letztes Opfer, das hatte sie in der Akte gelesen, war an seiner Knebelung erstickt – er hatte das Schreien nicht aushalten können. Susanne Preusker wollte unbedingt überleben. Mit aller Kraft unterdrückte sie den Reiz, sich zu übergeben, weil sie Angst hatte, dass er das als Zeichen ihres Ekels ihm gegenüber deuten könnte. Er habe Sekundenkleber für ihren Mund dabei, drohte er ihr. Nach sieben Stunden, in denen K. am Telefon mit Polizei und Gefängnismitarbeitern verhandelt hatte, gab er auf. Er ließ sie ihre Kleidung wieder anziehen.

Und dann trat Susanne Preusker aus ihrem Büro, die Polizei, das Sondereinsatzkommando, ihre Kollegen, alle starrten auf sie. Sie griff nach den Händen fremder Menschen, sie fiel fast zu Boden, schrie, weinte. Man brachte sie in ein anderes Zimmer, in dem ein Notarzt sie behandelte. Man sah zwar Wunden in ihrem Gesicht, aber nicht, was ihr angetan wurde. Das Wichtigste war: Sie lebte.

In einem Krankenwagen fuhr man sie in eine Klinik. Dort, im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, mitten in Bayern, besaßen sie keine „Pille danach". Ein Pfarrer holte sie in einer Apotheke.

Neun Jahre später, an ihrem Küchentisch, sprach sie kaum über diese Details der sieben Stunden. Wir fragten auch nicht danach, wir wollten es ihr ersparen und sagten, dass wir beim Schreiben auf ihre Schilderungen im Buch zurückgreifen würden. Sie könnte das tatsächlich als Rücksichtnahme empfunden haben. Oder aber als fehlende Anerkennung ihres Leids. Dazwischen nämlich verläuft der Grat, auf dem sich jeder wiederfindet, der mit Traumatisierten über ihren Kampf spricht.

Als ihr neues Leben begann, musste Preusker erzählen, was hinter ihrer Bürotür geschehen war. Egal, wie schwer es ihr fiel. Denn hätte sie geschwiegen, hätte niemand erfahren, dass es ihr Trauma überhaupt gegeben hat. Weil sie durch ihren Beruf wusste, wie wichtig ihre Schilderung spätestens vor Gericht werden würde, schrieb sie ein paar Tage nach der Tat alles auf. Sie erzählte es der Polizei und Menschen, die ihr nahestanden. Sonst aber hielt sie sich zurück. Viele glauben bis heute, dass sie die Öffentlichkeit gesucht habe, weil sie ihr Buch verkaufen wollte. Preusker bekam nach dem Erscheinen des Buchs Zuschriften, in denen es hieß, dass sie Profit aus ihrem Schicksal schlagen wolle. „Auch heute noch wäre es mir lieber, ich hätte es nie schreiben müssen", begann sie deswegen das Vorwort der zweiten Auflage.

In Wahrheit floh Preusker zunächst vor der Öffentlichkeit. Die Ärzte schrieben sie krank. „Es war nicht meine Mutter, wie ich sie in Erinnerung hatte", sagte ihr Sohn später über diese Zeit in einer Fernsehdokumen-

Im Straubinger Gefängnis leitete Susanne Preusker die sozialtherapeutische Station. Ihren Vergewaltiger hatte sie dort vier Jahre lang behandelt – bis zu dem Tag, an dem er sie in ihrem Büro überwältigte

FOTO: DDP IMAGES

„ICH VERMISSE MEIN ALTES LEBEN“, SAGTE SIE AM KÜCHENTISCH ACHT TAGE VOR IHREM SUIZID

tation. „Es war irgendwie eine zerstörte Frau. Total kaputt. Wie ein anderer Mensch fast.“

Preusker zog sich zurück in die Wohnung ihres Mannes in Magdeburg, fast 500 Kilometer entfernt von Straubing. Vom Küchenfenster schaut man auf einen kleinen Hof, der von mehreren Gebäuden umrahmt ist. Die Balkone liegen so nah beieinander, dass die Nachbarn miteinander plauschen können. Es war Frühling, und Preusker wollte an die Luft, sie saß auf dem Balkon und schaute wie so oft ins Leere. Die Nachbarn wunderten sich. „Mensch, Suse, bist ja so viel hier!“, war so ein Satz, den sie noch Jahre später im Ohr hatte. „Was sagt man da? Bin krankgeschrieben? Dann: Oh, was ist los? Und dann nur Gestammel“, erinnerte sie sich.

Sie hielt das nicht aus. Es fühlte sich an, als würde man lügen. Und so wussten nach und nach mehr Nachbarn Bescheid.

Der Gerichtsprozess stand bevor. Allein die Gedanken daran quälten sie. Als Opfer, als wichtigste Zeugin, musste sie aussagen, auch wenn sie Angst davor hatte. Aber sollte sie auch als Nebenklägerin an dem Prozess teilnehmen? Ihr Mann, den sie trotz der Tat zehn Tage später geheiratet hatte („Nun erst recht“, hatte er gesagt), und ihr Sohn waren dafür. „Sie wollten, dass ich mehr bin als ein Aktenzeichen. Aber ich fürchtete mich davor. Und kurz vor der Verhandlung habe ich gesagt: Okay, ich mach's. Unter einer Voraussetzung: dass ich nicht öffentlich aussage. Das werde ich auf keinen Fall tun.“

Mit Sonnenbrille trat sie in den Gerichtssaal. Ihr Herz raste. In ihrer Hand hielt sie Beruhigungspillen. „Und dann beantragte der Angeklagte, dass die Öffentlichkeit vom gesamten Prozess ausgeschlossen wird, weil es in dem Verfahren um seine Intimsphäre gehe. Ich dachte, ich spinne. Seine Intimsphäre? Ich konnte das nicht fassen. Und irgendjemand sagte dann, dass der Antrag abgelehnt würde, wenn ich öffentlich aussage.“

Was nun? Es blieb nur eine kurze Verhandlungspause. In diesen zwei Minuten stellten sich die Weichen für die kommenden Jahre, auch wenn sie es nicht ahnen konnte. „Du wirst doch wohl diesem Arsch nicht das Recht geben auf eine geschützte Privatsphäre“, sagte ihr Sohn, damals 17. „Hältst du es denn aus, wenn ich allen davon erzähle?“, fragte sie ihn. Er nickte.

„Mit meiner öffentlichen Aussage sind die Dämme gebrochen. Plötzlich waren die Kameras vor meiner Nase. Das volle Programm.“ Preuskers erster Schritt in die Öffentlichkeit war nicht freiwillig.

Doch er fühlte sich richtig an.

Der Prozess habe sie verwandelt, erinnerte sie sich in ihrer Küche. Dieser Moment, in dem sie dem Täter in die Augen sah. „Und dann guckte er weg. Er konnte mir nicht standhalten. Das war ein wichtiges Gefühl.“

War der Prozess eine Therapie?

„Irgendwie schon. Dass mich das Gericht sah. Dass ich das geschafft habe. Und es war wichtig für mich, dass er bestraft wurde. Dieser Satz: Er ist schuldig. Der war wichtig. Das Strafmaß gar nicht so sehr.“ K. wurde zu 13 Jahren und neun Monaten Haft und anschließender Sicherungsverwahrung verurteilt. Seine Aussichten, jemals wieder freizukommen, sind schlecht.

Auch durch den Prozess lernte Preusker, dass das Verbrechen und all die Gefühle nun zu ihr gehörten. Von Beginn an wusste sie, dass sie professionelle Hilfe benötigen würde, um mit diesem Teil ihres Lebens fertigwerden zu können.

Fällt eine Therapie leichter, wenn man selbst Therapeutin ist?

„Es hilft nicht unbedingt“, antwortete sie. „Weil dieses Diagnostizieren, das Anwenden von Methodik, wie man es gelernt hat, bei einem selber nicht so funktioniert.“

Preusker besuchte mehrere Therapeuten. Ihr erstes Ziel war, an das Geschehene denken zu können, ohne die Nerven zu verlieren. In stundenlangen Sitzungen durchlebte sie ihr Martyrium in Gedanken wieder und wieder. „Das ist wie ein Stein“, sagte sie in ihrer Küche, „über den Sie Wasser laufen lassen. Irgendwann wird er rund.“ Irgendwann konnte sie sogar das Buch schreiben. Auch wenn es absurd klingt, sie wollte so auch Abstand gewinnen, weil sie ihre Geschichte danach buchstäblich in eine Schublade stecken konnte.

Das zweite Ziel war, wieder ihren Alltag leben zu können, in eine dunkle Tiefgarage zu fahren, ohne in Panik zu geraten wegen des Gefühls, eingeschlossen zu sein und kaum fliehen zu können. Gemeinsam mit ihrer Therapeutin wagte sie sich immer wieder in Situationen wie diese. Expositionstherapie nennt man das. Das Pro- ➤

„DIE WAHRHEIT SCHMERZT UND LÖST BESTÜRZUNG AUS. DAS ZEICHNET DIE WAHRHEIT AUS. SIE IST SELTEN SCHÖN, ABER IMMER NOTWENDIG“

blem waren die zahllosen Trigger, die sich in ihr Bewusstsein gepflanzt hatten. Damals in ihrem Büro hatte ihr Gehirn in eine Art Notmodus geschaltet und den Körper mit Stresshormonen geflutet. Das Gehirn kann die traumatischen Erlebnisse mit Sinneswahrnehmungen verknüpfen. Überlebende der Ramstein-Katastrophe schilderten zum Beispiel, dass der Geruch von frisch gemähtem Gras bei ihnen noch viele Jahre später Panikattacken auslöste. Der Rasen war vor der Flugshow gemäht worden. Für manche syrische Flüchtlinge, die nach Deutschland gekommen sind, ist das Knallen der Silvesterböller seelische Folter. Und manche Patienten, die sich kaum an ihren Überlebenskampf auf einer Intensivstation erinnern können, erleben durch den Geruch von Desinfektionsmittel einen Flashback. Intrusionen nennen Psychologen solche Erinnerungen. Und Gerüche sind die allermächtigsten Anker dafür.

Für Preusker gab es wenig Schlimmeres als verschwitzt stinkende, weiße Unterhemden. Der Täter trug so eines, und ihr Blut hinterließ Flecken darauf. Verschlossene Türen konnten sie in Panik versetzen. Auch das Tape, das ihr Sohn zum Abbinden seiner Football-Verletzungen zu Hause herumliegen hatte. Sah sie es, bekam sie Herzrasen, denn K. hatte sie mit einem Klebeband gefesselt. In der Küche schrie sie einmal ihren Mann Wolfram an. „Leg das Messer weg, leg sofort das Messer weg!“ Er hatte nur eine Scheibe Brot geschnitten. „Da war lange dieses Gefühl“, sagte sie einmal in einer Fernsehdokumentation, „was, wenn du dich in Wolfram auch irrst?“

Die Traumaexpertin Sybille Jatzko, die gemeinsam mit ihrem Mann Hunderte Verbrechens- und Katastrophenopfer betreut hat, verglich in einem Aufsatz über die Überlebenden der Ramstein-Katastrophe das Leben der Betroffenen mit einer Schallplatte. Einer Vinylplatte, die einen Kratzer bekommt. Der Kratzer ist ein Unfall, ein Verbrechen, was auch immer. Er geht nie mehr weg. Berührt die Nadel des Plattenspielers die Stelle, springt sie und macht ein schmerzendes Geräusch. Nie wieder wird die Platte so klingen, wie sie einst klang.

Sieben Stunden hielt der Täter sie in seiner Gewalt. Preusker fürchtete zu sterben. Sie wusste, dass er schon einmal eine Frau zu Tode geknebelt hatte

Preusker fand zurück in den Alltag. Lernte, wieder in geschlossenen Räumen zu sein. Oder mit ihrem Sohn einzukaufen. Die Panikattacken trafen sie von Jahr zu Jahr seltener. In einem stillgelegten Gefängnis in Magdeburg trainierte sie sogar, wieder lange, kahle Knastgänge mit Gittern in den Fenstern entlangzugehen. Stück für Stück holte sie sich ihren Mut zurück.

Das Fliegen, das Eingesperrtsein in einem Flugzeug, fiel ihr immer noch schwer, weswegen die Aussicht, dass ihr Sohn, der heute Mitte 20 ist, bald nach Kanada ziehen könnte, ihr zuletzt Kummer bereitete. „Ach, irgendwie werde ich das schon hinkriegen“, sagte sie fast trotzig in der Küche. „Zur Not schreie ich eben ein bisschen rum.“ Sie lachte. Und wir lachten mit.

In ihrem neuen Leben war sie damit beschäftigt, mit dem Geschehenen umzugehen. Jeder Tag konnte zu einem Kampf gegen die Trigger werden. Ständig hatte sie Therapiesitzungen. Außerdem prozessierte sie über Jahre vor Gericht um ihre Pension, denn als Psychologin arbeiten konnte sie nicht mehr.

Andere Themen musste sie sich erkämpfen. Sie schrieb einen Ratgeber über Hunde und mehrere Krimis. Psychologen sprechen von neuen „Gedankenspuren“, sie seien wichtig, damit man nicht immer über die gleiche Autobahn im Kopf rast. Trotz ihres Traumas gelang ihr, was vielen nicht gelingt: Sie behielt das Interesse an anderen und ihren Problemen. Ihr letztes Buch handelte von zwei Frauen, deren tiefe Freundschaft durch den Krebstod der einen endet.

Was sie auch tat, in der Öffentlichkeit verband man sie mit der Tat vom April 2009. Immer wieder bat man sie zu Lesungen. Auf Kongressen diskutierte sie über Opferrechte, forderte, Hilfsangebote müssten ausgebaut werden. Sie gab anderen, die das Trauma verstummen ließ, eine Stimme. Wer schafft es schon, eine Tat und ihre Folgen öffentlich in so ehrliche Worte zu fassen?

Jeder Auftritt kostete sie Kraft. Doch ihn bewältigt zu haben gab ihr auch Kraft.

Wann endet Schuld?, war die Frage, die wir mitbrachten.

„Selbst wenn der ewig sitzen würde, die Schuld könnte er nicht tilgen, so lang ist das Leben gar nicht“, sagte sie. „Er hat mein Leben … ‚zerstört‘ möchte ich nicht sagen. Aber er hat mein Leben maßgeblich geändert, gegen meinen Willen. Und er hat, und das macht die Schuld auch aus, Menschen, die mir nahestehen und die ich liebe, verletzt. Auf immer. Meinen Sohn. Kein 17-Jähriger sollte so etwas erleben müssen. Er hat ihm ein Stück Jugend genommen.“ ➤

FOTO: DDP IMAGES

„MANCHMAL IN DER STADT SEHE ICH MENSCHEN, DIE IHM ÄHNLICH SEHEN, UND DANN ZUCKE ICH ZUSAMMEN“

Könnten Sie ihm je vergeben?

„Never ever. Niemals!“

Preuskers Wut war immer noch da. „Wut ist besser als Angst“, sagte sie einmal. Sie nannte den Täter bei unserem Gespräch nie beim Namen, sondern wahlweise „Idiot“ oder „Typ“. Sein Gesicht werde sie nie vergessen. „Wenn ich es jetzt zeichnen müsste, ich könnte es.“ Und seinen Gesichtsausdruck? „Ja, ja, ja. Das vergisst man nicht. Manchmal in der Stadt sehe ich Menschen, die ihm ähnlich sehen, und dann zucke ich zusammen. Und ich halte es schwer aus, wenn Menschen in seinem fränkischen Dialekt sprechen.“

Um sich zu rächen, hatte Preusker schon vor Jahren einen Brief an K. formuliert. Aus den Therapiesitzungen mit ihm im Gefängnis wusste sie über die Wunden in seiner Familie und seiner Kindheit Bescheid. Sie schrieb eine Abrechnung, die nur er verstehen würde, weil sie so intim war.

„Ich habe in dem vergangenen Jahr oft an Ihre Großeltern denken müssen“, heißt es darin. „Und an die Geschichte von dem Jungen, der in das Fell eines Hundes weint. Sie haben so viele Menschen enttäuscht und angelogen … Aber Sie haben mich nicht zerstört, K.“

Der Brief wurde zunächst nicht zugestellt, die Leitung der Anstalt, in die K. verlegt worden war, hatte Bedenken. „Die meinten wohl, es würde ihm nicht guttun. Aber ich habe gerichtlich erstritten, dass der Brief ihm überreicht wird“, sagte Preusker. „Jeder Satz darin trifft ins Herz.“

Sie habe nie eine Antwort bekommen, aber die wolle sie auch nicht, „wären ja eh nur Lügen“. Mit dem Brief stellte sie das alte Machtverhältnis wieder her – das war ihr am wichtigsten.

In ihrem Buch kommt ein einziges Mal das Wort Selbstmord vor, an einer Stelle, an der sie von einer Therapiesitzung erzählt. Der Therapeut hatte sie gefragt: „Hatten oder haben Sie Selbstmordgedanken?“

Und Preusker schrieb: „Ich lüge und sage Nein, und er tut so, als glaube er mir.“

Wir haben sie im Februar auf diese Zeilen nicht angesprochen. Während der Stunden in ihrer Wohnung wirkte sie gefestigt. So, als hätte sie die Worte verwirklicht, mit denen sie ihr Buch beendete hatte: „Und meine sonstigen Pläne? Leben.“ Zum Abschied führte sie uns noch einmal über den Flur, zeigte das Zimmer, in dem sie einsam ihre Bücher verfasste, vom Schreibtisch aus schaut man auf den Magdeburger Dom.

Ich ging im Glauben, dass sie es überstanden hat. Dass sie damit leben kann und will.

Aber als Journalist ist man nur Oberflächenbeschauer, mit ein paar Fragen im Block und nur ein paar Stunden Zeit. Kein Freund. Kein Therapeut. Schon gar nicht ein Vertrauter.

Und was heißt „überstanden“? Kann man so etwas überhaupt überstehen? Wo ist der Punkt, an dem man weiß: „Jetzt ist gut“? Kann es den Punkt überhaupt geben, wenn jeder Tag die Gefahr birgt, dass einen ein Geruch in einen Flashback stürzt?

Psychologen haben in Studien festgestellt, dass Opfer von Vergewaltigungen viel häufiger (in etwa 50 Prozent der Fälle) mit einem Trauma zu kämpfen haben als zum Beispiel Überlebende einer Naturkatastrophe (4,5 Prozent). Eine erlittene Vergewaltigung erhöht auch das Suizidrisiko dramatisch. Eine Vergewaltigung kann man nicht auf eine höhere Macht schieben. Sie ist kein Schicksalsschlag, von dem manche sich sagen mögen, dass ein Gott ihn so vorgesehen habe. Nach einer Vergewaltigung gibt es auch keine Schicksalsgemeinschaft, weil man allein war, als es geschah. Die Tat passiert im Innersten des eigenen Körpers. Angesichts dessen hat Susanne Preusker viel mehr als nur überlebt. Hat sich zurückgekämpft, einen neuen Beruf gefunden, gemeinsam mit Mann und Sohn ihre Familie zusammengehalten, als Kämpferin für Opferrechte wurde sie ein Vorbild.

„Wir würden Sie noch einmal anrufen, wenn Fragen auftauchen“, sagte ich auf dem Weg zur Tür. „Und ein Fotograf wird sich bei Ihnen melden, wenn Sie einverstanden sind.“

„Ja klar, in Ordnung“, antwortete sie.

Der Fotograf klingelte zehn Tage später an ihrer Tür. Ein Bekannter der Familie öffnete. Es sei gerade schwierig, sagte er. Dann komme er einfach später wieder, schlug der Fotograf vor. Nein, es sei generell schwierig.

So erfuhren wir, dass sie zwei Tage zuvor gestorben war.

Warum? Warum jetzt? Gab es einen Auslöser?

Psychologen sprechen von Episoden im Leben der Traumatisierten. Hellen und dunklen. Die Dunkelheit kommt häufig an Jahrestagen. Oder dann, wenn das Leben mit all den unlöschbaren Erinnerungen zu anstrengend wird. Wenn das Dagegen-Ankämpfen einen mehr und mehr erschöpft. Und die Gewissheit in einem wächst, dass der Kampf wohl nie aufhören wird.

Stunden nachdem uns die Todesnachricht erreichte, hörte ich mir noch einmal die Tonaufnahme unseres Gesprächs an. Hätte ich etwas merken können? Müssen? Ihre Stimme klang fest, nicht brüchig. Man hört, wie sie ihren Hund ermahnt, wie sie von Hamburg schwärmt, wo der Regisseur Christian Görlitz ihr die gerade fertiggestellte Verfilmung ihres Buches gezeigt hatte, die im Sommer auf Arte und im Herbst in der ARD ausgestrahlt wird. Es habe sich seltsam angefühlt, die eigene Geschichte in einem Kino zu sehen, sagte sie. Bei manchen Szenen habe sie auch weggeguckt. Doch der Film habe ihr sehr gut gefallen. Von Panik oder Triggern sprach sie nicht. Selbst bei unseren Interviewpassagen über ihr Trauma klang ihre Stimme sicher, viele unserer Fragen dürften für sie nicht neu gewesen sein. Bei keiner zögerte sie, zu antworten. Sie sprach offen über ihre Ängste. Das ließ sie für uns nur noch stärker wirken. Sie kannte ihre Seele. Sie wusste, wie verletzlich sie noch immer war.

Susanne Preusker starb am 13. Februar 2018. ✝

CAROLINE PETERS/Wien

Die gebürtige Mainzerin spielte in Hamburg, Berlin und Zürich, bevor sie 2004 ans Burgtheater Wien wechselte

GESELLSCHAFT

GÖTTINNEN

Begegnungen mit vier Ausnahme-Schauspielerinnen, die zurzeit das

LINA BECKMANN/Hamburg

Die große Karriere der gebürtigen Hagenerin begann 2007 am Schauspiel Köln. 2013 wechselte sie ans Schauspielhaus Hamburg

DER BÜHNE

deutschsprachige Stadt- in Welttheater verwandeln

Von David Baum; Fotos: Markus Burke

STEFANIE REINSPERGER/Berlin

Geboren in der Nähe von Wien, aufgewachsen in London, spielt seit 2015 in der deutschen Hauptstadt am Berliner Ensemble

BIBIANA BEGLAU/München

Die gebürtige Braunschweigerin hat an allen großen und wichtigen Bühnen des Landes gewirkt. Seit 2011 gehört sie zum Ensemble des Residenztheaters München

Für einen Moment sieht sie aus wie ein Kind, das in eine ferne Welt blickt. Stefanie Reinsperger hat sich vorn an den Bühnenrand gesetzt und lässt die Beine baumeln. Unten die leeren Zuschauerreihen des Berliner Ensembles, vor denen schon Max Reinhardt und Heiner Müller probten, links über ihr das rote Kreuz, das Bertolt Brecht quer über den feudalen Adler im Stuck gepinselt hat. In Gesellschaft dieser Gespenster könnte man sich schon mal klein vorkommen.

Gerade ist Reinsperger 30 Jahre alt geworden. Doch sie hat sich eine kindliche Leichtigkeit bewahrt – allzu große Ehrfurcht scheint ihr fremd. Wenn sich der eiserne Vorhang am Abend knatschend hebt und sie als Magd Grusche in Brechts „Der kaukasische Kreidekreis" auftritt, scheint es, als würde diese Rolle zum allerersten Mal gespielt. So aktuell, so gültig wirkt Reinspergers Verzweiflung.

Seit Beginn der aktuellen Spielzeit ist die Österreicherin neu in Berlin – und hat sich gleich den Ruf als Hauptsensation im Ensemble von Intendant Oliver Reese erspielt. „Es ist ein besonderes Gefühl, hier oben zu stehen und diese Spannung im Publikum erzeugen zu können", sagt sie. Dass gerade überall in der deutschen Hauptstadt über sie gesprochen und geschwärmt wird, man ihr intensives, impulsives Spiel diskutiert, kümmere sie wenig. „Ich will Geschichten erzählen, Menschen bewegen. Ob das jemand auszeichnen will oder Kritiker gut finden, das allein darf keine Motivation sein."

Die Bühnen im deutschsprachigen Raum sind ein Phänomen: ein dichtes und wohlsubventioniertes Netzwerk traditioneller Institutionen, wie sie kein zweites Mal auf der Welt existieren. Das Publikum begleitet die Besetzungen in Direktionen und Ensembles mit großen Gefühlen, in guten wie in schlechten Spielzeiten. Gerade müssen die Intendanten der Berliner Volksbühne und der Münchner Kammerspiele erfahren, wie es ist, wenn die Gunst des Publikums ausbleibt, in Ablehnung – oder schlimmer: in Wegbleiben umschlägt. Es wird viel darüber gestritten, wer die Lufthoheit über diese Häuser haben soll.

Ein Intendant mag Macht besitzen, die wahre Gunst aber wird von den Zuschauern verteilt. Sie verschmähen. Sie bejubeln. Und sie tragen jene Schauspielerinnen, denen tatsächlich besondere Momente gelingen, zärtlich durch die Spielzeit. Wie und wodurch diese kollektive Form von Liebe entsteht, kann keiner recht erklären. „Man entäußert sich völlig", sagt die Schauspielerin Bibiana Beglau. „Man muss damit klarkommen, dass einen die halbe Stadt nackt gesehen hat – körperlich wie emotional."

Dabei sei gerade die Bühne ein Raum, der erst Sicherheit herstelle, sagt wiederum Reinsperger. „Die Bühne bedeutet die völlige Freiheit. Die Rollen und Geschichten beschützen mich." Für Lina Beckmann, Teil des Ensembles am Schauspielhaus Hamburg, ist es sogar noch einfacher: Findet sie die richtigen Regisseure, die richtigen Stücke, dann sei das, „wie wenn man sich verliebt. Plötzlich passt es einfach."

Natürlich trifft auch die großen männlichen Mimen überschäumende Verehrung, wenn sie heroisch einen tollen Hamlet oder den Dorfrichter Adam aus „Der zerbrochene Krug" hingelegt haben.

> „Die richtigen Regisseure zu finden, die richtigen Stücke – das ist, wie wenn man sich verliebt. Plötzlich passt es einfach"
> Lina Beckmann

Doch die Auseinandersetzung mit den Schauspielerinnen der Stunde erzählt viel mehr über die Gesellschaft von heute. Ihr Triumph lässt sich nicht mit Leistung erklären. Sie stellen im Idealfall die weiblichen Charaktere aus den Klassikern nicht bloß dar, sondern füllen die tausendmal aufgeführten Figuren mit sich selbst aus. Und kommen so dem Verständnis der Frau in den Jahrhunderten auf die Spur. Das bedingt, dass sie für sich selbst den antiquierten Erfolgsklischees, also der Pose von „Diva" und „Primadonna", entsagen.

Jene vier Charakterköpfe, denen wir begegnen, könnten unterschiedlicher nicht sein. Sie sind 30, 36 und zweimal 46 Jahre alt, haben völlig unterschiedliche Biografien, die sie auf die Bühnen von Berlin, Hamburg, München und Wien geführt haben. Das Fachorgan „Theater heute" hat sie alle zu Schauspielerinnen des Jahres gekürt, 2011, 2014, 2015 und 2016. Es sind höchst unterschiedliche Qualitäten, durch die sie zu den bestimmenden Persönlichkeiten ihrer Spielstätten geworden sind.

Ihr Erfolg sagt viel über den Zustand der jeweiligen Stadtgesellschaft aus. Ebenso wie über die Frauen und ihre Kunst selbst.

„Für mich war es von Anfang an unvorstellbar, klassische Frauenrollen zu spielen, ich war nie für ein Käthchen von Heilbronn geschaffen", sagt Bibiana Beglau. Aber ist das nicht ein wenig die Idee dieses Berufs, das zu spielen, was man eigentlich selbst nicht ist? „Nein, jedenfalls nicht meiner Auffassung nach." Sie selbst sei unfähig, solches zu leisten. „Ich will das in dem Moment auch sein, das muss in der Sekunde völlig wahrhaftig sein, im Grunde kann ich das gar nicht, dieses: Spielen."

Wer Beglau, 46, in ihren aktuellen Darbietungen im Residenztheater in München sieht, versteht sofort, wovon sie spricht. Etwa in Martin Kušejs „Faust", in dem sie eben nicht das Gretchen spielt, das früher als Paraderolle für eine Schauspielerin gegolten hätte. Sie gibt vielmehr einen androgynen Mephistopheles. „Mit Geschlechterrollen konnte meine Generation nie viel anfangen", sagt sie. Oder in der genialen Adaption von Fassbinders „Die bitteren Tränen der Petra von Kant", in der sie die brutalen sadomasochistischen Verhältnisse einer lesbischen Dreierbeziehung in körperlichen Schmerz verwandelt – auch für die Zuschauer. Und das alles in der beschaulichen Bayernmetropole.

„Als Kušej hier Intendant wurde und mich fragte, ob ich kommen wolle, dachte ich erst, ich höre nicht recht", sagt Beglau. „Ich war mir sicher, die würden mich hier hassen." Sie sitzt in der Bar des Theaters, durch deren riesige Glasfenster sie auf die Münchner Innenstadt schauen kann, direkt dorthin, wo die Maximilianstraße beginnt und die wohlsituierten Jungs gern Runden mit ihren neuen Sportwagen drehen. Manchmal, wenn sie und die Kollegen hier oben Übungen für ihre sehr physischen Darstellungen machen, sich bei Wein laut ihrer Kunst hingeben, dann bleiben die Leute auf der Straße stehen und schauen gespannt hinauf. „Die Menschen spüren, dass hier was passiert", sagt Beglau. Vor der ersten Premiere habe sie „typische Münchner mit Trachtenjankern und ➤

In Deutschland kennt man Caroline Peters aus dem TV-Serienerfolg „Mord mit Aussicht“, in Wien feiert man sie für ihre Klytaimnestra und ihre wunderbaren Eskalationen in „Hotel Strindberg“

Am Schauspielhaus Hamburg ist Lina Beckmann omnipräsent, was auch an der kongenialen Zusammenarbeit mit Regisseurin Karin Henkel und Intendantin Karin Beier liegt. Jüngst zeichnete sie eine ihrer zerrissenen Frauenfiguren im Frankfurter „Tatort“

Mit 30 hat Stefanie Reinsperger eigentlich alles erreicht: Burg-Ensemble, Schauspielerin des Jahres und „Buhlschaft“ bei den Salzburger Festspielen. Doch die Komfortzone ist kein Traumziel für diese Frau, seit Herbst steht sie in Berlin auf der Bühne

Das gab ein Staunen, als „Resi“-Intendant Martin Kušej eine der radikalsten Theaterpersönlichkeiten ausgerechnet nach München holte.

Das Experiment darf spätestens seit Bibiana Beglaus „Mephistopheles“ und ihrer „Petra von Kant“ als geglückt gelten

Bommelschuhen" beobachtet, die Lithografien einer Ausstellung von Jonathan Meese leerkauften. „Da dachte ich: Wenn die so drauf sind und das in ihre schicken Stadthäuser hängen, dann habe ich da was falsch eingeschätzt", sagt Beglau. „Da wusste ich, ich muss mich warm anziehen."

Musste sie aber nicht. Schnell zeigte sich, wie das Zusammenspiel von Bühnenfrau und Publikum das unbekannte Wesen einer Stadt herauszukitzeln vermag. Als größte Herausforderung sah Beglau, die Hauptrolle in Heiner Müllers „Zement" zu spielen, einer sozialistischen Großtragödie, ausgerechnet in der letzten Inszenierung des Theaterberserkers Dimiter Gotscheff. „Ich fragte den Münchner Filmproduzenten Oliver Berben, was er davon hielte, ob man das hier überhaupt spielen könne", sagt Beglau. Der habe nur mit den Schultern gezuckt und gesagt, sie möge nicht vergessen, dass es München war, wo sich die SPD nach dem Zweiten Weltkrieg am schnellsten wieder etabliert habe. Den ersten Versuch einer sozialistischen Räterepublik auf deutschem Boden von 1919 nicht zu vergessen. Die Aufführung von „Zement" geriet tatsächlich fulminant – und als ein Vermächtnis Gotscheffs, der kurz darauf starb. Beglau erzählt: „Da wurde ein junger Mann, der bei einem Publikumsgespräch undifferenziert am Stück herummäkelte, von einer Dame unterbrochen, er solle seinen Mund halten, solange er nichts von Idealismus begriffen habe."

Die Kultur der deutschen Stadttheater ist ein Erbe von Weltrang. Während seit Jahren ausgiebig und missgelaunt über die Mittelmäßigkeit des deutschen Films lamentiert wird, hat der Föderalismus auf den Theaterbühnen eine gigantische Kulturlandschaft in großen und kleinen Städten erschaffen, in der die Themen der Zeit Auge in Auge mit dem Publikum abgehandelt werden.

Dabei wird die weit verstreute Gemeinde der Akteure nicht selten mit den Eigenarten des jeweiligen Aufführungsortes konfrontiert. Caroline Peters, im Rheinland aufgewachsen und in Saarbrücken im Schauspiel ausgebildet, sah sich am Wiener Burgtheater mit einem archaischen Brauch konfrontiert. Verstirbt nämlich ein großer Burgmime, wird er von seinen Kollegen im Sarg um den legendären Theaterbau herumgetragen. „Mit solchen Traditionen muss man erst einmal klarkommen", sagt Peters. Doch gerade diese Momente sind es, die den Widerhall des Ewigen verdeutlichen, den das Theater bereithält. „Theater ist eine Art Flaschenpost", sagt sie. „Als Klytaimnestra in der Orestie sprichst du einen Text, der ist 2500 Jahre alt, das ist doch total irre."

Wie viele ihrer Kolleginnen spielt Peters, 46, auch in Film und Fernsehen. Ihre Rolle als schusselige Kommissarin Sophie Haas in der komödiantischen ARD-Serie „Mord mit Aussicht" bescherte ihr einen Publikumserfolg, der manchmal ihre Theaterarbeit übertünchte. „Es war zeitweise so, dass sich offensichtliche Hardcore-Bildungsbürger nach den Vorstellungen etwas verhalten erkundigten, wann die nächste Staffel endlich ins Fernsehen komme", sagt Peters.

Und doch spüre sie, wie gerade in letzter Zeit das Theater seine alte große Kraft zurückgewinne. „Das Publikum lässt sich hier auf Erzählformen, Abstraktionen und Zumutungen ein, die anderswo nicht erlaubt sind", sagt Peters. „Man darf nur nicht den Fehler machen, belehren zu wollen."

> „Die Bühne bedeutet die völlige Freiheit. Es ist ein sicherer Ort, die Rollen und Geschichten beschützen mich"
> Stefanie Reinsperger

Aktuell begeistert Peters das Wiener Publikum mit einer Darbietung multipler Figuren in „Hotel Strindberg" am Akademietheater, der zweiten großen Spielstätte der Burg. Das Stück ist ein Potpourri aus mehreren Dramen des schwedischen Dramatikers August Strindberg, die der Regisseur Simon Stone genial neu zusammengebastelt hat.

Nach der viereinhalbstündigen Aufführung sitzt er mit den erschöpften Darstellern in der Kantine und diskutiert bei Wein darüber, wie das Theater seinen Zuschauern die vielgestaltige moderne Gesellschaft unterbreiten könne, in der die Grenzen zwischen Geschlecht, Ethnie und Status nach und nach verfließen. Ist diese Sehnsucht nach belehrender Botschaft aber nicht genau das, was Peters vorhin als wenig wünschenswert definiert hat? „Nein, es geht nicht darum, zu erziehen", sagt sie. „Aber gesellschaftliche Realitäten zur Diskussion zu stellen, das ist sogar unsere Pflicht."

Dabei bleibt auch der progressive Theaterbetrieb die Veränderung der Realitäten in den eigenen Häusern häufig schuldig. Noch immer herrschen an den meisten Spielstätten patriarchale Machtverhältnisse. Von seinen weiblichen Bühnenstars abgesehen, sind die wichtigen Positionen in Intendanzen und Regie allzu oft von absolutistisch gelaunten Herren besetzt.

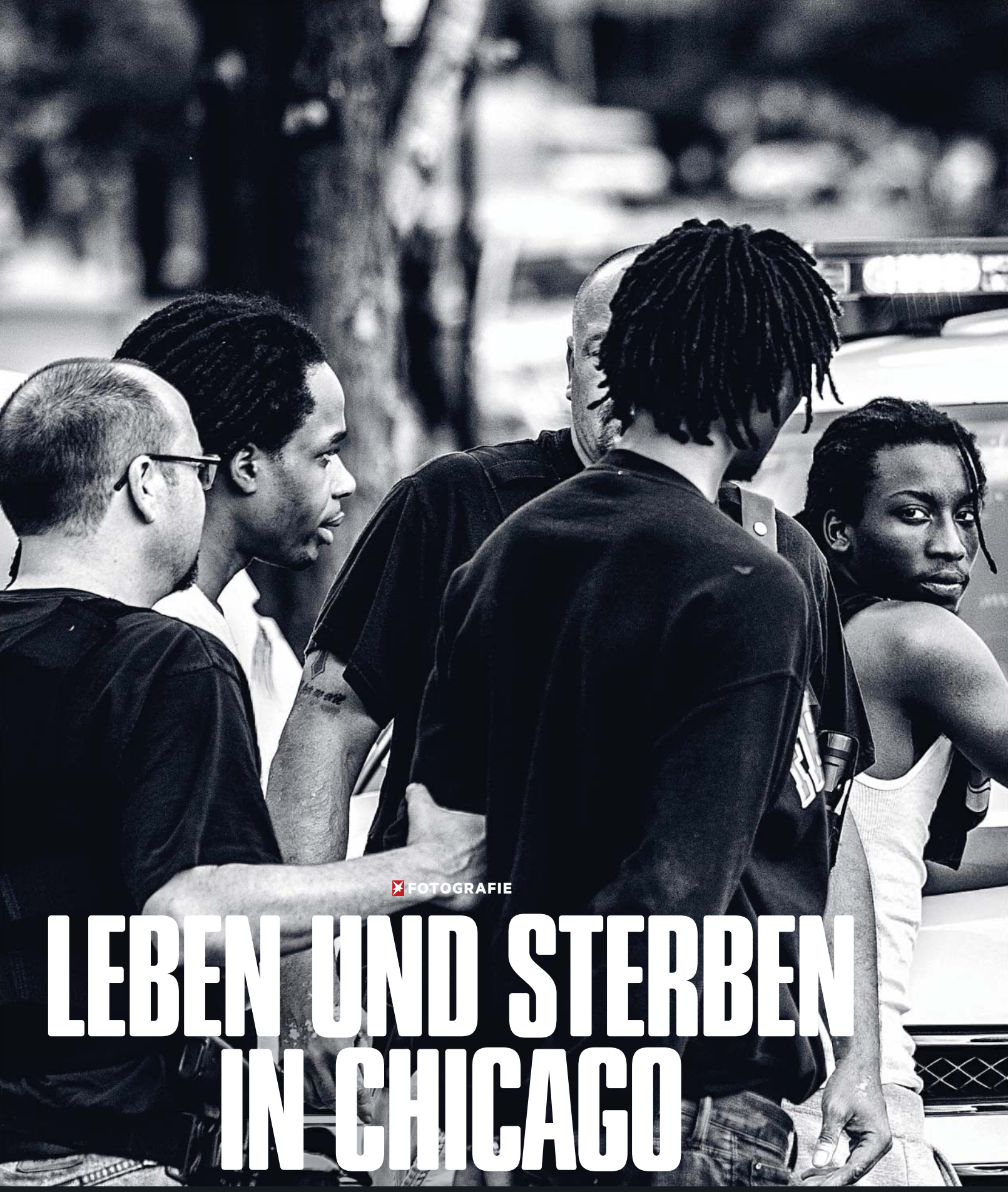
Das Deutsche Schauspielhaus in Hamburg nimmt da eine Außenseiterrolle ein, die es zur Vorzeigebühne macht. Hier wirkt Karin Beier als inszenierende Intendantin; ihre Kollegin Karin Henkel zeichnet für viele der wichtigen Inszenierungen verantwortlich. Beide scheinen in der Schauspielerin Lina Beckmann, 36, einen Schauspieltypus erkannt zu haben, der in den unterschiedlichsten Stücken funktioniert – nämlich als eine Frau, die nicht wie von der Gesellschaft vorgesehen funktionieren will. Ob als Roboterfrau in der Slapstick-Komödie „Ab jetzt" oder als scheinbar schuldbeladene Kämpferin in Gerhart Hauptmanns „Rose Bernd".

Ein Theaterkritiker hat sogar Beckmanns Stottern einen Text gewidmet. Diese besondere Sprache, die Beckmann gefunden hat, gilt als stilprägend. Gelernt habe sie dies beim alten, oder besser: nie alt gewordenen Heinrich von Kleist. „Man nennt das: allmähliches Verfestigen der Sprache, ich will das, was ich sage, so sagen, als wäre es gerade das erste Mal", erklärt sie.

Alle vier Frauen scheint ein glaubhaftes Desinteresse an der eigenen Karriere zu verbinden. „Ich versuche, mich frei von dem Gedanken zu machen, was andere tun und wieso ich erfolgreich bin", sagt Beckmann.

Was diese so unterschiedlichen Frauen auf diesen so unterschiedlichen Bühnen immer eint, ist die Konzentration auf einen besonderen Moment: das Jetzt. ✶

David Baum (l.) und **Markus Burke** durften bei ihrer Reise zu den großen deutschsprachigen Bühnen erfahren, wie gut vernetzt diese Welt ist: Fast überall hatte bereits jemand davon gehört, wie Interview und Fotoshooting bei den Terminen zuvor gelaufen waren



FOTOGRAFIE

LEBEN UND STERBEN IN CHICAGO

Jeder Straßenzug in der South Side wird von einer anderen Leben. Frontbericht aus einer Stadt im Griff der Gewalt

Einsatz: Verhaftung.
Kurz zuvor gab es in der Gegend eine Schießerei, die Polizei nimmt Verdächtige in Gewahrsam

Gang beherrscht. Hunderte Menschen kommen jedes Jahr ums

Von Andreas Albes; Fotos: Alex Wroblewski

+++ Im Jahr 2017: 650 Tote in Chicago +++ Im Jahr 2016: fast 800

Opfer: Edward Duling, 29.
Freunde und Gangmitglieder halten am Tatort eine Mahnwache für Edie „Red Bird“. Viele sind betrunken

Tote +++ Mordaufklärungsquote der Chicago Police: 30 Prozent +++

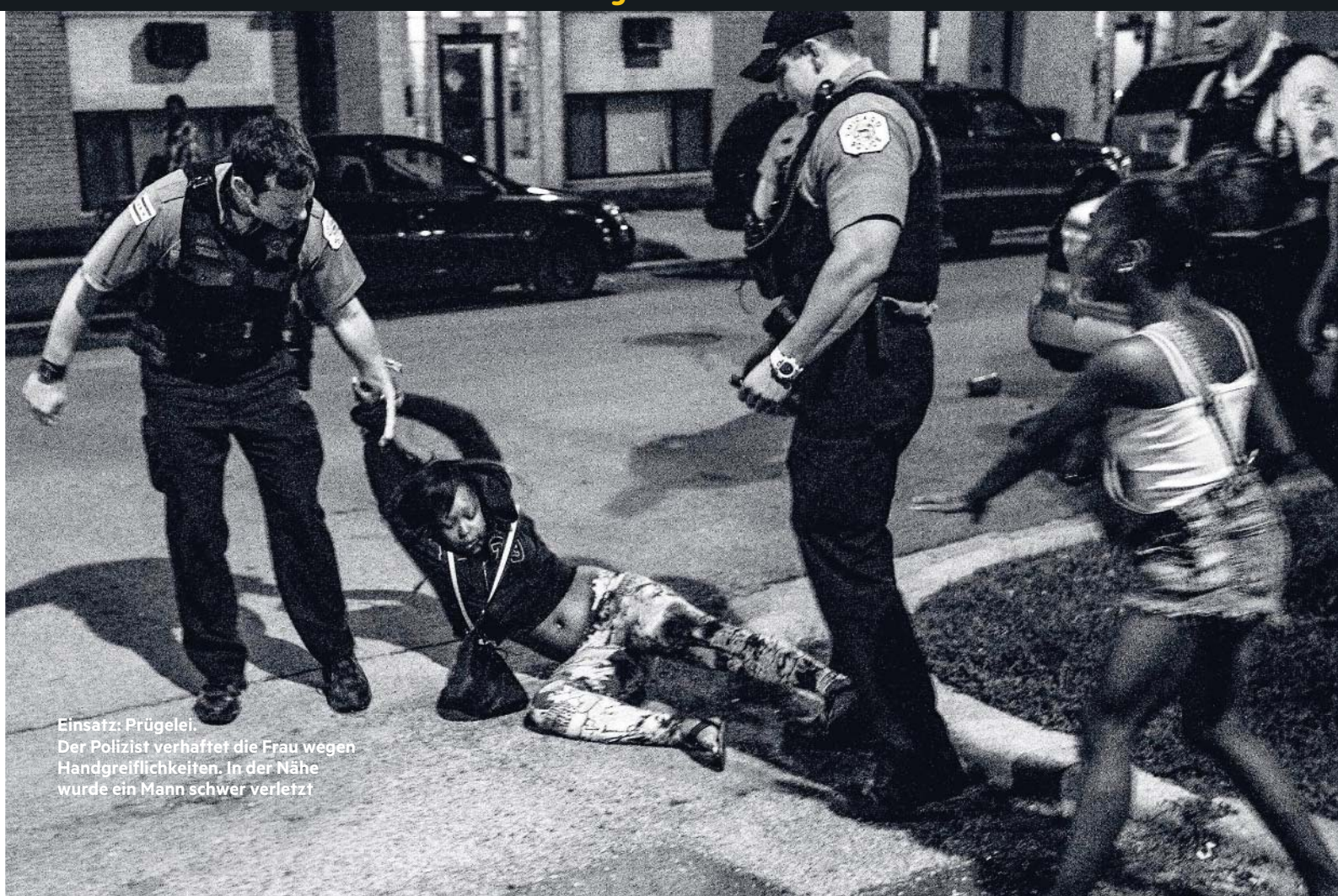
Opfer: Shamiya Adams, 11. Eine fehlgeleitete Kugel tötete das Mädchen. Hunderte begleiten ihren Weg zum Grab

+++ 93 Prozent der Bewohner in diesem Stadtteil Chicagos sind

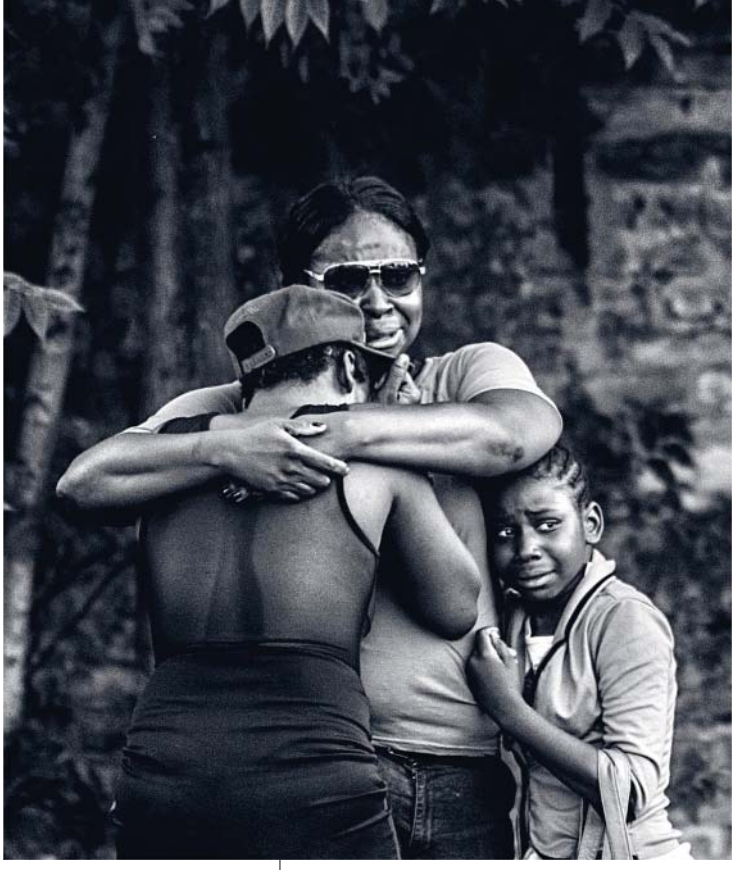
Opfer: ein 17-Jähriger. Sie schossen dem Jungen aus einem Transporter in den Rücken. Zurück bleiben schockierte Freunde

Einsatz: Unfall.
Der Fahrer verunglückte, nachdem ihn Kugeln trafen. Detectives sichern Beweise

schwarz +++ 70 Prozent der Jugendlichen haben keine Arbeit +++



Einsatz: Prügelei.
Der Polizist verhaftet die Frau wegen Handgreiflichkeiten. In der Nähe wurde ein Mann schwer verletzt



Opfer: ein 13-Jähriger. Sechs Verletzte, ein Toter. Am Tatort weinen die Angehörigen

Das letzte Polizeifoto von Edward Duling, aufgenommen im Dezember 2015, zeigt einen jungen Schwarzen mit markantem Gesicht und dünnem Oberlippenbart. Gelangweilt blickt er in die Kamera, als wären solche Fotos von ihm schon unzählige Male gemacht worden, als sei die Prozedur pure Zeitverschwendung, als würde das zu erwartende Gerichtsverfahren und die daraus folgende Haftstrafe ohnehin nichts ändern. Nichts an ihm, nichts an seiner Situation, nichts an seinen fehlenden Möglichkeiten, ein anderes, ein besseres Leben zu führen.

Unter dem Foto ist als besonderes Kennzeichen vermerkt: vernarbte Schusswunde am linken Fußgelenk. Außerdem: Vorstrafe wegen Drogenhandels, Körperverletzung, Autodiebstahls mit Waffengewalt, Flucht aus Polizeigewahrsam.

Als sich der *stern* mit Duling zum Interview verabredete, wäre er in wenigen Tagen 30 geworden. Er wollte über sein Leben in der South Side von Chicago berichten, über ein Leben im gefährlichsten Stadtteil Amerikas.

Vergangenes Jahr wurden in der Metropole mehr als 650 Menschen erschossen, erstochen, erschlagen. 2016 fast 800. Nirgendwo in den USA werden mehr Menschen ermordet. Hier wuchs Edward Duling auf, in einem Gebiet von den Ausmaßen einer deutschen Kleinstadt, aber mit 750 000 Einwohnern, geprägt von grauen Apartmentblocks, heruntergekommenen Einfamilienhäusern und zahllosen Gebäuden, die seit Jahrzehnten leer stehen.

„Ein Leben, eine Chance“: Edward Duling starb mit 29

Doch zum Interview mit Edward Duling kam es nicht mehr. 16 Stunden vor dem vereinbarten Treffen wurde er erschossen.

Der Parkplatz an der Ecke 79. Straße und South Chicago Avenue ist spärlich beleuchtet, in der Mitte sind Reste einer Blutlache zu erkennen, Dulings Blut. Gegenüber liegt das ehemalige Avalon Theater, in dem früher James Brown, Ray Charles und Billie Holiday auftraten, als Chicagos South Side noch Vorzeigegegend einer aufstrebenden schwarzen Mittelschicht war. Heute sind Fenster und Türen zugenagelt, und für die gut 30 jungen Männer und Frauen, die sich auf dem Parkplatz versammelt haben, wirkt die Vorstellung, dass hier einmal die Bühne eines anerkannten kulturellen Lebens stand, wie ein Märchen aus einer anderen Welt.

Rap-Musik wummert aus den Boxen ihrer Autos, Rum- und Whiskey-Flaschen werden umhergereicht, es riecht nach Marihuana. Auf einem Betonklotz neben der getrockneten Blutlache sitzt ein Teddybär, davor ein Schriftzug aus Teelichtern, „R.I.P. Red Bird“ und daneben: „079“. Red Bird, das war Edward Dulings Spitzname, 079 – so heißt seine Gang, benannt nach der Straße, aus der sie stammt.

Rache und Rap. Liebe und Tod

„Dieser Mord wird gerächt werden“, versichert Dulings Cousin Jonathan. Er hat seine Baseballkappe ins Gesicht gezogen und bohrt die Hände in die Taschen seiner Jeans. „Wir hatten gerade zusammen ein Plattenlabel gegründet. Eddie war ein guter Rapper, er hatte Zukunft. Wir dachten, wir schaffen es hier raus.“ Jonathan geht zu seinem silbergrauen Dodge, um „Red Birds“ letzten Song zu spielen. Es geht um „Nigga“, um „Guns“, um Liebe und um Tod: „Ich komme aus Chicago, wo die Mädchen R.I.P.-T-Shirts tragen.“

Gut möglich, dass die Gang längst weiß, wer Duling umgebracht hat. Aber das würden sie einem Fremden gegenüber nie zugeben und noch weniger gegenüber der Polizei. Auf den Straßen Südchicagos herrscht die Omertà, das Gesetz des Schweigens: Schlimmer, als jemanden zu ermorden, ist es, jemanden zu verraten. „Auf jeden Fall war es etwas sehr Persönliches“, sagt die 19-jährige Sierra, „sonst hätten sie ihn nicht so getötet. Vier Schüsse ins Gesicht. Fuck! Wer tut so was?“

Eine rhetorische Frage. Jeder, der in South Chicago bereit ist, einen Mord zu begehen, ist bereit, es so brutal zu tun. Es geht nicht nur ums Töten, es geht darum, Aufmerksamkeit zu erregen, ein Zeichen der Stärke zu setzen in einer Umgebung, die jungen Menschen keine andere Chance bietet, als sich durch Gewalt zu beweisen. Es finden sich leicht Videos von Schießereien aus der South Side im Internet, sogar „Best of“-Zusammenschnitte gibt es.

Etwas abseits der Trauerfeier für Duling steht ein schlanker junger Mann im Trainingsanzug, er fällt auf, weil er nicht trinkt. Chris und Edward sind zusammen aufgewachsen, bis Chris 30 Blocks nach Westen zog. 30 Blocks, das ist in einer Welt, wo Gangs ihre Territorien nach Straßen festlegen, wie auf einen anderen Kontinent zu ziehen. Deshalb sahen sie sich zuletzt nur noch selten. Ein Freund hatte Chris ges- ➤

+++ Eine kleinkalibrige Smith&Wesson kostet unter 100 Dollar

Einsatz: Mord. In der Nacht untersuchen Detectives den Ort einer Schießerei, ein Mann starb

tern Nacht angerufen. Als er am Tatort eintraf, wurde Edwards Leiche gerade abtransportiert.

Mord für einen falschen Blick

„Es ging wohl um Drogen", erzählt Chris. Das Gerücht geht um, ein Typ hätte vor ein paar Wochen bei Eddie Gras gekauft und sich dann über die Qualität beschwert. Eddie habe gesagt, er soll sich verpissen. „Das gestern könnte die Rache gewesen sein." Chris zieht an seiner Zigarette. „Es sind keine großen Sachen, wegen derer du hier umgebracht wirst. Kleinscheiß meistens. Es reicht, wenn du jemanden schräg anschaust." Die meisten hätten nichts anderes zu tun, als in ihren Gangs rumzuhängen, Drogen zu nehmen und zu saufen. „Gang Banging" wird es genannt, wenn die Gruppen dann losziehen, um Leute in den Straßen abzuzocken oder sich mit rivalisierenden Banden Gefechte zu liefern. „Schon als Teenager wollen alle Gangster werden", sagt Chris, „Gangster oder Rapper."

Den gesellschaftlichen Status eines Viertels zu erkennen ist einfach in den USA: Wo die Wohlhabenden leben, gibt es „Starbucks", bei den Armen „Dunkin' Donuts". In den meisten Vierteln der South Side gibt es weder das eine noch das andere. Am King Drive schloss vor einigen Jahren sogar ein McDonald's wegen ständiger Schießereien. „Wenn McDonald's dichtmacht, dann bedeutet das: Hier ist die Hölle", sagt ein Streetworker.

Jenseits eines schmalen Streifens entlang des Ufers zum Lake Michigan, wo die South Side noch ein paar gutbürgerliche Enklaven hat, sieht man kaum noch Geschäfte, nicht mal Supermärkte, nur Liquor-Stores, vor denen sich nachts Menschentrauben bilden und wo hinter Scheiben aus Panzerglas Wein und Schnaps verkauft werden. Die Jugendarbeitslosigkeit liegt bei mehr als 70 Prozent. 2013 wurden im Rahmen einer sogenannten Bildungsreform Dutzende Schulen geschlossen, um sie in größeren, finanziell besser ausgestatteten Schulzentren zusammenzufassen. Die Stadt glaubte, so für mehr Sicherheit auf den Schulhöfen sorgen zu können.

Stattdessen wurden die längeren Schulwege für die Jugendlichen zum Spießrutenlauf. Die Lokalmedien gaben Sicherheitstipps: Nicht allein gehen, aber auch nicht in Gruppen, sonst könnte man für eine Gang gehalten werden. Am besten in lockerem Abstand laufen, sodass man sich gegenseitig im Auge hat.

„Gewalt gehört hier zum Leben wie Zähne putzen", sagt Chris auf dem Parkplatz an der 79. Straße. Er selbst hat schon zwei Kugeln abbekommen. „Eine ins Bein, eine in den Hintern. Sie kamen mit einem Transporter angefahren und haben das Feuer eröffnet." Warum? Chris zuckt die Achseln. „Rache für irgendwas." Auch seinen Bruder hat Chris verloren, es war einer der wenigen Fälle, die es in die Zeitung schafften, weil es ihn genau vor seiner Schule, der George Washington Highschool, erwischte. Und weil die Täter ausnahmsweise geschnappt wurden.

Der Parkplatz wird mit jeder Stunde voller. Und mit jeder Stunde wird die Stimmung gereizter. Schwere weißblaue Geländewagen der Chicago Police rollen langsam vorbei, aber kein Beamter steigt aus, um mit den jungen Männern und Frauen zu reden. „Die interessieren sich einen Scheiß für uns", sagt Sierra, „die denken: Sollen sich die Nigger doch gegenseitig umbringen." Auf den Einwand, dass viele Polizisten selbst Schwarze sind, erwidert sie: „Die küssen doch nur weiße Ärsche."

Die Aufklärungsquote bei Mord liegt in Chicago bei unter 30 Prozent. Die Polizei hat kapituliert. Gestern Nacht dauerte es 40 Minuten, bis Streifenwagen und Notarzt am Tatort eintrafen, dabei liegt die Polizeistation keine zwei Meilen entfernt. Interviews zu dem Thema gibt das CPD, das Chicago Police Department, kaum noch. Nur ein ehemaliger Detective, der einst in der South Side geboren wurde und heute im sicheren Norden der Stadt wohnt, ist bereit zum Gespräch.

Jonathan, 34, hatte mit seinem Cousin Eddie vor dessen Tod ein Plattenlabel gegründet

„Viele Polizisten fürchten selbst um ihr Leben", erklärt der schwarze Ex-Officer. Er sitzt vor einem Espresso bei Starbucks. „Außerdem haben viele Angst, in eine Schießerei verwickelt zu werden und dann als Killer-Cop in den Schlagzeilen zu landen. Alle sind froh, einen Job zu haben, bei dem sie 80 000 Dollar im Jahr verdienen. Das will keiner riskieren. Machen wir uns nichts vor: Manche von den Cops da draußen hätten auch auf der anderen Seite des Gesetzes landen können."

Jeder in Amerika hat schon mal vom Van-Dyke-Video gehört. Es wurde 2014 von der Videokamera eines Streifenwagens ➤

+++ Es dauert bis zu 40 Minuten, ehe ein Notarzt eintrifft +++

Opfer: Edward Duling, 29. Die Aufrufe, mit Dosen in Zäune geschrieben, findet man überall in der South Side

aufgenommen und zeigt einen jungen Schwarzen, der mit einem Messer in der Hand eine Straße entlangläuft, ein Streifenwagen schneidet ihm den Weg ab, dann springt ein Officer heraus, Jason Van Dyke, und eröffnet das Feuer. Van Dyke tötete den Jungen mit 16 Schüssen, selbst als der Junge schon am Boden lag, feuerte er noch, auf dem Video sieht man, wie der Körper bei jeder Kugel zuckt. Der Fall, dessen Verfahren bis heute nicht abgeschlossen wurde, ist nur einer von vielen, die Chicagos Polizei in Verruf gebracht haben.

Ex-Dealer, Ex-Gangsterboss, heute Sozialarbeiter: Ulysses Floyd

Als Konsequenz ordnete das CPD 2016 erstmals an, seine 12 500 Beamten zum Deeskalations-Training zu schicken. „Doch viele betrachten das als Zeitverschwendung", sagt der Ex-Detective bei Starbucks. „Es dauert mindestens eine Polizistengeneration, bis sich eine solche Kultur durchsetzt."

Zwar ist Chicago nicht die einzige US-Großstadt mit einer schockierenden Mordrate, umgerechnet auf die Einwohnerzahl sind Baltimore und Detroit noch gefährlicher, doch in Chicago explodierte die Anzahl der Morde geradezu: plus 59 Prozent zwischen 2015 und 2016. Anders als New York oder Los Angeles, die eine ähnliche Bevölkerungsstruktur haben, hat Chicago sein Gewaltproblem über Jahrzehnte ignoriert. „New York gibt das Fünffache für Sozialprojekte in Problemvierteln aus", erklärt Karen Volker von der Non-Profit-Organisation „Cure Violence" (Heilt die Gewalt). Den Erfolg würden die Zahlen belegen: 2017 verzeichnete Amerikas größte Stadt weniger als 300 Morde.

Cure Violence arbeitet landesweit und gilt als sehr erfolgreich. Die Organisation bildet ehemalige Gang-Mitglieder zu Krisenmanagern aus. Sie werden zu Angehörigen und Opfern in Krankenhäuser geschickt, mit dem Ziel, Racheakte im Keim zu ersticken. Nach einer Studie des New Yorker John Jay College of Criminal Justice gelingt dies in 30 Prozent der Einsätze. Das Projekt wurde früher auch aus Washington unterstützt. Doch seit Trump regiert, so der Streetworker Ulysses Floyd, gebe es nur noch Geld für mehr Polizei und mehr Waffen. Im Wahlkampf hatte Trump gar angekündigt, die Nationalgarde nach Chicago zu schicken.

Eine Ewigkeit im Knast

„Solche Ankündigungen provozieren nur", meint Floyd. Er ist ein kleiner bulliger Schwarzer mit Rastalocken, auf die 70 geht er zu, seit 13 Jahren arbeitet er für Cure Violence. Sein schlichtes Büro, eingerichtet mit alten, dunklen Holzmöbeln, liegt inmitten der South Side. „Ich war Dealer, Gang-Mitglied, Gang-Leader und saß eine Ewigkeit im Knast." An der Wand hinter ihm hängt ein Stadtplan seines Einsatzgebiets. Es umfasst die Viertel South Shore, Woodlawn und einen Teil Englewoods, das auch „Stranglewood" genannt wird. 93 Prozent der Bevölkerung sind schwarz. In jedem Straßenblock stecken kleine Fähnchen mit den Namen der Gangs, die sie beherrschen, die „Vice Lords", die „Mickey Cobras", jeder Block ein anderer Name. Über die ganze South Side verteilt sind es Hunderte. „Niemand kann sie kontrollieren", sagt Floyd.

Bis Mitte der 90er Jahre wurde Chicagos Unterwelt von einer Handvoll Gangs beherrscht. Zu den größten gehörten die „Vice Lords" und die „Gangster Disciples" mit jeweils mehr als 30 000 Mitgliedern. Die Vice Lords machten allein mit Drogengeschäften 100 Millionen Dollar Umsatz pro Jahr. Ihr Reich waren Sozialbauten wie die berüchtigten „Robert Taylor Homes", 28 Betonblocks, in denen an die 27 000 Menschen lebten. Jede Gang hatte einen mächtigen Boss, der für klare Strukturen sorgte. Der mächtigste von allen war Larry Hoover von den „Gangster Disciples", mit dem Floyd lange im Gefängnis saß.

1995 holte Chicagos Polizei zum ultimativen Schlag gegen die Gangs aus: „Operation Headache". 39 Gang-Bosse wurden auf einen Schlag verhaftet und angeklagt. Hoover, heute 67, bekam sechsmal lebenslänglich. „Mit einem Mal waren Tausende Ganoven führungslos", erklärt Floyd. „Sie schlossen sich zu kleinen Gangs zusammen, die sich immer wieder zerstritten und teilten. Es gab ja keine Strukturen mehr. Heute haben wir es oft nur mit Cliquen zu tun."

Noch schlimmer aber wirkte sich die Entscheidung der Stadtoberen aus, die Sozialwohnungsblocks, in denen die Gangs herrschten, zu schließen. Bis Mitte der

+++ 39 Gang-Bosse wurden 1995 verhaftet +++ Tausende Ganoven

Opfer: eine 22-Jährige. Die Frau wurde in ihrem Haus getötet, vor dem nun Freunde ihrer gedenken

2000er Jahre wurde der Großteil der Bewohner in den Süden der Stadt umgesiedelt, wo sich gerade erst eine schwarze Mittelschicht entwickelte, die Konzerte und Theater besuchte und Wert darauf legte, dass ihre Kinder in gute Schulen gingen. Auch Michelle Obama wuchs in der South Side auf. Keine fünf Minuten von dem Parkplatz entfernt, wo Jahrzehnte später Edward Duling starb, ging sie zur Schule, und ganz in der Nähe, in der Trinity United Church, wurden sie und Barack Obama getraut.

Seit jener Zeit wurden immer mehr gewaltbereite, führungslose Kleinganoven über die Gegend verteilt und dominierten mit ihrer Gangsterkultur die Straßen. Wer es sich leisten konnte, zog fort, wer nicht, wurde Opfer der Verrohung. „Die Waffen wurden mehr und billiger", sagt Streetworker Floyd. Heute könne man eine Glock oder kleinkalibrige Smith & Wesson schon für unter 100 Dollar kaufen. Sie kommen aus dem Nachbarstaat Indiana, wo im „Gun Store" die Vorlage des Führerscheins genügt. Die Jugendlichen aus Chicagos South Side posieren auf ihren Facebook-Seiten wie selbstverständlich mit Waffen. Auch Edward Duling postete kurz vor seinem Tod ein Foto mit einer Schnellfeuerpistole. „Jagdsaison eröffnet", stand darunter.

Manchmal besucht Michelle Obama die South Side, um mit Schülern zu diskutieren. Und irgendwann soll am Nordrand das „Obama Presidential Center" entstehen, „eine Begegnungsstätte für Bürger" mit Bibliothek und Sportplatz. „Doch was den Jugendlichen wirklich fehlt, ist eine Zukunft", sagt der katholische Pastor Michael Pfleger. Er ist der einzige Weiße im Umkreis von Kilometern, ein hagerer Mann, dessen Stimme einen scharfen anklagenden Ton annehmen kann. Seine St.-Sabina-Kirche liegt einen Block entfernt von der berüchtigten 79. Straße. Im Garten steht ein Glaskasten mit den Fotos aller getöteten Gemeindemitglieder, über hundert sind es, auch das Porträt von Pflegers schwarzem Adoptivsohn Jarvis Franklin hängt dort. Mit 16 starb er im Kreuzfeuer zweier Gangs, während der Vater in der Kirche ein Paar traute.

Das System des Scheiterns

Pfleger hat Hunderten jungen Männern geholfen, ein neues Leben zu beginnen, ihnen Jobs besorgt. Nur Bildung und Arbeitsplätze könnten die Situation ändern, sagt er. Außerdem fordert er soziale Förderprogramme in den Gefängnissen. Es reiche nicht, die Männer nach der Haft mit einer Busfahrkarte, 20 Dollar und dem Ratschlag „Sei ein guter Mensch" auf die Straße zu schicken. „Das ganze System ist dafür geschaffen, dass diese Menschen scheitern."

Wem Pfleger hilft, den fragt er nicht nach seinen Taten. „Vielleicht war sogar der Mörder meines Sohnes darunter." Die Schwarzen verehren „Father Michael", viele Weiße verachten ihn. Wenn er am Wochenende ins Einkaufszentrum fährt, wird er manchmal angespuckt. Oder als „Wigga", weißer Nigga, beschimpft. Die Weißen, sagt Pfleger, würden immer fragen, warum sich die Schwarzen gegenseitig umbringen. Warum sie keine Achtung vor sich selbst haben. Dann antwortet Pfleger: „Weil unsere Gesellschaft ihnen täglich zeigt, dass sie nichts wert sind. Wie sollen sie dann selbst etwas anderes glauben?"

Um den Parkplatz an der 79. Straße haben sich jetzt vier Streifenwagen postiert. Es geht auf Mitternacht zu, vor 24 Stunden wurde Edward Duling erschossen. Die Polizisten observieren das Geschehen aus der Entfernung, sie sind vorbereitet auf eine wilde Nacht. Doch es bleibt ruhig.

Ed ist bei den „Vice Lords", der größten Gang der Stadt

Jonathan zeigt ein paar Fotos von seinem toten Cousin. Auf einem ist Duling mit vier kleinen Jungen zu sehen, der jüngste sitzt auf einem Dreirad. „Edwards Söhne", sagt Jonathan. „Sie sind schlau. Sie werden es einmal besser haben." Ob er ernst meint, was er da sagt? Jonathan zuckt die Schultern. „Wir wollen alle hier raus. Davon träumen wir. Dafür kämpfen wir. Doch am Ende landest du immer da, wo du herkommst. Wer hier lebt, lernt: Niemand kann vor seiner Herkunft fliehen." ✖

Als **Andreas Albes** (l.) und Fotograf **Alex Wroblewski** auf dem Parkplatz recherchierten, wo Duling starb, wollte kein Polizist mit ihnen sprechen. Aber sie bekamen einen Strafzettel – fürs Falschparken

waren führerlos +++ In der Stadt gibt es heute Hunderte Gangs +++

Schwedisches Einhorn: Spotifys Börsengang hat Daniel Ek zum Milliardär gemacht. Ihm gehören rund neun Prozent der Firma. Als „Einhörner“ gelten Start-ups, die mehr als eine Milliarde wert sind

DER DANCING KING

Mit dem Streaming-dienst Spotify hat Daniel Ek das Musikhören revolutioniert. Nach dem erfolgreichen Börsengang schickt der Schwede sich an, die Welt in eine, in seine Discokugel zu verwandeln

Von Florian Güßgen

FOTO: MAX & DOUGLAS/CONTOUR BY GETTY IMAGES

Was für eine Bühne! Der Comer See schimmert grünblau, im Garten der Villa Pliniana, einem Palazzo aus dem 16. Jahrhundert, schreitet die Braut der Abendsonne entgegen, der Bräutigam wartet vor einem blühenden Hochzeitsbogen. Was für eine Party! Es singt Bruno Mars, live. Zu den Gästen gehören Facebook-Chef Mark Zuckerberg samt Ehefrau Priscilla. Normalerweise feiern an diesem Ufer Clooney und Pitt. Aber das hier ist eine Nummer größer als Hollywood. Das hier ist die Hochzeit von Daniel Ek, Gründer und Chef von Spotify, dem erfolgreichsten Musikstreamingdienst der Gegenwart. Dieser unscheinbare, junge Schwede schickt sich an, zum Taktgeber der Welt zu werden. Wie singen Abba in Eks Lieblingslied „Dancing Queen"?

Friday night and the lights are low
Looking out for a place to go
Where they play the right music
Getting in the swing
You come to look for a king

Ek könnte jener King sein. Herrscher über eine globale Discokugel.

Heute stehen mehr als 35 Millionen Songs bei Spotify online. 159 Millionen Menschen nutzen das Angebot, davon 71 Millionen zahlende Abonnenten – fast doppelt so viele wie bei Apple Music. Mit dem Streaming erzielt die lange leidende Musikindustrie rund die Hälfte der Umsätze, sie wächst wieder. Und seit dem Börsengang vergangene Woche in New York ist auch klar, welch große Hoffnungen Anleger in Spotify setzen: Über 21 Milliarden Euro war der Dienst am Ende des ersten Handelstags wert. Spotify ist das wertvollste Start-up Europas – dank Ek.

Eigentlich ist Ek keiner für die große Show. Den kirschroten Ferrari hat er lange abgeschafft, Medien meidet er, lieber kümmert er sich um seine beiden kleinen Töchter oder fliegt zu einem Spiel von Arsenal London. Auch Borussia Dortmund findet er gut. Ek mag es bodenständig – zumindest, wenn er nicht gerade heiratet, wie im Sommer 2016. Die Schweden haben für diese Mentalität einen Begriff: „Jantelagen", das Gesetz von Jante. Es besagt: Du sollst nicht glauben, dass du etwas Besonderes bist. Ek lebt dieses Gesetz. Selbst jetzt, da ihn das Branchenmagazin „Billboard" zum „mächtigsten Mann in der Musikindustrie" kürt, er mit Justin Bieber Tischtennis spielt und Spotify in Schweden als Heiligtum gilt.

Selbst beim Börsengang hat Ek sich an den Kodex gehalten. An den mächtigen Säulen der New Yorker Börse prangte zwar ein schwarzes Segel mit grünem Spotify-Logo. Aber es floss kein Champagner, es gab kein Glockengeläut oder breitbeinige Interviews auf dem Parkett. Stattdessen skizzierte Ek mit einem Daft-Punk-Zitat auf seiner Website, wie Spotify die nächsten Jahre angehen wolle. „Harder, better, faster, stronger."

Tatsächlich ist der Börsengang für den 35-Jährigen die Krönung, der Höhepunkt eines mehr als zehn Jahre dauernden Aufstiegs. Dabei hat sich Ek nicht nur Freunde gemacht. Kritiker bezweifeln, dass er neben der Musikindustrie auch die Musiker rettet. Und seine glitzernde Kugel halten einige für kaufmännisches Blendwerk, denn bisher ist Spotify ein Minusgeschäft: 1,24 Milliarden Euro Miese waren es allein 2017. Was also ist dieser Ek: Dancing King – oder doch eher König Ohneland?

Stockholm, das „Grand Hotel", fünf Sterne mit Blick auf den Königspalast. Der Spotify-Chef hält Hof im ersten Stock, im Separée Kinarummet, dem chinesischen Zimmer. Unten wummert Musik, eine Band probt. Jedes Jahr bringt Ek hier mächtige Manager aus der Musik- und Techszene auf einer Konferenz zusammen. Sie heißt „Brilliant Minds". Geniale Geister. Rund um das wuchtige Hotel liegen graue Läufer. Mit Schriftzügen auf den Teppichen huldigt Ek Schwedens Idolen: Ikea, Roxette, Ace of Base, Avicii.

Er ist an sich keiner, der so gestählt daherkommt wie Facebooks Zuckerberg oder Amazons Jeff Bezos. Er ist auch keiner, der den Raum auf Anhieb füllt. Daniel Ek neigt zu Blässe und Bauch, ist mehr britischer Fußballfan als asketischer Weltenlenker.

Spotifys Erfolg, so erklärt er, beruhe auch auf den Eigenheiten seiner schwedischen Heimat. Die Musik sei staatlich gefördert, mit kostenlosem Musikunterricht für alle. „Ich bin ein Produkt dieses Systems", sagt er. Er wuchs in Rågsved auf, einem etwas abgewetzten Vorort Stockholms, bei seiner alleinerziehenden Mutter. Sie hatten wenig Geld, aber viel Musik. „Mein Großvater war Opernsänger, meine Großmutter spielte Jazz und Klavier", erzählt Ek im Separée. Mit vier bekam er eine Gitarre. Mit fünf, noch wichtiger, einen Computer.

In den 90er Jahren investierte die schwedische Regierung in schnelles Internet für alle. So konnten sich die Jungen früh als Hacker probieren. Auch Ek. Mit 14 begann er, Internetseiten für Firmen zu programmieren. Er verdiente gut, hatte Angestellte. Nach der Schule nahm ihn die Königlich Technische Hochschule in Stockholm auf, aber Ek zog es vor, Geschäfte zu machen. Es folgten wilde Jahre. Erste Million mit 22, schickes Appartement, der kirschrote Ferrari, Clubs, Mädchen. Viel Tempo.

Irgendwann wurde es Ek zu viel. „Ich habe festgestellt, dass die Mädchen keine sehr netten Menschen waren", erklärte er einmal dem „New Yorker". Er sei depressiv geworden. Es folgte: Läuterung. Ek zog sich zurück, in ein Holzhaus mit 29 Quadratmeter Wohnfläche – und besann sich.

Draußen tobte währenddessen ein Kulturkampf. In Schweden und weit darüber hinaus versuchten Hacker, das alte Regime der Musikindustrie zu zerstören. Mit einer revolutionären Idee: Sie wollten Lieder im Internet verfügbar machen, überall und umsonst. Sie nannten sich „Piraten" und ihre Plattform „The Pirate Bay", Piratenbucht. Es ging ihnen nicht um Geld oder Geschäftsmodelle, sondern um ein Statement. „Ziel war es, die großen Plattenfirmen loszuwerden als diejenigen, die über unser kulturelles Erbe bestimmen", sagt Peter Sunde, einer der Gründer von The Pirate Bay. Dass sie sich mit der Kopiererei strafbar machten, war ihnen egal. Sie wollten die Macht der „Majors" brechen. Und sie hatten Erfolg. Die Umsätze der Musikindustrie brachen ein. Warum sollte man für CDs zahlen, wenn das Internet die Songs verschenkte? Dann aber kroch Daniel Ek aus seinem Holzhaus. Er habe nun gewusst, was ihm wirklich wichtig sei, wird er später behaupten: Musik und Technologie. Er habe eine Alternative zur Piraterie schaffen wollen und also, gemeinsam mit Martin Lorentzon, dem Chef einer Internet-Werbefirma, 2006 das Start-up gegründet. So schön klingt der Gründungsmythos, den Ek erzählt. ➤

Freund und Feind: Bei Daniel Eks Hochzeit mit Lebensgefährtin Sofia am Comer See ist auch Facebook-Chef Mark Zuckerberg dabei (l. vorn). Der frühere Pirate-Bay-Sprecher Peter Sunde warnt vor Eks Macht

FOTOS: BACKGRID; MAREIKE TIMM; DPA

ANZEIGE

stern Reisewelten

Die schönsten Reisen für Sie zusammengestellt.

Südafrika – vom Krügerpark ans Kap

Lassen Sie sich von den Kontrasten der Rainbow Nation begeistern: Faszinierende Tierwelt im Krüger-Nationalpark, wunderschöne Landschaften an der Gartenroute, Weingenuss in den Winelands und die Metropole Kapstadt mit dem berühmten Tafelberg.

inkl. Safari im Geländewagen

Mit erfahrenen Rangern begeben Sie sich auf die Suche nach den schönsten Motiven bei der Safari im legendären Krüger-Nationalpark.

Ihr Reiseverlauf:

Tag 1 Abends Flug von Frankfurt oder München (je nach Reisetermin) nach Südafrika.

Tag 2 Ankunft in Johannesburg am Morgen. Tour durch Soweto mit Apartheidmuseum. Übernachtung in Pretoria.

Tag 3 Panoramaroute mit Bourke's Luck Potholes, Blyde River Canyon und Pilgrim's Rest. 2 Übernachtungen beim Krüger-Nationalpark.

Tag 4 Safari in offenen Geländefahrzeugen mit englischsprechenden, erfahrenen Rangern.

Tag 5 Rückfahrt nach Johannesburg und Flug nach Port Elizabeth. Übernachtung dort.

Grandiose Aussichten am Blyde River Canyon.

Hinweise:

- Unterbringung in Doppelzimmern mit Bad oder Dusche / WC.
- Reisepass erforderlich. Keine Impfungen vorgeschrieben.
- Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen.
- Langstreckenflüge in der Business-Class auf Anfrage.
- Ausflugspaket (2 Ausflüge) € 145,-.

Tag 6 Besuch des Tsitsikamma-Nationalparks. Fahrt entlang der Gartenroute nach Knysna. 2 Übernachtungen in Wilderness/George.

Tag 7 Freie Zeit oder Ausflug (gegen Mehrpreis/Ausflugspaket) zu den Cango-Höhlen und einer Straußenfarm.

Tag 8 Fahrt auf der Route 62 nach Stellenbosch. Übernachtung dort.

Tag 9 Stadtrundfahrt in Stellenbosch. Weinproben auf zwei verschiedenen Weingütern. 3 Übernachtungen in Kapstadt.

Tag 10 Freie Zeit in Kapstadt oder Ausflug (gegen Mehrpreis/Ausflugspaket) zum Kap der Guten Hoffnung.

Tag 11 Besuch von Robben Island, Waterfront & District Six Museum.

Tag 12 Besuch „Streetwire"-Projekt. Flug von Kapstadt nach Johannesburg und weiter nach Deutschland.

Tag 13 Morgens Ankunft in Frankfurt oder München.

Termine & Preise 2018/19: (Preise in Euro pro Person)

Abreisetermine:	Doppelzimmer:	Einzelzimmer-zuschlag:
14.07.18	€ 2.745,-	€ 375,-
04.08.18	€ 2.795,-	€ 375,-
25.08.18	€ 2.645,-	€ 375,-
15.09.18	€ 2.695,-	€ 375,-
06.10.18[1], 03.11.18, 17.11.18[1]	€ 2.745,-	€ 395,-
08.12.18	€ 2.495,-	€ 425,-
29.12.19	€ 2.745,-	€ 425,-
26.01.19, 23.02.19	€ 2.545,-	€ 425,-
23.03.19	€ 2.595,-	€ 425,-
13.04.19	€ 2.795,-	€ 425,-
27.04.19	€ 2.545,-	€ 425,-

[1] Langstreckenflüge ab/bis München.

Rundreise

ab € 2.495,-
pro Person

13 Reisetage

inkl. Flug

Krüger-Nationalpark, Gartenroute und Kapstadt

Ihre Inklusivleistungen:

- „Rail&Fly inclusive" zum / vom Abflugsort
- Flug mit South African Airways von Frankfurt oder München (je nach Reisetermin) nach Johannesburg und zurück; Inlandsflüge von Johannesburg nach Port Elizabeth und von Kapstadt nach Johannesburg
- Rundreise mit klimatisierten Reisebussen
- Safari im offenen Geländewagen im Krüger-Nationalpark
- 10 Übernachtungen in guten 3- und 4-Sterne-Hotels
- 10 x Frühstücksbuffet, 3 x Abendessen
- 2 Weinproben
- Deutschsprechende Reiseleitung

Reisecode: MP74Y5

Foto groß: © Shutterstock/Ana Gram
Foto klein: © www.dein-suedafrika.de

Veranstalter dieser Reise:

Marco Polo Reisen GmbH

Riesstraße 25, 80992 München

Die Gruner+Jahr GmbH & Co KG tritt lediglich als Vermittler auf.

BUCHEN SIE JETZT IHRE REISE!

Auf der stern Reisewelten Website finden Sie jede Woche neue, besondere Reisehighlights für Sie als Leser/-in.

www.stern.de/reisewelten oder Tel. 089 / 500 60 4451

Mo - Fr. 08:00 – 19:00 Uhr, Sa: 09:00 – 14:00 Uhr

Es gelten die Reise- und Zahlungsbedingungen des Veranstalters Marco Polo Reisen GmbH, die Sie unter www.agb-mp.com einsehen können.

Einer, der selbst Teil der Pirate-Bay-Bewegung war und gerade ein Buch über Spotifys Geschichte veröffentlicht, beschreibt den Ursprung der Firma nüchterner. „Die zwei kannten sich mit Werbung im Internet aus“, sagt der schwedische Historiker Rasmus Fleischer, „ihr Ziel war es, Reichweite zu schaffen, um dann Anzeigen verkaufen zu können.“ Musik sei dabei ein Mittel zum Zweck gewesen. „Klar. Ek mochte Musik. Aber wer mag die nicht?“

Und noch etwas passe nicht ganz zum Mythos. Kulturell gehörte Ek nie zu den Piraten, hing nie mit den Linken ab, in ihren Clubs oder Chats. Und doch, sagt Fleischer, habe sich Ek zunächst ihrer Methoden bedient. Anfangs, als man bei Spotify nur mit Einladung Musik hören konnte, hätte auch Ek Dateien unerlaubt kopiert. „Das war ein Piratendienst“, sagt Fleischer – nur eben mit der Absicht, die Musik möglichst schnell legal anzubieten. Dazu brauchte Ek die Lizenzen von den großen Konzernen, und die sträubten sich, weil Ek vorhatte, die Musik nicht nur mit Abos, sondern auch kostenlos anzubieten – nur unterbrochen von Werbung. „Für uns war es zunächst eine riesige Hürde, die Musik in so einem großen Umfang quasi gratis zur Verfügung zu stellen“, sagt Thomas Hesse, damals Chef für das globale Digitalgeschäft von Sony Music.

With a bit of rock music
Everything is fine
You‘re in the mood for a dance
And when you get the chance ...

Ek musste die Konzerne also davon überzeugen, dass die Chance das Risiko überwog. Dabei half ihm, dass deren Geschäft rasant zerrann. Apple hatte die Musik mit iTunes zwar ins Netz gebracht, dort konnte man jetzt Lieder kaufen, aber das reichte längst nicht, um die Verluste zu stoppen. Zunehmend verzweifelt suchten die Bosse nach einer Alternative zur Piraterie und beschlossen schließlich, es mit Streaming zu versuchen. Im Herbst 2008 gewährten sie Ek die Lizenzen, beschränkt auf Schweden und wenige andere Länder. Spotify konnte offiziell starten – und startete durch. Sein Angebot war schneller und bequemer als das der Piratendienste, und dazu noch legal. „Wir haben in Schweden gesehen, dass das Streaming nicht zulasten des Digitalmarktes ging, sondern sehr stark zulasten der Piraterie“, sagt Hesse. Außerdem griff inzwischen die Justiz durch. Auch Peter Sunde wurde zu einer Haftstrafe verurteilt. Das Ancien Régime gewann – und Prinz Daniel war der Held. Er konnte nun sein großes Ziel angehen: die Expansion nach Amerika.

Die US-Sängerin Taylor Swift war lange die prominenteste Spotify-Gegnerin. Jetzt macht Ek die Milliardenklage eines anderen Künstlervertreters viel mehr zu schaffen

Wieder verhandelte Ek mit der Industrie, beharrlich, beinhart. „Er ist jemand, der immer sehr bedächtig, klug, sehr rational spricht und eher zurückhaltend auftritt“, sagt Hesse. „Und dennoch ist er extrem durchsetzungsstark.“ 2011 hatte Ek die Majors so weit: Sie ließen Spotify auf den US-Markt. Es war ein Ereignis wie die Ankunft der Beatles in New York 1964: Danach war die Musikwelt eine andere.

Spotify ist inzwischen in 65 Ländern verfügbar, mit 2960 Angestellten weltweit. Suchten Kunden anfangs Lieder, die sie kannten, will Spotify nun in jeder Lebenssituation den richtigen Sound liefern, über Listen oder über Empfehlungen, ganz persönlich. Algorithmen werten die Vorlieben jedes Hörers aus. Spotify verfügt über Unmengen persönlicher Daten, einen Schatz, der allerdings schnell zum Fluch werden kann, wie der Datenskandal bei Eks Freund Zuckerberg zeigt. Spotify ist heute weniger Musiklabel als globaler Technologiegigant. Ek will das Radio neuen Typs schaffen, einen Sender für die ganze Welt.

„Die Musik ist zentralisierter als jemals zuvor“, schimpft deshalb Peter Sunde. In seinen Augen ist Ek ein Strohmann für die „gesichtslosen“ Bosse der Industrie. Tatsächlich lassen sich die Majors ihre Lizenzen nicht nur mit Gebühren entlohnen, sie haben sich auch Anteile an Spotify gesichert, allein Sony 5,7 Prozent.

Kritik an Ek kommt auch von Künstlern. Manche bezichtigen Spotify, sie verhungern zu lassen. Taylor Swift zog ihre Musik aus Protest sogar zeitweise zurück, in den USA läuft ein Verfahren, bei dem es um eine Schadensersatzforderung in Höhe von 1,3 Milliarden Euro geht. Kläger ist Randall Wixen, der Künstler wie Tom Petty und Neil Young vertritt. Er behauptet, Spotify habe Musik ohne Erlaubnis gestreamt. „Früher konnten Menschen davon leben, dass sie Musik machten, sie hatten Löhne“, sagt Wixen. „Die Streamingdienste haben diese Einkommen kannibalisiert – und noch gibt es keinen Ersatz.“ Mit Ek habe er telefoniert, sagt Wixen, der sei freundlich, seine Anwälte aber knallhart.

Die Discokugel ist inzwischen so viel wert, dass Ek mit allen Mitteln kämpft – auch als politischer Lobbyist wie an diesem Tag im Januar 2018 in Brüssel. Im Ballsaal des Concert Noble sitzt Ek auf einer Bühne. Unten im Publikum drängt sich die EU-Elite: Bürokraten, Anwälte, Lobbyisten. Tagsüber hat Ek sich mit Kommissaren und Beamten getroffen. Jetzt, am Abend, tritt er öffentlich auf. „Es ist wichtig für Leute wie mich, rauszugehen, offen zu sein“, sagt er. Und meint: Ich bin anders als die als hochnäsig verschrienen Amerikaner. Ich bin einer von euch!

Tatsächlich ist er nach Brüssel gekommen, um einen amerikanischen Konkurrenten zu attackieren. Apple verlangt von Spotify in seinem App-Store Prozente, zahlt aber für den eigenen Dienst nichts. Ek findet das unfair. Und weil die EU-Kommission derzeit gern US-Konzernen auf die Finger haut, möchte Ek sie ermutigen, Spotify zu helfen. Ihm. Was ihn antreibe, sagt er auch, das sei Spotifys „Mission“: dafür zu sorgen, dass eine Million Künstler ihr Auskommen fänden. „Wenn wir das schaffen, wird die Welt viel besser aussehen.“

Ek ist jetzt auch ein – und mit dieser Attitüde nähert er sich den amerikanischen Gründern an – selbst ernannter Weltverbesserer, ausgestattet mit großem Selbstbewusstsein. Selbst bei dem Schritt an die Börse ging er volles Risiko. Normalerweise heuern Firmen Investmentbanken an, die den Preis der Aktie vorab festzurren. Ek bot die Anteile einfach direkt an – und war erfolgreich. Die Investoren scheinen seinen Versprechen zu glauben, seiner Story von Wachstum und immer mehr Werbeeinnahmen, trotz Wixens Klage, trotz irrsinniger Verluste, trotz der Aufholjagd von Apple, trotz des Datenskandals bei Facebook. Nur die New Yorker Börse patzte. Statt der schwedischen hisste sie aus Versehen zunächst die Schweizer Flagge. Aber was juckt das den König? Als Ek den Ballsaal verlässt, spielen sie Abba. „Dancing Queen“.

Ooh
You can dance
You can jive
Having the time of your life

Florian Güßgen ist kein besonders großer Musikkenner. Deshalb ist er für automatische Playlisten durchaus dankbar. Einziges Problem: Bisweilen mischen die Algorithmen die Bibi-und-Tina-Hits seiner Kinder drunter

FOTO: DPA

EXTRA

Cool aus Japan: Das Modelabel Uniqlo drängt an die Weltspitze, S. 96

Aufbruch: Mit diesen Produkten gelingt der Start in den Frühling, S. 95

Balanceakt: Thomas Isherwood vom FC Bayern II trägt zum schwedischen Auswärtstrikot einen Look von Dior Homme

MÄNNERMODE

Im WM-Fieber: Sechs junge Fußballer zeigen die Trikots ihres Heimatlandes, kombiniert mit cooler Sportmode

Fotos: Christian Borth; Styling: Annika Schmeding

Kevin Sessa (l.) kombiniert sein Argentinien-Trikot mit einem Mantel und Ledershorts von Boss. Schuhe: Jimmy Choo. Sein Bruder Nicolas trägt einen Anzug von Boss und eine Schlupfjacke von Herno. Alle abgebildeten Fußballtrikots stammen von Adidas

Kevin Sessa, 17, 1. FC Heidenheim, U19

Fühlst du dich als Deutscher oder Argentinier?
Ich bin in Stuttgart geboren, aber meine Familie kommt aus Argentinien. Es schlagen zwei Herzen in meiner Brust.
Was ist dein Ziel?
Fußballprofi werden. Einmal das Nationaltrikot tragen.
Hast du fußballerische Vorbilder?
Meinen Bruder Nicolas.

Nicolas Sessa, 22, VfB Stuttgart II

Wer steht im WM-Finale 2018?
Argentinien, am liebsten gegen Deutschland – und Argentinien gewinnt.
Als was möchtest du einmal bekannt sein?
Als gefährlicher Spieler mit einem guten linken Fuß.
Welcher Fußballer-Look gefällt dir?
Mein Idol ist Messi.

Kevin Sessa trägt ein argentinisches Auswärtstrikot, einen Hoodie von Raf Simons, gesehen bei stylebop.com, und eine Hose von Hermès. Die Sneaker sind von Adidas. Rechte Seite: Der Japaner Kazuki Date trägt sein Nationaltrikot über einem Hemd von Seidensticker. Blouson von Emporio Armani

Kazuki Date, 20, SV Heimstetten

Seit wann spielst du Fußball?
Seitdem ich sieben bin. Mit 14 kam ich zum CE Europa in Barcelona, drei Jahre später zum CA Independiente nach Buenos Aires. Seit 2017 spiele ich in Bayern.
Wie ist deutscher Fußball im Vergleich zu anderen Ländern?
In Argentinien waren jeden Tag die Schienbeine blau. Da beschwert sich keiner nach einer Blutgrätsche, das ist normal.

Thomas Isherwood, 20, FC Bayern II

Was bedeutet Fußball für dich?
Wenn ich das Spielfeld betrete, ist der Rest vergessen.
Dein größtes Highlight?
Dass der FC Bayern mich gekauft hat.
Das schwedische Nationalteam ist wie ...
... eine Maschine. Wir machen immer weiter und geben nicht auf.

Thomas Isherwood kombiniert das schwedische Auswärtstrikot mit einem Cordanzug von Gucci. Socken von Jungfeld. Sandalen: Birkenstock by Rick Owens

MÄNNER – SEHT SO JUNG AUS, WIE IHR EUCH FÜHLT!

NEU

VITA LIFT

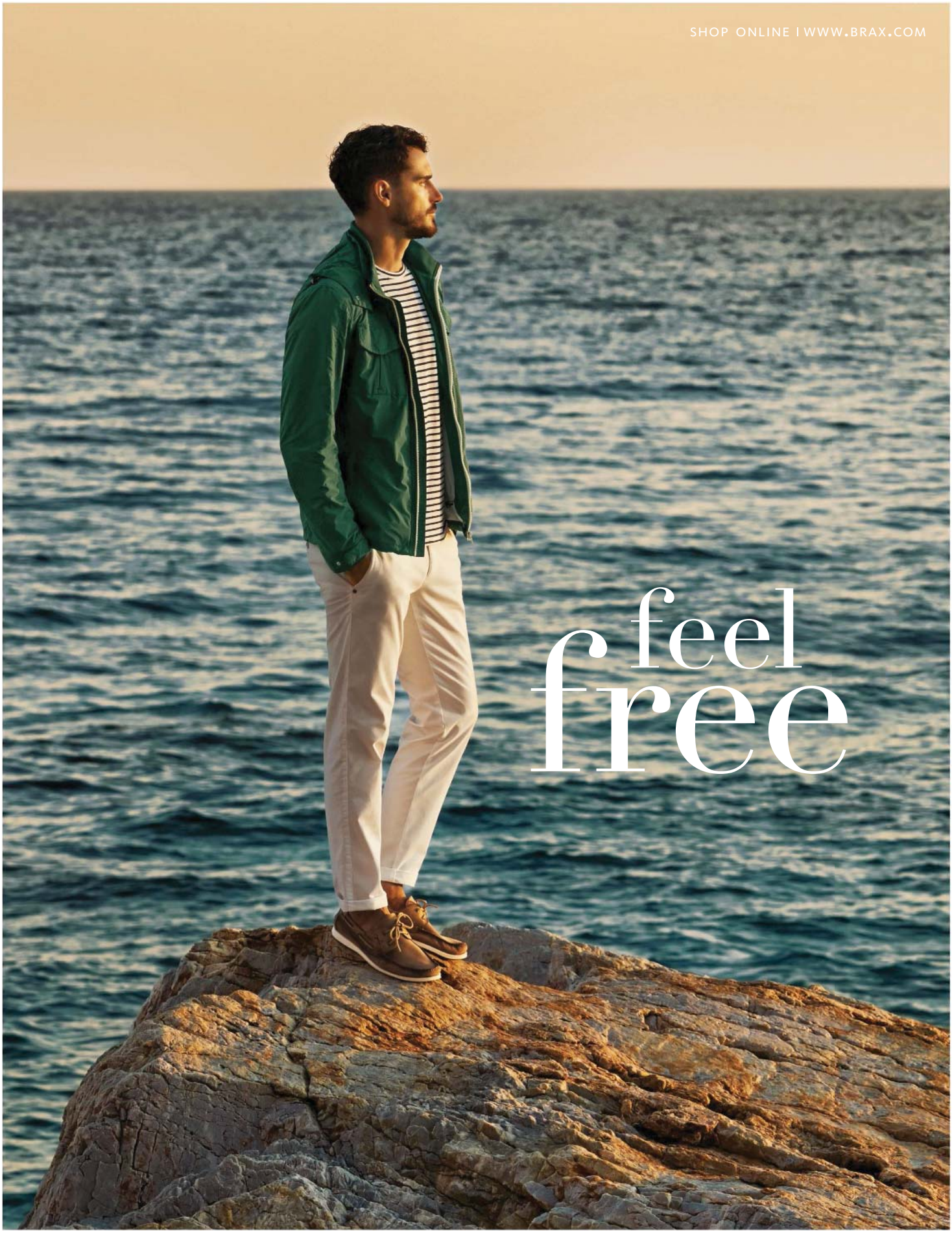
DIE NEUE PFLEGESERIE MIT FRANZÖSISCHEM WEINREBEN-EXTRAKT

- Vitalisiert und schützt vor äußeren Einflüssen
- Strafft die Haut und mildert Falten

Nils Anhölcher, 18, TSG 1899 Hoffenheim, U19

Bedeutet es dir etwas, das russische Nationaltrikot zu tragen?
Es ist eine Ehre. Russland ist ja Teil meines Lebens.
Wofür fürchten dich deine Gegner?
Für meine Dribblings und Torschüsse.
Interessierst du dich für Mode?
Ja, ich lege schon Wert darauf, gut gekleidet zu sein.

Nils Anhölcher trägt eine Jacke, Hose, Gürtel und Sneaker von Prada


SHOP ONLINE I WWW.BRAX.COM
feel
free
BRAX
FEEL GOOD

Pascoe
Naturmedizin seit 1895

Lymphdiaral®
Ihre Abwehrkräfte natürlich im Fluss

- regt das Lymphsystem an und fördert so das Immunsystem
- unterstützt bei Infekten der oberen Atemwege

Lymphdiaral® Basistropfen SL · Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Unterstützende Behandlung von Infekten der oberen Atemwege, insbesondere mit Beteiligung des lokalen Lymphsystems. Enthält 39 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. www.pascoe.de

Marlon Roos Trujillo, 14, Mainz 05, Jugend U15

Was bedeutet dir Fußball?
Alles. Es ist mein großer Karrieretraum, mein Wunsch nach Erfolg und Verwirklichung.
Wo siehst du dich bei der WM 2026?
Im Deutschland-Trikot. Am liebsten auf dem Platz.

Marlon Roos Trujillo trägt zum Kolumbien-Trikot ein Hemd von Paul Smith, einen Parka von Brax, Shorts von Dries Van Noten. Socken: Jungfeld. Schuhe: Sioux

Nein, kicken kann man mit der Honolulu-Pantolette nicht, da kann der Klettverschluss noch so sportlich aussehen: Ein Schuss, und die Sandale fliegt von Marlon Roos Trujillos Fuß in hohem Bogen dem Ball hinterher. Macht nichts, toll findet der Nachwuchsfußballer die Schlappen trotzdem. Sind ja auch vom Designerlabel Louis Vuitton und passen ausgezeichnet zum knallgelben Trikot der kolumbianischen Nationalmannschaft.

Der Stoff, aus dem in dieser Saison die Träume sind, heißt Polyester. Atmungsaktiv und mit Aufnähern verziert, wird er im Sommer nicht nur von den Mannschaften bei der Fußball-WM in Russland getragen, sondern auch von Millionen Fans und – das ist neu – zahlreichen Hipstern. Das Fußballtrikot, jahrelang Uniform der Fanmeilen, erlebt seinen modischen Durchbruch. Den

Alles drin: Tasche von Longchamp, Cap von Balenciaga über stylebop.com. Rechts: Nils Anhölcher im Russland-Trikot und Look von Louis Vuitton

verdankt es dem aktuellen Trend „Athleisure", der sich aus den englischen Begriffen „Athletic" und „Leisure" (Freizeitvergnügen) zusammensetzt und für die neue Lust auf sportliche Mode steht. Nur selten ging es in den Männerkollektionen so elastisch, grell und gemustert zu. Modisch gesehen hätte die Fußballweltmeisterschaft keinen günstigeren Zeitpunkt erwischen können.

Der *stern* hat sechs junge Fußballer ausgesucht, um sie in WM-Trikots und aktueller Laufstegmode zu fotografieren. Alle spielen derzeit in deutschen Profi- und Amateur-Teams, haben ihre Wurzeln aber in anderen WM-Ländern: Argentinien, Kolumbien, Russland, Japan und Schweden. Entsprechend bunt sind ihre Shirts.

Populär gemacht haben den Sportlook Stil-Götter wie der Musiker Pharrell Williams sowie die Designer Gosha Rubchinskiy und Riccardo Tisci. Sie verbanden funktionale Elemente mit Alltagskleidung – dank ihrer erscheint es heute wie selbstverständlich, mit Sneakern ins Büro zu gehen. Mittlerweile findet man Sporteinflüsse in fast jeder wichtigen Designerkollektion. Versace, Gucci und Kenzo haben sich neben dem Trikot eines weiteren Fußballsymbols angenommen: des Fan-Schals. Äußerlich ähnelt er dem Stoffwust, den sich etwa die Fans des FC Bayern und von Borussia Dortmund umhängen, doch besteht die Neuauflage aus Kaschmir statt aus Polyacryl. Früher wäre man mit diesem Ostkurvenlook noch an jedem Türsteher gescheitert. Heute aber gilt ein bisschen prollig zu wirken unbedingt als modern.

Dabei muss man nicht sportlich sein, um athletisch auszusehen. Wer im Windbreaker im Büro auftaucht, deutet an, dass er auf dem Nachhauseweg noch schnell eine Runde auf der 400-Meter-Bahn drehen könnte. Tatsächlich wird nur die Hälfte der gekauften Sportmode zum Trainieren genutzt, hat das Marktforschungsinstitut NPD Group ermittelt. Und natürlich würde niemand seine teuren Designer-Sneaker auf einem Bolzplatz ruinieren.

Das gilt auch für Marlon Roos Trujillo von Mainz 05: Die Schuhe seines zweiten Outfits hält der Deutsch-Kolumbianer während des *stern*-Fototermins besser fern vom Rasen. Die weißen Sohlen werden es ihm danken. ✗

Claudia Charles

FOTO-ASSISTENZ: FREDERIK REINHALTER, ADRIEN ZARCOS; HAARE & MAKE-UP: ELENA BECKER, LENA GEHRIG/FAME AGENCY, EVA SCHUBERT; MODELS: NILS ANHÖLCHER, KAZUKI DATE, THOMAS ISHERWOOD, MARLON ROOS TRUJILLO, NICOLAS SESSA, KEVIN SESSA; REDAKTION: CATHRIN WISSMAN, CHRISTINE ZERWES; BILDREDAKTION: LISA MEINEN

DIE NEUE FORMEL 1

MIT DEN EXPERTEN NICO ROSBERG UND TIMO GLOCK

RTL SPORT

Schutzschild
UV-Strahlen, Feinstaub, Kältewelle – die Haut muss viel aushalten. Die Tagescreme „Multi-Protection" hilft ihr dabei. Von Clarins, ca. 41 Euro

Blauer Begleiter
Wenn schon sportlich, dann bitte elegant. Wie diese schwarzblaue Ledertasche von PB0110 für ca. 750 Euro

Farbbombe
In diesem Sweatshirt wird man garantiert nicht übersehen. Von Off-White c/o Champion, gesehen bei stylebop.com, ca. 435 Euro

Leichtgewicht
Der Freizeit-Sneaker „Gateway 25" ist leicht und passt dank seines dunkelgrauen Obermaterials zu jedem Outfit. Von Camel Active, ca. 100 Euro

ES LEBE DER SPORT

Sieben Sachen, mit denen Männer in dieser Saison modisch ganz vorn mitspielen

Retro-Traum
In sanftem Himmelblau erinnert diese Reißverschlussjacke an die farbenfrohen 70er Jahre. Von Ellesse, ca. 75 Euro

Gut im Griff
Aussehen wie David Beckham: Der Ex-Fußballer brachte jüngst die Männerkosmetiklinie „House 99" auf den Markt. Bartpflege, ca. 20 Euro

Auf Streife
Einst war die geknöpfte Hose Inbegriff des Prolls. Jetzt ist sie hip, zum Beispiel kombiniert mit einer lässigen Bomberjacke. Von Adidas, ca. 80 Euro

FOTOS: REUTERS; GETTY IMAGES

CERTINA
SWISS WATCHES SINCE 1888
DS

PRECISELY YOUR MOMENT

DS ACTION DIVER
AUTOMATIC MOVEMENT
DIVER'S WATCH 30 BAR (300 M)
ISO 6425
EUR 795.–*
*Unverbindliche Preisempfehlung

WWW.CERTINA.COM
TEL. + 49 (0) 6196 - 88 777 8700

Modepatriarch Tadashi Yanai (oben), Jahrgang 1949 und 13-facher Milliardär, hat das väterliche Anzuggeschäft zum Modekonzern ausgebaut **Neuer Designstar** Jonathan W. Anderson war Assistent bei Prada, bevor er Kreativchef bei der spanischen Luxusmarke Loewe und Betreiber seines eigenen Labels wurde

Maritim: JW Andersons neue Uniqlo-Linie setzt auf Streifen und klare Farben

MUT UND GRÖSSENWAHN

● Der zweitreichste Mann Japans hat ein Ziel: Er will sein Modelabel Uniqlo zum größten der Welt machen – und zwar schnell

Bis zum Jahr 2020 wollen wir der größte Modekonzern der Welt sein." Tadashi Yanai meint das ernst. Spätestens bei den Olympischen Sommerspielen in Tokio werde er sich und sein Unternehmen Uniqlo als Gewinner präsentieren, so Yanai.

Uniqlo, das hört sich für unsere Ohren erst mal komisch an, und mehr als vier Geschäfte in Berlin und eines in Stuttgart haben die Japaner in Deutschland bislang nicht eröffnet. Trotzdem wollen Uniqlo und der Mutterkonzern Fast Retailing demnächst mehr Kleidung verkaufen als H & M und der weltgrößte Textilhersteller Inditex samt Zara. Das zeugt von Mut, Ehrgeiz plus Größenwahn; und der Weg ans Ziel scheint weit. Während Fast Retailing 2017 rund 14,3 Milliarden Euro Umsatz erzielte, lagen Inditex (25,34 Milliarden) und H & M (22,5 Milliarden, Tendenz: sinkend) deutlich vorn. Doch eine Weltmarktführerschaft lässt sich auch mithilfe von Zukäufen erlangen. Immer wieder mal geistert das Gerücht durch die Branche, Fast Retailing wolle die US-Kette Gap übernehmen.

Uniqlo steht für zeitlose, preiswerte Mode. Groß wurde die Marke mit Fleecejacken und T-Shirts, seit Jahren sind aber auch die ultraleichten, nicht einmal 100 Euro teuren Daunenjacken und Kaschmirpullis Dauer-Renner in den 1100 Läden weltweit. „Wir bieten Alltagskleidung. Wir sind keine Sklaven des Laufstegs." Mit diesem Motto hat Tadashi Yanai die väterliche Anzugschneiderei in der Textilregion Yamaguchi in nur einer Generation zum Modekonzern ausgebaut. Seit er 1984 übernahm und sich auf Freizeitkleidung verlegte, setzte Yanai auf ein eigenes Geschäftsmodell: mit schlichtem Design und wenigen Modellen in vielen Varianten, mit langjährigen Verträgen mit Herstellern und Stofflieferanten. Das funktioniert, weil man sich auf die Basics spezialisiert und – anders als Zara und H & M – nicht allwöchentlich Trendteile ins Sortiment nachschiebt.

Vor Kurzem hat der Firmenchef vermeldet, sich aus dem operativen Geschäft zurückziehen zu wollen, mit 69 sei es an der Zeit. Er hat dies schon sehr oft angekündigt; zudem passt diese Aussage nicht zum Charakter des Firmenpatriarchen. Yanai ist nur 1,58 Meter groß, dennoch steche er in der japanischen Unternehmenswelt hervor wie „ein Beefsteak auf einem Teller Sushi", wie das „Time Magazine" befand. Er ist Vater zweier Söhne, Herr über 44 000 Angestellte und zweitreichster Mann Japans.

Der Sprung vom Alltagsausstatter zum Lifestyle-Player gelang Yanai, weil er seit 2009 Modeikonen für Kooperationen anwirbt. Es begann mit Jil Sander, die ihre minimalistische Handschrift in fünf Kollektionen einfließen ließ und für einen ersten Uniqlo-Hype sorgte. Es folgten Inès de la Fressange, Carine Roitfeld und der frühere Hermès-Designer Christophe Lemaire. 2017 angelte sich Yanai ein Wunderkind der Mode, den Nordiren Jonathan W. Anderson, dessen zweite Auflage am 19. April in die Läden kommt. Einen Monat später erscheint die Linie von Tomas Maier, dem deutschen Designer der Luxusmarke Bottega Veneta. Modeliebhaber freuen sich. ✖

Dirk van Versendaal

FOTOS: BLOOMBERG/GETTY IMAGES; SCOTT TRINDLE; COLLIER SCHORR

DIGEL
THE MENSWEAR CONCEPT
DIGEL.DE

Impressum

stern

Gegründet von Henri Nannen †

Gruner + Jahr GmbH & Co KG

Sitz von Verlag und Redaktion:
Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
Postanschrift: Brieffach 18,
20444 Hamburg
Telefon: 040/37 03-0 **Fax:** 040/37 03-56 31
E-Mail: briefe@stern.de

Herausgeber
Andreas Petzold

Chefredaktion
Chefredakteur: Christian Krug
Stellvertretende Chefredakteure:
Thomas Ammann, Giuseppe Di Grazia
Assistenz: Svenja Jeon-Thies,
Silke Schröder
Mitglied der Chefredaktion:
Anna-Beeke Gretemeier (Digital)
Artdirektorin: Frances Uckermann

Kolumnist
Hans-Ulrich Jörges

Leitende Redakteure
Oliver Creutz, Arne Daniels, Cornelia Fuchs, Dagmar Gassen, Christoph Koch, Judith Liere, Franziska Reich, Stefan Schmitz, Doris Schneyink, Thomas Schumann

Geschäftsführende Redakteurin
Nicole Granzin

Chefs vom Dienst
Derik Meinköhn, Andreas Projahn und Dirk Seeger

Ressorts

POLITIK UND WIRTSCHAFT
Leitung: Franziska Reich, Stefan Schmitz
Reporter: Silke Gronwald, Dr. Florian Güßgen (Digitale Wirtschaft), Lukas Heiny, Wigbert Löer, Rolf-Herbert Peters, Johannes Röhrig, Karin Stawski, Jan Boris Wintzenburg, Lorenz Wolf-Doettinchem (Sonderaufgaben)
Autor: Norbert Höfler
Assistenz: Kerstin Westermann
Telefon: 040/37 03-3601
E-Mail: politik@stern.de

GESELLSCHAFT
Leitung: Arne Daniels, Dagmar Gassen
Redaktion: Nora Gantenbrink, Katharina Kluin, Anette Lache, Stefanie Pichlmair, Josef Saller, Tobias Schmitz, Dominik Stawski, Sylvia Margret Steinitz, Bernd Volland
Reporter: Uli Hauser, Kerstin Herrnkind
Assistenz: Kristine Wagner
Telefon: 040/37 03-4401
E-Mail: gesellschaft@stern.de

AUSLAND
Leitung: Cornelia Fuchs, Thomas Schumann
Redaktion: Jonas Breng, Ulrike von Bülow
Reporter: Steffen Gassel, Marc Goergen, Uli Rauss, Joachim Rienhardt, Andrea Ritter, Bettina Sengling
Assistenz: Claire Freerks
Telefon: 040/37 03-3593
E-Mail: ausland@stern.de

WISSENSCHAFT, MEDIZIN, TECHNIK, AUTO
Leitung: Christoph Koch, Doris Schneyink
Leitende Redakteurin Dr. v. Hirschhausens *stern* Gesund Leben: Catrin Boldebuck
Redaktion: Nicole Heißmann, Frank Janßen (Auto), Alexandra Kraft, Dirk Liedtke, Nikola Sellmair
Reporter: Dr. Bernhard Albrecht, Dr. Anika Geisler, Dr. Frank Ochmann, Nina Poelchau, Mathias Schneider
Assistenz: Jutta Katsiros
E-Mail: wissen@stern.de

KULTUR, LIFESTYLE, SOCIETY, SPORT
Leitung: Oliver Creutz, Judith Liere
Redaktion: Alf Burchardt, Gunnar Herbst (Reise), Hannes Roß, Matthias Schmidt, Jochen Siemens, Bernd Teichmann, Dirk van Versendaal
Reporter: Christian Ewers
Mode: Christine Zerwes (Ltg.), Cathrin Wißmann
Assistenz: Christel Schmitz
E-Mail: kultur@stern.de

AUTOREN
David Baum, Bert Gamerschlag, Katja Gloger, Dr. Malte Herwig, Arno Luik, Stephan Maus, Ulrike Posche, Kester Schlenz, Stefan Schmitz, Michael Stoessinger, Walter Wüllenweber

SONDERPROJEKTE:
Sabine Kartte

INVESTIGATIVE RECHERCHE
Kerstin Herrnkind, Wigbert Löer, Uli Rauss, Johannes Röhrig, Hans-Martin Tillack
Telefon: 040/37 03-36 01
Fax: 040/37 03-57 27
E-Mail: investigativ@stern.de
Internet: www.stern.de/investigativ

DOKUMENTATION, LEKTORAT, BRIEFE
Teamleitung: Andreas Mönnich
Ute Arndt, Susanne Elsner, Hildegard Frilling, Claudia García, Cornelia Haller, Ursula Hien, Sven Hinrichsen, Birte Kaiser, Sandra Kathöfer, Judith Ketelsen, Mai Laubis, Michael Lehmann-Morgenthal, Matthias Reisner, Christian Schwan, Cornelia Seßler, Sandra Waege, Andrea Wolf

Bildredaktion
Leitung: Andreas Kronawitt, Andreas Trampe
Andreas Eucker, Petra Göllnitz, Orsolya Groenewold, Stephanie Harke, Volker Lensch, Lisa Meinen, Claudia Menzel, Henriette Primus, Trixi Rossi, Guido Schmidtke, Karolin Seinsche
Fotografen: Hans-Jürgen Burkard, Tamina-Florentine Zuch
Assistenz: Carolin Theilen, Alexandra Uhr
E-Mail: picturedesk@stern.de

Grafik
Stellvertretender Artdirektor:
Andreas Nyland
Leitung: Susanne Gräfe, Barbara Exner (stv.)
Layout: Susanne Bremer, Felix Bringmann, Markus Dixius, Silvia Engelhardt, Johannes Ertel, Andreas Fischer, Sabine Harms, Anna Hogreve, Christiane Kapaun, Ibrahim Kepenek, Christiane Kröger-Stark, Birgit Ludwig, Kristin Pötschke, Nicole Prinschinna, Kamila Ramezani, Corinna Sobek, Susanne Söffker
Assistenz: Maren Bockstede, Andrea Hill, Katharina Niu

TITEL
Leitung: Heico Forster
Frank Dietz, Linna Grage, Michel Lengenfelder

INFOGRAFIK
Koordination: Bettina Müller

BILDTECHNIK
Koordination: Tanja Metzner
Anna Prochnow

Stabsstellen
Projektkoordination:
Patricia Hildebrand
Redaktionsmanagement:
Catrin Bartenbach

Korrespondenten Inland

BERLIN UND OSTDEUTSCHLAND
Leitung: Franziska Reich, Stefan Schmitz
Reporter: Andreas Hoffmann, Silke Müller, Jens König, Ruben Rehage, Jan Rosenkranz, Hans-Martin Tillack, Axel Vornbäumen
Autoren: Tilman Gerwien, Frauke Hunfeld, Andreas Hoidn-Borchers
Assistenz: Karin Fust, Susanne Schütz
Friedrichstraße 81, 10117 Berlin
Telefon: 030/202 24-0, **Fax:** 030/202 24-224
E-Mail: berlin@stern.de

BADEN-WÜRTTEMBERG
Ingrid Eißele (frei), **Telefon:** 07151/61 05 16
E-Mail: eissele.ingrid_FR@stern.de

BAYERN
Felix Hutt, **E-Mail:** hutt.felix@stern.de

LEIPZIG
Holger Witzel, **Telefon:** 0341/301 95 80
E-Mail: witzel.holger@stern.de

NORDRHEIN-WESTFALEN
Barbara Opitz, **Telefon:** 0202/39 35 99 37 oder 0176/66 85 58 71
E-Mail: opitz.barbara@stern.de,
Rolf-Herbert Peters, **Telefon:** 02238/14 04 02
E-Mail: peters.rolf@stern.de

Korrespondenten Ausland

ATHEN
Raphael Geiger
E-Mail: geiger.raphael@stern.de

LONDON
Michael Streck, **Telefon:** +44/207/096 08 70
E-Mail: streck.michael@stern.de
Bildredaktion: Dagmar Seeland (frei)
Telefon: +44/1892/61 82 45
E-Mail: seeland. dagmar_FR@stern.de

MOSKAU
Telefon: +7/495/956 20 92
E-Mail: ausland@stern.de
Fotoreporter: Hans-Jürgen Burkard
E-Mail: burkard@mac.com

NEW YORK
Büroleitung: Nicolas Büchse
Dr. Andreas Albes,
Anuschka Tomat (Recherche)
Bildredaktion: Angelika Hala
Telefon: +1/646/884-71 00
E-Mail: newyork@stern-ny.com

RIO DE JANEIRO
Jan Christoph Wiechmann
Telefon: +55/21/979 61 75 68
E-Mail:
wiechmann.jan-christoph@stern.de

ROM
Bildredaktion und Recherche:
Luisa Brandl (frei) **Telefon:** +39/335 49 65 20

SHANGHAI
Janis Vougioukas (frei)
Telefon: +86/21/64 45 94 82
E-Mail: shanghai@stern.de

Digital

STERN.DE
Chefredakteurin: Anna-Beeke Gretemeier
Stellvertretende Chefredakteure:
Tolgay Azman und Laura-Lena Förster
Geschäftsführender Redakteur:
Henry Lübberstedt
Nachrichten: Felix Haas (Leitung), Annette Berger, Volker Königkrämer und Viktoria Thissen (Redakteure vom Dienst), Marc Drewello, Petra Gasslitter, Dieter Hoß, Ellen Ivits, Thomas Krause, Niels Kruse, Finn Rütten, Florian Schillat, Tim Schulze, Daniel Wüstenberg
Ratgeber: Christoph Fröhlich und Katharina Grimm (Leitung), Gernot Kramper (Auto), Malte Mansholt (Digital), Denise Wachter (Genuss), Ilona Kriesl (Gesundheit), Till Bartels (Reise), Daniel Bakir (Wirtschaft/Verbraucher)
Unterhaltung: Jens Maier (Leitung), Carsten Heidböhmer, Julia Kepenek, Tobias Schülert (Humor), Luisa Schwebel
Neon: Lea Kosch (Leitung), Jule Schulte, Tim Sohr, Sarah Stendel, René-Pascal Weiß
Social Media: Swen Thissen (Leitung), Susanne Baller, Eugen Epp, Karina Geburzky, Susanne Hehr, Hendrik Holdmann, Wiebke Tomescheit
Editorial SEO: Patrick Rösing (Leitung), Moritz Dickentmann, Jessica Kröll
Datenjournalist: Patrick Rösing
Bildredaktion: Denise Fernholz, Tanja Hirner, Karen Wiegersen (Bild), Alexander Böhm (Grafik)
Video: Isa von Heyl (Leitung), Katharina Frick, Kyra Funk, Thomas Krause, Steven Montero, Linda Richter, Florian Saul, Martin Thiele
stern TV: Marijke Santjer
Support: Kai Müller
Entwicklungsredaktion: Ralf Sander
Assistenz: Julia Gossé, Jasmine Seibold
E-Mail:
themen-chefredaktion-online@stern.de

Verlag
Publisher: Alexander von Schwerin
Publishing Manager: Nica Volquartz

ANZEIGEN
Anja Dreßler (verantwortlich)
G+J e|MS
Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
Es gilt die aktuelle Preisliste.
Infos hierzu unter www.gujmedia.de

VERTRIEB
DPV Deutscher Pressevertrieb
Director Distribution & Sales:
Christopher Höpfner

MARKETING Sandra Meyer (Director)
Anna Bollien (Manager)

PRESSE- UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT
Sabine Grüngreiff
Internet: www.stern.de/presse

HERSTELLUNG G+J Herstellung,
Heiko Belitz (Ltg.), Michael Rakowski

V.I.S.D.P.: Christian Krug

SYNDICATION Picture Press
E-Mail: sales@picturepress.de

TIEFDRUCK
Prinovis GmbH & Co. KG –
Betrieb Ahrensburg, Printed in Germany

Leser- und Abo-Service

ABO-SERVICE
20080 Hamburg
Telefon: 040/55 55 78 09
Fax: 01805/861 80 02*
E-Mail: abo-service@guj.de

LESERSERVICE
E-Mail: leserdienst@stern.de

RÄTSEL
Telefon: 040/37 03-35 75

DEUTSCHLAND
Normalabonnement € 244,40
Studentenabonnement € 122,20
Digitalabonnement € 159,99
Mitglieder des Art Directors Club für Deutschland e.V. erhalten *stern*-DIGITAL im Rahmen ihres Mitgliedbeitrags

PRODUKTBESTELLUNG (BÜCHER):
Telefon: 040/42 23 64 27
Fax: 040/42 23 66 63
E-Mail: guj@sigloch.de

ÖSTERREICH, SCHWEIZ, ÜBRIGES AUSLAND
Telefon: +49/40/55 55 78 09
E-Mail: abo-service@guj.de
Abo-Auslandspreise auf Anfrage

KANADA
German Canadian News,
25–29 Coldwater Rd.,
Toronto, Ontario, M3B1Y8
Telefon: +1/416/391 41 92
E-Mail: info@gcnews.ca

USA
stern (USPS no 0533870) is published weekly by Gruner + Jahr GmbH & Co KG. Subscription price for USA is $300 per annum. K.O.P.: German Language Pub., 153 S Dean St, Englewood, NJ 07631
Telefon: +1/201/871 10 10
E-Mail: subscribe@glpnews.com

Periodical postage is paid at Englewood NJ 07631 and additional mailing offices. Postmaster: Send address changes to *stern*, GLP, PO Box 9868, Englewood NJ 07631

BESTELLUNG ÄLTERER AUSGABEN
Anfragen mit gewünschter Heftnummer: *stern*-Versandservice, 20080 Hamburg
Per E-Mail: Heft-Service@guj.de

*14 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz

Preis des Heftes 4,70 Euro. Der *stern* darf nur mit Verlagsgenehmigung in Lesezirkeln geführt werden. Dem Heft liegt regelmäßig das stern-TV-Magazin bei, ausgenommen Lesezirkel und Teile der Auslandsauflage. Der Export des *stern* und sein Vertrieb im Ausland sind nur mit Genehmigung des Verlages statthaft. Auslandspreise auf Anfrage. Alle Rechte vorbehalten. Insbesondere dürfen Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet und Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-Rom, DVD-Rom etc. nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung des Verlages erfolgen. Deutsche Bank AG, Hamburg, Konto 03 22 800, BLZ 200 700 00, IBAN DE30200700000032280000, BIC DEUTDEHH. Der Verlag haftet nicht für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. ISSN 0039-1239

Jetzt **Rabatt** sichern!*

ACADEMY

Brigitte Symposium

Wie wollen wir morgen arbeiten? „Mein Leben, mein Job und ich“

Das große BRIGITTE-Symposium am 27.9.18 in Essen

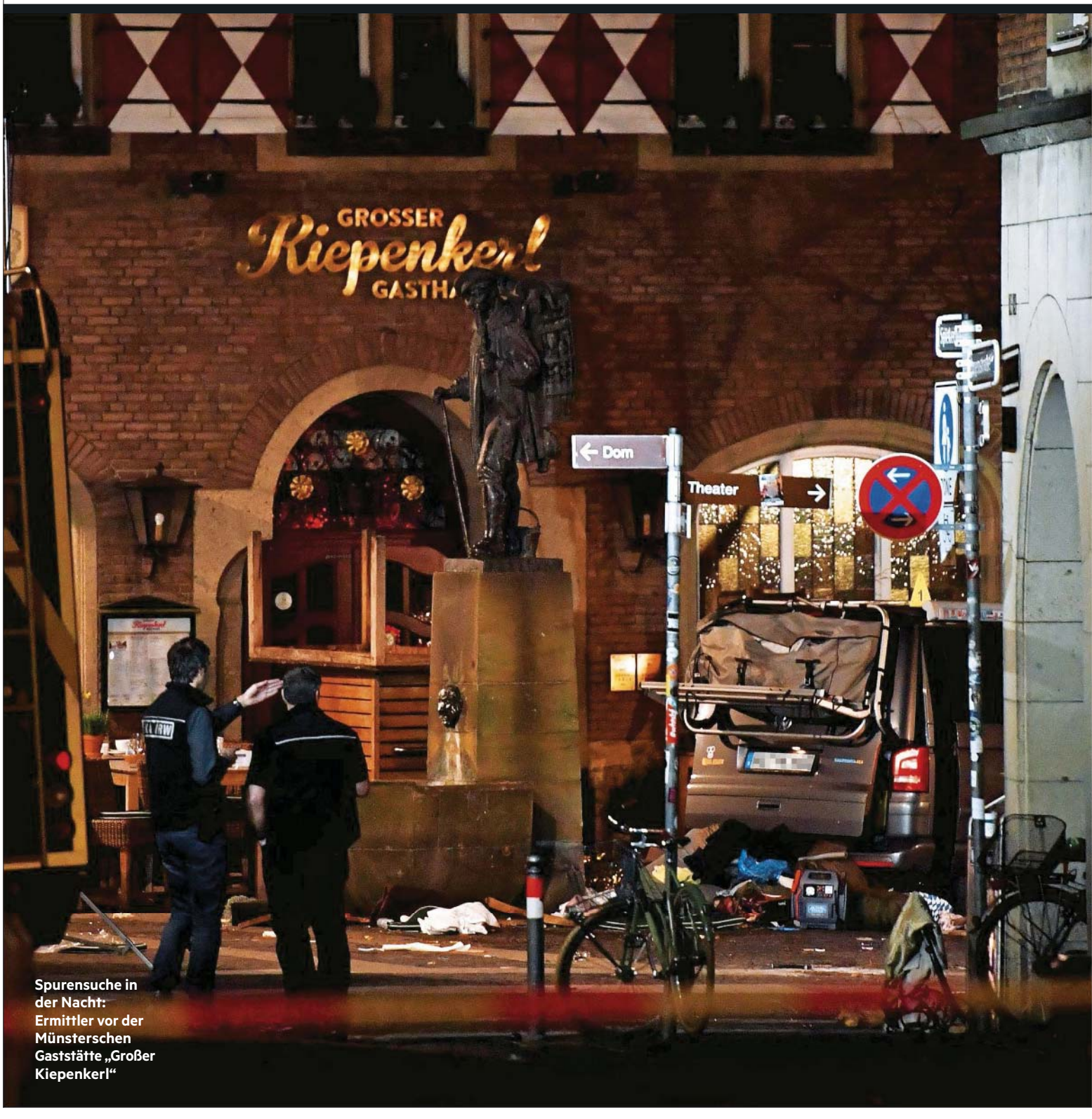
- Ein Tag voller Impulse rund um Karriere und Persönlichkeitsentwicklung
- Mit erfahrenen Top-Coaches und namhaften Speakern, wie Ildikó von Kürthy, Helma Sick, Tijen Onaran und Oskar Holzberg sowie der BRIGITTE-Redaktion
- Vielfältiges Programm zu den Themen New Work, Kommunikation, Netzwerken, Selbstmanagement, Business-Styling und Finanzen
- Workshops, Impulsvorträge, Diskussionsrunden, Meet-ups und große Job-Börse
- Tauschen Sie sich aus mit inspirierenden Frauen, Gründerinnen und Fach- und Führungskräften

Wann und wo:	Donnerstag, 27.9.18 von 9–18 Uhr, im Colosseum Theater in Essen
Ticketpreise:	199 € für BRIGITTE- und BRIGITTE WOMAN-AbonnentInnen *249 € für „Early Bird“-Tickets (bis 31.5.) 299 € für reguläre Tickets Preise inkl. Speisen und Getränke

Infos und Tickets unter: brigitte.de/academy

BRIGITTE ACADEMY: FRAUEN WISSEN WEITER.

DIESE WOCHE



Spurensuche in der Nacht: Ermittler vor der Münsterschen Gaststätte „Großer Kiepenkerl“

VERBRECHEN

NICHT AHMED, SONDERN JENS

Die Amokfahrt von Münster war nicht das Werk eines Islamisten – zumindest das erleichtert viele nach der schrecklichen Tat. Und kann doch nicht beruhigen

Als es am Sonntagabend dämmert und sich endlich Ruhe über die Stadt gelegt hat, findet Münster zu Gott. Und damit wieder zu sich selbst.

Denn hier ist man Aufregung nicht gewohnt, hier ist es so geruhsam, wie es die alten Damenräder sind, auf denen Studenten und andere Einwohner über die Promenade der Friedensstadt fahren. Münster, das ist Beschaulichkeit und Gottvertrauen, Kopfsteinpflaster und Glockenbimmeln. Münster, das ist nicht: Terror, Medienrummel, zuckendes Blaulicht.

Deshalb ist der Moment, als Bischof Felix Genn vor den Altar tritt, ein Moment des Innehaltens. Man hört das Atmen der Menschen im zum Bersten vollen Paulus-Dom, und es klingt, ja, wie ein Aufatmen. Die Menschen stehen so dicht, Schulter an Schulter, als schützten sie einander vor dem Umfallen. Alte, Junge, THW-Helfer, Rettungssanitäter, Feuerwehrmänner, trotz der Hitze in voller Montur, Senioren mit Rollatoren, Studenten. Ein muslimisches Paar, die Frau mit Kopftuch, bahnt sich den Weg durch das Gedränge, die Blicke gesenkt. Sie alle sind gekommen.

Einige Studenten sagen, sie seien gar nicht gläubig, heute gehe es um etwas anderes, ums Beisammenstehen. „Lassen Sie sich auch in Ihrem schweren Leid von dieser großartigen Solidarität stützen und tragen“, sagt Bischof Genn den Angehörigen von Opfern, die mit Tränen in den Augen und in einer geschlossenen Gruppe gekommen sind. Der Bischof verschweigt nicht, dass es keine Erklärung gibt für das, was geschehen ist. Auch Gott werde keine geben. Die „Schreie des Herzens“ des Täters, der so viel Finsternis in diesen hellen Tag brachte, er wisse selbst nicht, ob man mit ihm Mitleid haben müsse. Oder ob das zu viel verlangt sei. Und dann singen sie zusammen:

Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag.

Gott ist bei uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

Ob es hilft? Jedenfalls fühlt es sich gut an. Am Ende, als der Gottesdienst vorbei ist, da drehen sie sich um und liegen sich in den Armen und sagen: „Friede sei mit dir!“, als müssten sie sich selbst daran erinnern, dass Münster eine Friedensstadt ist. Einer sagt: „Ja, wissen Sie, wir sind keine Terrorstadt, keine Angststadt. Nein, nein und noch mal nein. Es ist das Böse eines Einzelnen gewesen.“

Dieser Einzelne heißt Jens, und das wird offenbar als die andere irgendwie gute Nachricht dieses Wochenendes empfunden. Er heißt nicht Anis, nicht Ahmad, nicht Mohamed, sondern Jens Alexander R., 48 Jahre alt, geboren im Sauerland, Industriedesigner, Campingbusfahrer, für einen Karnevalsverein hat er die Website gebaut. Kein Krieg der Welten also, der hier in der Münsterschen Altstadt ausgefochten wird, kein Clash der Kulturen, kein „Angriff auf unsere Lebensweise“, sondern buchstäblich eine Wahnsinnstat aus der Mitte der Gesellschaft. Und darüber sind viele erleichtert. Selbst der Salafisten-Prediger Pierre Vogel, der sich erst nach den Pariser Attentaten offen gegen Terroranschläge ausgesprochen hatte, schrieb am Samstag auf Facebook: „Achtung! Heute Anschlag in Münster. Verletzte und Tote. Macht alle Dua'a *(Gebet, Anm. d. Red.)* das es kein Muslim war.“

Sein Gebet wurde erhört. Doch den Schrecken mindert das nicht, der am Samstag über Münster kam.

Leises Stimmengewirr, bummelnde Touristen. Seit dem Morgen scheint die Sonne, auf der Terrasse des „Großen Kiepenkerl“, eines Traditionsrestaurants im Zentrum der Stadt, ist kein Stuhl mehr frei. Die Gäste trinken etwas Kühles oder einen Cappuccino, die Stühle zur Sonne gedreht. Ein schöner Tag, gefühlt der erste Frühsommertag des Jahres.

Und dann, gegen 15.30 Uhr, rast Jens Alexander R., durch die schmalen Straßen vom Prinzipalmarkt kommend, mit seinem silbergrauen VW-Campingbus über das Kopfsteinpflaster der Bogenstraße. Er steuert direkt auf die Terrasse des „Kiepenkerl“ zu. Ein lautes Krachen. Schreie. Ein Schuss. Zerborstene Stühle, auf denen eben noch Menschen saßen, in alle Richtungen geschleudert. Chaos, mittendrin der Campingbus. Es gibt 20 Verletzte, es fließt viel Blut. Und es gibt zwei Tote, eine 51-jährige Frau und einen 65-jährigen Mann. Die Polizei ist schnell am Tatort.

Nicht lange danach meldet die „Rheinische Post“: „Altstadt abgesperrt: Anschlag in Münster – drei Tote.“ Sekündlich gehen von nun an die Meldungen über die Liveticker. Augenzeugen wollen zwei weitere Täter flüchten gesehen haben. Die Polizei riegelt die Altstadt von Münster komplett ab. Hubschrauber kreisen. Reporter aus aller Welt brechen in die beschauliche Stadt in Westfalen auf. Die Bundespolizei kontrolliert die Grenzen auf der Suche nach den angeblich Flüchtigen. Rettungskräfte aus dem Ruhrgebiet eilen herbei, die Polizei fordert Verstärkung an. Noch drei Stunden nach der Tat rasen Kolonnen von Mannschaftswagen über die A1 in Richtung Münster. Hunderte Menschen stehen vor der Uniklinik Schlange, um Blut zu spenden.

Die Straßen der Altstadt sind verlassen, die Anwohner dürfen vorübergehend nicht in ihre Wohnungen zurück. Nur die Polizei ist überall. Vor Absperrungen, vor dem Hauptbahnhof, vor dem Dom, an wichtigen Plätzen. Münster steht unter Schock.

Als wenige Stunden nach dem Anschlag klar ist, dass der Täter ein Deutscher ist, hat im Netz der Missbrauch der Tat für die eigene Sache längst begonnen, kocht der ➤

FOTO: SASCHA STEINBACH/EPA/REX/SHUTTERSTOCK

Hass schon über. Die Nutzer bepöbeln sich, im Sekundentakt kommen Hunderte neue Kommentare hinzu.

„Na Merkl reichts noch nicht du MIESES Stück?“, schreibt einer in der rechtsgerichteten Facebook-Gruppe „Freie Presse“. „Deutscher? Wir wissen alle dass zu viele Deutsche heute Ali heissen!“, postet ein anderer in derselben Gruppe. Binnen einer Stunde stellt auch Beatrix von Storch, stellvertretende Fraktionschefin der AfD im Bundestag, die Mordtat in den Zusammenhang von Merkels Flüchtlingspolitik. Und als klar ist, dass kein finsterer Islamist aus einer Flüchtlingsunterkunft den Camper gesteuert hat, dreht die „schreckliche Juristin“ („SZ“) via Twitter diesen Umstand, wie es ihr gefällt: „Ein Nachahmer islamischen Terrors schlägt zu.“

Doch wer war Jens Alexander R. wirklich?

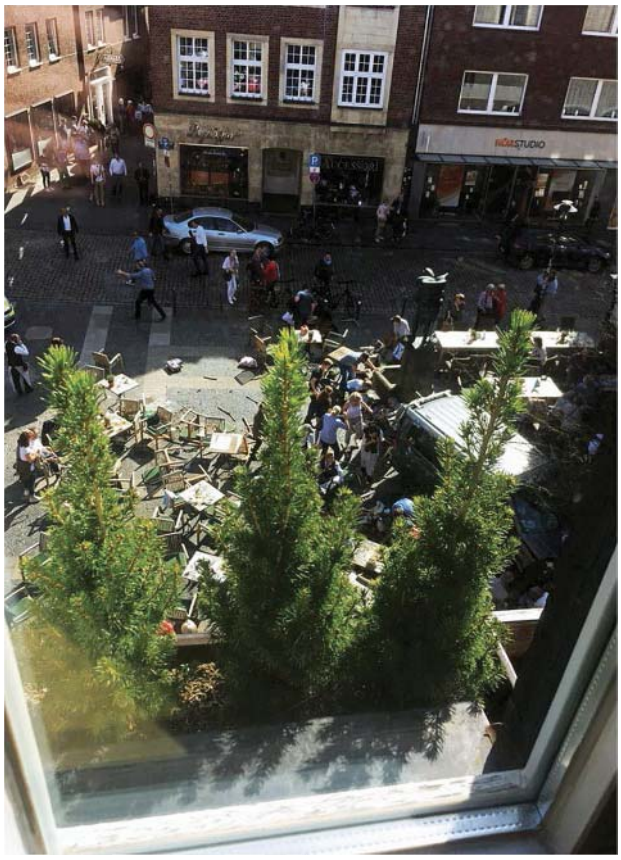
„Wer, Jens?“ Die Frau mit den langen roten Haaren schlägt entsetzt die Hände vors Gesicht. Sie ist fassungslos, als sie am vergangenen Sonntag vom *stern* erfährt, dass ihr ehemaliger Kommilitone Jens Alexander R. der Attentäter ist. Ende der 90er Jahre hat sie mit ihm an der Fachhochschule Münster Produktdesign studiert. Zusammen mit einem weiteren Studenten stellten die beiden als Abschlussarbeit für das Vordiplom einen Spiegelschrank her, für den sie auf einer Designmesse den Publikumspreis bekamen, Hersteller zeigten Interesse.

Ein Jahr lang arbeiteten die drei Studenten zusammen. „Nichts“ sei ihr in dieser Zeit an Jens Alexander R. aufgefallen, was sie stutzig gemacht habe. „Er hatte keine Spleens, keine Extravaganzen, keine Probleme. Keine Drogen, nichts.“ Im Gegenteil, er sei sehr „zielorientiert“, zuverlässig und kooperativ gewesen, „ein netter, guter Typ. Sonst hätte diese Arbeit nicht funktioniert.“ Danach habe sie R. aus den Augen verloren.

Und danach muss einiges schiefgelaufen sein im Leben des netten Kommilitonen. Zwar war R. als Designer eine Zeit lang erfolgreich. Er galt bis zuletzt als wohlhabend, besaß eine Eigentumswohnung in Münster und mehrere Autos, hatte zwei weitere Wohnungen in Pirna und Dresden gemietet.

Aber mit seinem Leben und den Menschen darin geriet er sichtlich in Unfrieden.

Ein Nachbar, der Jens R. recht gut kannte, erzählt, der habe darunter gelitten, dass er bei einer Rücken-OP nach eigenen Aussagen „zum Krüppel operiert worden“ sei. Der mittlerweile arbeitslose Industriedesigner sei, von der Krankheit geplagt, zusehends seltsamer geworden. Zuletzt habe es immer öfter Streit gegeben. R. habe viel gejammert und Verschwörungstheorien verbreitet. Familie und Freunde sind dem Nachbarn nicht bekannt, Frau und Kinder habe R. seines Wissens nie gehabt. Und dann habe R. vor wenigen Wochen eine krude E-Mail an ihn und weitere Bekannte geschickt. Darin habe er seinen Suizid angekündigt, Bekannte hätten die Polizei informiert. „R. wirkte zuletzt sehr verzweifelt, aber eben auch verwirrt.“ Als gewalttätig hat ihn der Nachbar nie empfunden.



Das Chaos nach der Tat. Rechts im Bild der Camper von Jens R. Rettungskräfte ringen um das Leben

AUCH VIELE ISLAMISTISCHE TÄTER SIND PSYCHISCH KRANK

Andere schon. Nach Informationen des *stern* erschien R. am 19. November 2014 bei seinen Eltern, randalierte, zerschlug Mobiliar, verschwand kurz, kam mit einer Axt wieder und zertrümmerte weitere Möbel. Er rief, er werde sich umbringen. Die Polizei kam, aber die Eltern wollten ausdrücklich keine Strafverfolgung, ebenso wenig, als R. im Juli 2016 erneut anrief und drohte, er werde vorbeikommen, es werde schlimmer werden als beim letzten Mal.

Dazu passt, was Jens Alexander R. in der E-Mail kurz vor der Tat und in einer Art Lebensbeichte schrieb, die die Polizei in seiner Wohnung in Pirna fand. Nach Informationen mehrerer Medien macht er darin vor allem seine Eltern für eine verpfuschte Kindheit, für seine Schuldkomplexe, für Verhaltensstörungen und Aggressionsausbrüche verantwortlich. Sex habe er demnach nie gehabt – wegen der Misshandlungen durch die Eltern sei er impotent gewesen. Aber auch Ärzte, Freunde, Kunden seien schuld an seinem umfassenden Leid. Ein paranoides Pamphlet und womöglich die Rechtfertigung für den großen Rachefeldzug des Jens Alexander R. gegen die Zumutungen dieses Lebens, der am Samstag mit einem Kopfschuss auf einer Münsteraner Restaurantterrasse endete.

Eine Amokfahrt also als „erweiterter Suizid“, als Selbstmord, bei dem andere Menschen mit in den Tod gerissen werden. Manfred Wolfersdorf, Psychiater und einer der führenden Suizid-Experten des Landes, sagt zu den Selbstzeugnissen des Jens R.: „Das klingt nach dem Üblichen. Erwachsene Amokläufer sind stets eigenartige Personen, oft mit einer verunstalteten Lebensgeschichte.“ Es seien Menschen, die sehr schlechte Erfahrungen gemacht haben und die Schuld daran externalisieren,

FOTOS: OLIVER WERNER; LARS BERG/STERN; IRIS PLATE

der Verletzten

Nach dem ökumenischen Gottesdienst am Sonntagabend trauern die Münsteraner am Tatort

also nur im Außen suchen. „Den eigenen Anteil sehen sie dabei nie."

„Das Charakteristische ist, dass es Menschen sind, die seltsam wirken – wobei erwachsene Amokläufer stets Männer sind. Sie haben keine Beziehung, meist keine sexuellen Erfahrungen, sie gehören irgendwie nicht zum gesellschaftlichen Leben. Und bauen über Jahre hinweg ein Gebilde von Wut, Hass und Ablehnung der Gesellschaft auf." Schließlich erfolge eine explosionsartige Handlung. „Wobei man den Auslöser oft nicht mehr benennen kann."

Wen sah Jens R. in diesen Fremden, die am 7. April friedlich bei Limonade, Bier und Kaffee in der Sonne saßen? „Solche Täter sind oft unfähig, etwas Schönes wahrzunehmen", sagt Wolfersdorf, „denn dann müssten sie ihr Weltbild ändern. Sie denken: Die anderen können das genießen und ich nicht, und dafür bestrafe ich sie." Die Lokalbesucher als Stellvertreter für die böse zufriedene Mehrheit, von der der Täter sich ausgeschlossen fühlt.

Viele in Deutschland waren erleichtert, dass der Anschlag von Münster keinen islamistischen Hintergrund hat. Und doch kann für die „zufriedene Mehrheit" das Schicksal von Menschen wie Jens Alexander R. bedrohlich sein – bedrohlicher zuweilen als manche islamistische Gefahr. Ohnehin sind die Grenzen fließend geworden zwischen psychisch kranken und religiös oder politisch radikalisierten Attentätern.

Am 14. Juli 2016 raste Mohamed Lahouaiej Bouhlel auf der Promenade des Anglais in Nizza mit einem Lkw durch die Menge. 86 Menschen starben, mehr als 400 wurden verletzt, manche von ihnen schwer. Später stellte sich heraus, dass der Täter, ein Tunesier, seit mehreren Jahren in Frankreich war – und an psychischen Krankheiten litt. Im Juli 2017 griff Ahmad A. in einer Hamburger Edeka-Filiale wahllos Kunden mit einem Messer an, er tötete einen Menschen und verletzte sechs weitere. Der Palästinenser hatte gehofft, selbst zu sterben. In den Monaten zuvor waren Frust und psychische Probleme des einst um seine Integration bemühten Flüchtlings stetig gewachsen.

Experten schätzen, dass bis zu 50 Prozent aller Attentäter psychisch krank sind. Hielte man suizidales Verhalten grundsätzlich für krankhaft, was viele Ärzte tun, liegt die Quote bei Selbstmordattentätern bei 100 Prozent. Andersherum werden auch viele unpolitische Gewalttaten – von der Beziehungstat über das blutige Familiendrama bis hin zum Amoklauf – von psychisch labilen Tätern begangen.

Und auch in der Wahl der Waffen gleichen sich die Taten zuweilen, es scheint geradezu gewisse Moden zu geben. Islamisten in Berlin, Nizza, Stockholm, London oder Barcelona setzten Autos ebenso als Mordwerkzeug ein wie ein US-amerikanischer Neonazi – und jetzt Jens R. in Münster. Aber auch in finalen Beziehungsstreitigkeiten irgendwo in Deutschland kommt der eigene Wagen öfter zum Einsatz. Zuletzt tötete vergangenes Jahr ein 24-Jähriger in Brandenburg seine Großmutter und überfuhr auf der Flucht mit voller Absicht zwei Polizisten. Die Beamten hatten keine Chance.

Auch das verheerendste Attentat des vergangenen Jahrzehnts verübte ein Mann mit christlichem Hintergrund und einem sehr deutschen Vornamen: Andreas Lubitz. Vor gut drei Jahren steuerte der Germanwings-Pilot einen Airbus A 320 in die französischen Alpen und riss 149 Menschen mit in den Tod – mehr als jeder islamistische Selbstmordattentäter in Europa. Wie man von den Aufnahmen des Voicerecorders weiß, hat er dabei ruhig und gleichmäßig geatmet.

Arne Daniels, Marc Bädorf, Jonas Breng, Rainer-Josef Burkard, Nora Gantenbrink, Frank Gerstenberg, Anette Lache, Barbara Opitz, Tobias Schmitz, Sylvia Margret Steinitz

SYRIEN

SINNLOSE BRUTALITÄT

Die eingesetzten Chemiewaffen verfolgen vor allem ein Ziel: Schrecken unter Assads Gegnern zu verbreiten

Von Steffen Gassel

Kaum waren die ersten Bilder der Toten aus Duma veröffentlicht, da schossen die Verschwörungstheorien in den sozialen Medien schon ins Kraut. Ein Chemiewaffenangriff auf einen Vorort von Damaskus gerade jetzt? Dahinter vermuteten manche das US-Militär. Ziel: den von Präsident Trump postulierten Plan eines Abzugs der US-Armee aus Syrien zu durchkreuzen.

Andere sahen in dem Angriff mit mindestens 50 Toten und mehr als 500 Verletzten einen verzweifelten Schachzug der Assad-feindlichen Rebellen, die im Angesicht der bevorstehenden Niederlage mit Bildern erstickter Babys einen letzten Propagandasieg zu feiern hofften. Wieder andere wähnten ein Komplott, den Westen zu einer Intervention in Syrien zu treiben, just in dem Augenblick, wo syrische Regierungstruppen nach Dauerbombardement vor der Rückeroberung der Rebellenhochburg bei Damaskus stehen.

Nur einer könne nicht hinter dem Angriff stecken, so die weitverbreitete Meinung: Syriens Präsident Baschar al-Assad. Er habe einen Chemiewaffenangriff doch gar nicht mehr nötig. Schließlich habe er den Krieg so gut wie gewonnen.

Keine 36 Stunden nach dem Angriff von Duma war das Geraune aus den sozialen Medien zur Expertenmeinung im öffentlich-rechtlichen Fernsehen herangereift. „Die Frage bleibt: Warum würde Assad sich entschieden haben, Kampfmittel einzusetzen, für die er in der gesamten Weltöffentlichkeit wieder im Feuer der Kritik steht?“, sinnierte der Nahost-Korrespondent des ZDF im „Morgenmagazin“. „Genauso gut möglich“ sei, dass die verbliebenen Rebellen von Ost-Ghuta einen Chemiewaffenangriff verübt hätten, weil sie „sich einfach rächen wollen“.

Auf einem bekannten Pro-Assad-Twitter-Account aus Syrien selbst liest man dagegen: „Lasst es uns doch laut sagen: Wir haben Duma mit Chemiewaffen beschossen. Und wir werden es wieder tun. Bis zur Befreiung aller Gebiete der Syrischen Arabischen Republik von den Agenten Amerikas und der Golfstaaten.“ Dies dürfte der Wahrheit deutlich näher kommen als die Kommentare im deutschen Frühstücksfernsehen.

Die Rebellen sind als Täter zwar nicht auszuschließen. Doch die Vermutung, ihre Täterschaft sei „genauso gut möglich“ wie die des Regimes, widerspricht nahezu allen Erfahrungen aus fünf Jahren Gaskrieg in Syrien. Noch drei Tage vor dem Angriff von Duma hat die Menschenrechtsorganisation Human Rights Watch (HRW) in einem Bericht 85 „bestätigte Chemiewaffenangriffe“ in Syrien zwischen August 2013 und Februar 2018 dokumentiert. In 50 Fällen bestätigten meist mehrere Quellen die Täterschaft syrischer Regierungstruppen. 42 dieser Angriffe erfolgten mit Chlorgas, das ersten Berichten zufolge auch vergangenen Samstagabend Dutzende Menschen in den Kellern von Duma erstickt hat, wo sie Schutz vor dem Bombardement gesucht hatten. Dem „Islamischen Staat“ ordnet HRW im selben Zeitraum drei Angriffe mit Senfgas zu.

Doch nicht nur die Art des Angriffs macht das Assad-Regime zum Hauptverdächtigen. Auch der militärisch scheinbar sinnlose Zeitpunkt des Angriffs am Ende eines siebenwöchigen Luftkriegs gegen die Vororte der eigenen Hauptstadt lässt kaum einen anderen Schluss zu.

Assad kennt nur ein Ziel: ganz Syrien zurück in seine Macht zu bringen. Davon ist er trotz massiver Unterstützung aus Russland und dem Iran weit entfernt. Schlagkräftige Bodentruppen, die ganz Syrien kontrollieren könnten, hat das Regime schon lange nicht mehr. Darum greift Assad ein ums andere Mal zu Giftgas. Als billiges Mittel, Angst und Schrecken unter seinen Gegnern und der Zivilbevölkerung zu verbreiten.

Die Unberechenbarkeit, mit der es eingesetzt wird, verstärkt die Schockwirkung noch. Im Sinne einer herkömmlichen militärischen Strategie hat kaum einer der 50 dokumentierten Chemiewaffeneinsätze des Regimes einen Sinn ergeben. Doch Assad verfolgt eine andere Logik: In einem kompromisslosen Überlebenskampf hat er scheinbar sinnlose Brutalität zu seinem Markenzeichen gemacht. Und das bisher sehr erfolgreich.

Dass er mit einem Angriff wie dem von Duma eine gefährliche Kollision der in Syrien beteiligten Regional- und Großmächte riskiert, ist Assad egal. Für ihn gilt schon lange nur noch: alles oder nichts.

Nach dem Angriff in Duma, Ost-Ghuta, werden Kinder mit Sauerstoff versorgt

FOTO: AP

stern testen, 33 % sparen und eine tolle Prämie wählen.

Für Sie zur Wahl.

1. - 3. BERGMANN Uhr „Cor Copper“

Ein wahres Schmuckstück – mit Qualitätsquarzwerk und echtem Wildlederarmband. Wahlweise in Schwarz (1.), Grau (2.) oder Beige (3.).

Zuzahlung 1,– €.

stern
Das Reporter-Magazin

Ihre Vorteile im *stern*-Abo:

- **8 Ausgaben** portofrei inklusive TV-Magazin.
- Tolle **Prämie zur Wahl**.
- Im Abo über **33 % sparen**.

Ja, ich möchte den *stern* 8x mit über 33 % Ersparnis testen!

Senden Sie mir ab der nächsterreichbaren Ausgabe 8 x den *stern* zum Vorzugspreis von zzt. nur 24,90 € (inkl. MwSt. und Versand; ggf. zzgl. 1,– € Zuzahlung) statt 37,60 € im Einzelkauf. Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Meine Prämie erhalte ich nach Zahlungseingang. Wenn ich mich spätestens nach Erhalt der 5. Ausgabe nicht in Textform, z.B. per Post oder E-Mail, beim *stern*-Kundenservice melde, erhalte ich den *stern* auch weiterhin – für zzt. 4,70 € pro Ausgabe (inkl. MwSt. und Versand). Das Abonnement umfasst zzt. 52 Ausgaben zum Preis von 244,40 € (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zzt. jeweils 4,70 € inkl. MwSt. und Versand). Ich kann das Abonnement dann jederzeit kündigen. Im Voraus bezahlte Beträge erhalte ich zurück. Dieses Angebot gilt nur in Deutschland und nur, solange der Vorrat reicht. Auslandsangebote auf Anfrage.

Meine persönlichen Angaben: (bitte unbedingt ausfüllen)

☐ **Herr** ☐ **Frau**

Name, Vorname

Straße/Nr. Geb.-Datum

PLZ Wohnort

Telefon

E-Mail-Adresse

☐ Ja, ich bin damit einverstanden, dass *stern* und Gruner + Jahr mich künftig per E-Mail oder Telefon über interessante Medien- und Produktangebote ihrer Marken informieren. Der Nutzung meiner Daten kann ich jederzeit widersprechen.

Ich zahle bequem per Bankeinzug: (zzt. 24,90 € für 8 Ausgaben, ggf. zzgl. einmalig 1,– € Zuzahlung)

BIC IBAN

Geldinstitut

☐ **Ich zahle per Rechnung.**

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Am Sandtorkai 74, 20457 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE77ZZZ00000004985, wiederkehrende Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt. **Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Als Prämie wähle ich: (bitte nur 1 Kreuz setzen) **Bestell-Nr.: 174 1745**

☐ **1. BERGMANN Uhr „Cor Copper“, schwarz** Zuzahlung 1,– €
☐ **2. BERGMANN Uhr „Cor Copper“, grau** Zuzahlung 1,– €
☐ **3. BERGMANN Uhr „Cor Copper“, beige** Zuzahlung 1,– €

Widerrufsrecht: Sie können die Bestellung binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen formlos widerrufen. Die Frist beginnt an dem Tag, an dem Sie die erste bestellte Ausgabe erhalten, nicht jedoch vor Erhalt einer Widerrufsbelehrung gemäß den Anforderungen von Art. 246a § 1 Abs. 2 Nr. 1 EGBGB. Zur Wahrung der Frist genügt bereits das rechtzeitige Absenden Ihres eindeutig erklärten Entschlusses, die Bestellung zu widerrufen. Sie können hierzu das Widerrufs-Muster aus Anlage 2 zu Art. 246a EGBGB nutzen. Der Widerruf ist zu richten an: *stern*-Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 040/55 55 78 00, E-Mail: kundenservice@dpv.de

Datum ✗ Unterschrift

So einfach erreichen Sie uns: (bitte immer die Bestell-Nr. angeben)

www.stern.de/testen

Per Post einsenden an:
***stern*-Kundenservice, 20080 Hamburg**

Oder anrufen unter:
040/55 55 78 00

Oder Coupon ausfüllen, mit Smartphone fotografieren und per E-Mail an:
kundenservice@dpv.de

Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr GmbH & Co KG. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

Die deutsche Journalistin Souad Mekhennet gilt international als Terrorismusexpertin

NANNEN PREIS

Am 11. April wurden in Hamburg die Nannen Preise 2018 verliehen

JOURNALISMUS

„WIR MÜSSEN MIT DIESEN LEUTEN REDEN“

Unter größten Gefahren spricht sie mit Dschihadisten, um zu verstehen, wie Hass entsteht. Nun wird Souad Mekhennet mit dem Sonderpreis des Nannen Preises ausgezeichnet

Von Andrea Ritter

An jenem Abend im Sommer 2014 zog Souad Mekhennet ihre bodenlange, rosa bestickte Abaya an, die ihr schon so oft Glück gebracht hatte, und stieg in den Wagen, der sie zum Treffpunkt bringen sollte. Der „Islamische Staat“ war zu der Zeit weltweit noch nicht so aktiv, aber Mekhennet ahnte, dass die Organisation eine zentrale Rolle im globalen Dschihad spielen würde. Darum wollte sie diesen Mann treffen. Abu Yusaf nannte er sich. Ein direkter Gefolgsmann al-Baghdadis, des Führers des vom IS proklamierten Kalifats.

Sie hatten ihr gesagt, sie müsse allein kommen. Ohne Tasche, ohne Handy, ohne Ausweispapiere; nur ein Notizbuch und ein Stift waren erlaubt. Der Wagen brachte sie zu einem Hotelparkplatz im türkisch-syrischen Grenzgebiet. Als sie zu dem IS-Anführer ins Auto stieg, war es bereits Nacht. Natürlich wusste sie, wie gefährlich das war. Aber sie wusste auch, dass sie die erste westliche Journalistin sein würde, die einen hochrangigen IS-Kommandeur über die Langzeitstrategie der Organisation befragen konnte.

Und das ist ihr bei ihrer Arbeit das Wichtigste: Informationen aus erster Hand, im direkten Gespräch mit den Beteiligten.

Abu Yusaf hatte zugesichert, dass ihr nichts geschehen würde. Und er hielt sich daran. Souad Mekhennet fand heraus, dass der damals 27-Jährige in Marokko geboren worden war und sich in Europa radikalisiert hatte. Mit 18 Jahren war er in den Irak gegangen, um für al-Qaida zu kämpfen. Andere IS-Mitglieder berichteten ihr, wie der „Arabische Frühling“ die Islamisten beflügelt hatte und wie der IS trainierte Kämpfer aus vielen Teilen der Welt rekrutieren konnte. Ihre umfassenden Recherchen fasste sie in einem Buch zusammen. Der Titel: „Nur wenn du allein kommst“.

Souad Mekhennet, 1978 in Frankfurt am Main geboren, ist heute Sicherheitskorrespondentin der US-Zeitung „Washington Post“, preisgekrönte Autorin und eine der weltweit führenden Expertinnen auf dem Gebiet des islamistischen Terrors. 2005 hat die Journalistin als eine der Ersten über den deutschen Staatsbürger Khaled el-Masri berichtet, der von der CIA entführt und gefoltert worden war; sie enttarnte die Identität des IS-Henkers „Jihadi John“.

Sie spricht fünf Sprachen, darunter Arabisch und Türkisch; als gefragter Talkshow-Gast könnte sie bequem vom Sessel aus Strategien und Motive radikaler Gruppen analysieren. Doch statt sich auf ihrer Reputation auszuruhen, zieht es sie immer wieder an die Fronten des Dschihad. Sie ist eine leidenschaftliche Reporterin, kompromisslos in ihrem Anspruch an sich und ihren Berufsstand.

„Wir müssen mit diesen Leuten reden“, sagt sie. „Nur so können wir verstehen, was sie antreibt. Das Wichtigste ist, dass man vor solchen Interviews ganz klare Vereinbarungen trifft. Ich sage immer: Ich höre mir eure Seite an, aber ich werde euch herausfordern und kritische Fragen stellen. Ich verspreche nichts, um an Informatio-

FOTO: CLARA MOLDEN/DDP/CAMERA PRESS

nen zu kommen. Ich erzähle denen keine Märchen."

Sie wäre eine wertvolle Geisel. Sie könnte vergewaltigt werden oder gefoltert, sie weiß, dass es trotz aller Absprachen nie eine Garantie auf Unversehrtheit gibt. Vor Treffen wie jenem mit Abu Yusaf hat sie Kollegen einen verschlossenen Briefumschlag gegeben: Telefonnummern der engsten Angehörigen und Kontakte, die bei einer Entführung notfalls ein gutes Wort für sie einlegen würden.

Durch Recherchen vor Ort enttarnte Souad Mekhennet den IS-Henker „Jihadi John"

„Bisher habe ich den Umschlag immer ungeöffnet zurückbekommen", sagt sie.

Wenn man sie fragt, warum sie ihr Leben riskiert, um mit Terroristen zu sprechen, dann sagt sie: „Ich will wissen, woher der Hass kommt." In Frankfurt, erzählt sie, hatte ihre Familie jüdische Nachbarn. „Ein älteres Ehepaar, beide hatten noch die Nummern aus dem KZ eintätowiert. Als Jugendliche habe ich mich immer wieder gefragt: Wie konnten Menschen so aufgehetzt werden, dass sie ihre Nachbarn, mit denen sie friedlich zusammengelebt hatten, in Gaskammern schickten? Welche Dynamik bringt so etwas hervor?"

Dann kam der 11. September. Und die Frage stellte sich ihr neu.

Im Mai 2001 hatte Souad Mekhennet die Ausbildung zur Journalistin an der Henri-Nannen-Schule abgeschlossen. Nachdem im September die Anschläge auf das World Trade Center verübt worden waren, traf sie die Witwe eines Feuerwehrmanns, der in den Türmen gestorben war. „Sie fragte uns Journalisten: ‚Warum hassen diese Menschen uns so sehr? Und warum haben wir davon nichts gewusst?'"

Für Souad Mekhennet war das wie ein Startsignal. „Ich verstand, dass es mein Job und meine Pflicht als Journalistin ist, Menschen wie dieser Witwe Antworten zu geben. Sie müssen erfahren, woher der Hass kommt. Und darum müssen wir mit jenen reden, die solche Anschläge verüben."

In Hamburg recherchierte sie in Moscheen und Cafés den Hintergrund der Attentäter des 11. Septembers. 2003 flog sie in den Irak und erlebte den Zerfall des Landes: Saddam Hussein war gestürzt worden – und die Islamisten von al-Qaida sammelten sich bereits. Ihre tiefe Skepsis gegenüber diesem Regimewechsel und der vermeintlichen Demokratisierung des Landes brachte ihr damals reichlich Kritik

„MEIN JOB ALS JOURNALISTIN IST, ANTWORTEN ZU GEBEN"

von Kollegen ein. Eine Erfahrung, die sich in der Zeit des „Arabischen Frühlings" 2011 wiederholen sollte, als zunächst friedliche Demonstrationen gegen die autoritären Regime im Nahen Osten zu gewalttätigen Auseinandersetzungen, zum Machtzuwachs von Islamisten und in Syrien zum Bürgerkrieg führten.

„Viele Medien haben zu schnell die Perspektive der Aktivisten übernommen", sagt sie. „Da war die Rede von den demokratiefreundlichen Demonstranten und bösen Machthabern. Man hätte kritischer auf das schauen müssen, was einige Demonstranten unter Demokratie verstanden haben. Nämlich zum Beispiel: Mehrheit herrscht über Minderheit. Als Journalist darf man keiner Seite angehören – das muss man sich immer wieder deutlich machen."

Souad Mekhennets Mutter stammt aus der Türkei, ihr Vater aus Marokko. Die Eltern kamen Anfang der 70er Jahre als Gastarbeiter nach Deutschland und haben sich in Frankfurt kennengelernt. Die ersten Jahre ihrer Kindheit verbrachte Souad Mekhennet in Marokko bei ihrer Großmutter. Eine starke und selbstbewusste Frau, die ihr viel über den Islam beigebracht und sie sehr geprägt hat.

„Ich bin so aufgewachsen, dass man Menschen nicht nach ihrer Religion oder ihrer Herkunft beurteilt", sagt sie. „Die Familien meiner Eltern können ihre Abstammung auf die Prophetenfamilie zurückführen – die meiner Mutter von der schiitischen Seite, die meines Vaters von der sunnitischen. In Frankfurt haben wir immer Weihnachten gefeiert. Mir wurde beigebracht, auf die Gemeinsamkeiten zu schauen. Nicht auf die Unterschiede."

Schon früh interviewte sie in Europa radikalisierte Islamisten, die später zu zentralen Figuren des „Islamischen Staates" aufsteigen sollten – wie etwa den deutschen Rapper Denis Cuspert alias Deso Dogg, den sie 2011 in Berlin traf.

„Ich bin als Migrantenkind im Westen groß geworden", sagt Souad Mekhennet. „Ich weiß, mit welcher Art von Ausgrenzung man konfrontiert wird." Schulkinder, die nicht mit ihr spielen durften, Skinheads, die brennenden Häuser in Solingen und Mölln, die wachsende Ausländerfeindlichkeit – all das hat einen Teil ihrer Jugend geprägt. Aber es gab eben auch einen anderen Teil.

„Wir sind in eine Situation geraten, in der Menschen, die Brücken bauen wollen, es nicht einfach haben", sagt sie. „Wir haben keinen ‚Clash of Civilisations', keinen Kulturkrieg. Sondern die Leute, die an ein Zusammenleben glauben, streiten mit jenen, die einen Keil in die Gesellschaft treiben wollen. Doch so schwierig der Brückenbau auch sein mag: In jeder Generation gibt es Menschen, die Gemeinsamkeiten finden und Einigkeit schaffen wollen."

Dass ein deutscher Innenminister heute sagt, der Islam gehöre nicht zu Deutschland, mache ihr vor diesem Hintergrund große Sorgen. „Soweit ich weiß, haben wir in Deutschland Religionsfreiheit. Nicht die Religion ist wichtig, sondern ob Menschen gemeinsam mit Respekt voreinander und vor dem Grundgesetz und der freiheitlich-demokratischen Grundordnung in Deutschland leben wollen. Aussagen darüber, wer dazugehört und wer nicht, sind heikel. Weil sie von Radikalen auf allen Seiten aufgegriffen werden können."

Souad Mekhennet weiß um den Einfluss, den Worte haben können, und wie vorsichtig man deswegen mit ihnen umgehen muss. Es war ihr marokkanischer Großvater, der einst zu ihr gesagt hatte: „Weißt du, die wirklich mächtigen Menschen, das sind die, die aufschreiben, was passiert ist."

Deswegen ist sie Journalistin geworden. ✖

Endlich blauer Himmel: Am letzten Tag zeigt sich der Gardasee von seiner Sonnenseite

FOTO: SVEN JÜRGENSEN/STERN

SPORT

KINDER IM WIND

Wer es beim Segeln an die Spitze schaffen will, muss schon früh Härte zeigen: bei der größten Regatta der Welt am Gardasee

Von Walter Wüllenweber

Nein, so war das nicht geplant. Ostern am Gardasee, das bedeutet: Sonnenschutzfaktor 50, blühende Obstbäume. Stattdessen gießt es. Die Regentropfen sind genauso eisig wie das Wasser des Gardasees: drei Grad.

Trotzdem spielen die Kinder draußen, mitten auf dem See, irgendwo in der fetten Wolkenbank, die sich über die Wasseroberfläche wälzt. Seit fünf Stunden schaukeln die 9- bis 14-Jährigen schon in ihren Optimisten über die Winterwellen. Optimisten sind winzige Ein-Kind-Boote zum Segeln. Die Nachwuchshelden nehmen an der berühmtesten Kinderregatta der Welt teil.

„Attacke!", rufen ein paar Jungen aus der Schweiz und greifen die Italiener an. In den Pausen zwischen den Wettfahrten albern sie in ihren Nussschalen herum. Die Italiener haben beeindruckende Wasser-Wummen, die Schweizer spritzen mit ihren Paddeln. Wasserschlacht knapp über dem Gefrierpunkt. Bald landen die Ersten im See und klettern mit geübten Bewegungen wieder an Bord. Das muss schnell gehen, denn Schwimmen ist bei diesen Bedingungen nicht ungefährlich – trotz Trockenanzug. Nach dem Anbaden sitzen die Kids im Boot, pusten sich die Finger warm und wirken rundum glücklich. Und es jammert: keiner. Keiner ruft nach Mama, keiner will nach Hause.

„Was für ein Erlebnis", schwärmt Anna Barth, als sie zwei Stunden später total erschöpft, aber fröhlich ihren Optimisten die Slipbahn hochzieht. Die 13-Jährige ist schon bei Regatten in Australien, Singapur, den USA und in ganz Europa gestartet. „So was wie hier gab's noch nie, überhaupt noch nie. Und ich bin dabei." Beim Weltrekord.

Segeln gehört zu den ältesten Sportarten, doch nie zuvor sind so viele Boote bei einer Regatta gegeneinander angetreten: exakt 1347 und genau so viele Segler. Bei den Optis gibt es keine Geschlechtertrennung, Mädchen und Jungen aus 33 Nationen segeln gegeneinander.

Die Kälte ist für alle hart. „Doch im Wettkampf, wenn man voll konzentriert ist, da spürt man das nicht so", sagt Caspar Ilgenstein. So wie Anna gehört er zum Nachwuchsteam des „Mühlenberger Segel-Clubs" aus Hamburg. Die Talente des Clubs werden nicht geschont. Anfang März waren sie im Trainingslager in Dänemark. „Das war richtig kalt, nicht so wie hier", sagt Caspar. Das Spritzwasser wurde an Bord zu Eis, und die Schoten waren steif gefroren. Als die Kids zurück an Land kamen, tunkten die Trainer sie zuallererst in voller Segelmontur in einen Bottich mit heißem Wasser, zum Auftauen.

Für Anna und Caspar geht es am Gardasee nicht ums Durchhalten, sondern um eine gute Platzierung. Die Besten der Weltrekordregatta, das ist klar, werden sich in den kommenden Jahrzehnten immer wieder sehen, bei Weltmeisterschaften, bei Olympia, womöglich beim America's Cup. Wer es hier unter die ersten 100 schafft, trainiert genauso hart wie gleichaltrige Kunstturnerinnen, Schwimmer und Klavierspieler. Die ersten 100 – das reicht Anna nicht. „Top 50 wär schon schön, vielleicht sogar Top 20."

Seit 36 Jahren lädt der Club „Fraglia Vela Riva" den Segelnachwuchs der Welt ein. Jedes Jahr kommen mehr Kinder. „So langsam erreichen wir unsere Grenzen", sagt Alberto Bertamini vom Organisationsteam. In der Bootshalle, auf dem Parkplatz, auf der Mole, auf dem Rasen ist jeder Quadratzentimeter mit Booten vollgestellt. Dazwischen helfen sich die Kinder gegenseitig in ihre Trockenanzüge.

Den ersten Wettkampf gibt es noch an Land. Es dauert eine Stunde, bis sich alle Schiffchen über die 20 Meter schmale Slipbahn gezwängt haben. Die Schweden ➤

Freie Fahrt ohne freie Sicht: Die Regatta fand lange Zeit in dichtem Nebel statt

Am Versorgungsschlauchboot wärmen sich die Kinder mit Tee und Nudelsuppe auf

Die Hamburgerin Anna Barth, 13, segelte als Siebte von 1400 nach ganz vorn

werfen ihre Boote gleich über die Hafenmole. Dazu müssen alle Bootswagen an Land so sortiert werden, dass am Abend jedes Kind den richtigen wiederfindet.

Bei normalen Regatten sind rund 20 Boote an der Startlinie, alles über 50 gilt als außergewöhnlich. 1400 ist einmalig. So viele Boote können unmöglich gleichzeitig starten. Sie müssen aufgeteilt werden. Die Neun- bis Elfjährigen – in Italien heißen sie „cadetti" – segeln auf einer eigenen Bahn. Die Größeren werden per Zufallsgenerator in Startgruppen mit je 160 Teilnehmern aufgeteilt. Täglich werden zwei, manchmal drei Wettfahrten gesegelt, deren Resultate rechnen die Schiedsrichter zusammen: Der Erste bekommt einen Punkt, der Letzte erhält 160 Punkte. Wer nach allen Durchgängen die wenigsten Punkte hat, ist der Sieger.

„Trööööt". Auf dem Startschiff ertönt die Hupe, und die Fünf-Minuten-Flagge wird gesetzt. Anna ist in der ersten Startgruppe. Schon mehrmals ist sie die 500 Meter lange Startlinie abgefahren, um zu prüfen, wo der beste Wind weht. Dabei können die Trainer ihr nicht helfen. Die sind weit weg, und die Bedingungen ändern sich laufend. Wer hier die falsche Entscheidung trifft, muss die ganze Wettfahrt im Windschatten der anderen fahren. Bei 160 Booten eine Katastrophe.

„Trööööt": das Ein-Minuten-Signal. Jetzt wird's eng. 160 Kinder brüllen so laut sie können: „Raum!", „Go away!", „Avanti, avanti!" Von den Felswänden schallen die Stimmen zurück. Die ersten Boote ballern aneinander. Die meisten Kinder stehen in ihren Nussschalen, um besser sehen zu können, ob sie noch hinter der Linie sind.

„Trööööt". Start. Anna steckt hinter einer Polin fest und wendet blitzschnell in den freien Wind. Kurz darauf verschwindet das Boot in einer Regenwand. „Trööööt". Fünf Minuten bis zum Start der nächsten Gruppe. Caspar ist dran.

Die Organisation der Regatta ist italienisches Kunsthandwerk. Wer sich der Wettkampfbahn auch nur nähert, wird von den Schlauchbooten rigoros abgedrängt. Das ist notwendig, um die übereifrigen Eltern auf Abstand zu halten, die ihre Schützlinge mit Motorbooten begleiten. Rund 100 solcher Zuschauer-Boote verfolgen die Regatta in gebührendem Abstand. Die meisten Eltern verbringen den Tag jedoch nicht auf dem Wasser, sondern auf einem Stein in der Felswand des Westufers, in der Hand ein leistungsfähiges Fernglas mit Stativ.

Kindersegeln geht nicht ohne die Unterstützung der Eltern. Es ist teurer als Fußball, teurer als Gitarrespielen, etwas teurer als Skifahren, aber billiger als Reiten und billiger als Klavierspielen. Die entscheidende Investition ist indes nicht das Geld, sondern die Zeit. Die meisten Eltern wünschen sich, dass ihre Kinder etwas mit Ernsthaftigkeit und Ausdauer betreiben. Doch wehe, es klappt. Dann muss sich ein Großteil des Familienlebens nach Wettkampfplänen richten. „Meine Eltern pushen das überhaupt nicht", sagt Anna. „Aber Segeln, das ist halt mein Leben. Was sollen sie machen?"

Alle Kinder der Trainingsgruppe vom Mühlenberger Segel-Club, die bei der Weltrekordregatta starten, haben Eltern, die selbst segeln. Michael Ilgenstein, der Vater von Caspar, ist einer der erfolgreichsten Steuermänner in der Segelbundesliga. Hinter der Trainingsgruppe steht eine verschworene Elterngruppe. Sie wechseln sich ab, wer an den Wochenenden mit seinem Kombi den Anhänger mit den 15 Optimisten und den zwei Begleitbooten zu den Regatten zieht, wer günstige Unterkünfte organisiert oder wer drei Wochen im Voraus einen Tisch für 25 Personen in einer Pizzeria in Riva reserviert. Nach einem Regattatag mit 1400 Kindern werden selbst am Gardasee die Pizzen knapp.

AM ABEND WERDEN AM GARDASEE DIE PIZZEN KNAPP

Der Oberschiedsrichter auf dem Zielboot scheucht seine Mannschaft hoch. Die ersten Boote tauchen auf. Ganz vorn in der Spitzengruppe ist ein Mädchen mit einer grellpinkfarbenen Mütze. Segelnummer GER 1310: Das ist Anna. Sie wird Zweite in dieser Wettfahrt. Das wird sie im Gesamtklassement weit nach vorn bringen. „Yesss!", ruft sie, als sie über die Linie fährt, und hämmert gegen die Bordwand.

Am Horizont ist schon die zweite Gruppe zu sehen, bei der Caspar mitsegelt. Inzwischen hat der Wind nachgelassen und gedreht. Der Oberschiedsrichter kontrolliert ständig die Werte. Dreht der Wind zu stark, muss er die Wettfahrt abbrechen.

Langsam schleicht das erste Boot im nachlassenden Wind heran. Segelnummer GER 1311. Caspar. Das nächste Boot folgt mit großem Abstand und kann Caspars Sieg nicht gefährden. 50 Meter vor dem Ziel setzt er sein Siegergesicht auf.

„Tröt-tröt-tröt". Für Caspar ist es das brutalste Geräusch auf der Welt. Der Schiedsrichter bricht die Wettfahrt ab. Die Winddreher sind zu stark. Wäre das Rennen gewertet worden, die Eltern der hinterherfahrenden Kinder hätten dem Schiedsrichter im Hafen einen wütenden Empfang bereitet.

Caspar dreht ab. Er war so kurz davor, eine Wettfahrt bei der Weltrekordregatta zu gewinnen. Traurig dümpelt er über den See. Er fährt nicht zum Trainerboot, wo sich nach jedem Rennen alle Kinder vom Mühlenberger Segel-Club versammeln.

Die Opti-Segler machen an dem Schlauchboot ihres Trainers Alexander Goltz fest. Schnell ist aus den vielen Booten eine kleine Insel geworden. Trainer Goltz hat heißen Tee und warme Nudeln in Thermoskannen an Bord. Gegen Ende der Pause kreuzt auch Caspar noch auf und legt an. Er bekommt sogar so etwas Ähnliches wie ein Lächeln hin.

Am nächsten Morgen scheint die Sonne, endlich. Caspar hat die Enttäuschung weggesteckt, zeigt allen, was er kann, und belegt am Ende Platz 21. Anna segelt sogar noch weiter nach vorn und wird Siebte. Bei der größten Regatta der Geschichte. ✖

FOTOS: SVEN JÜRGENSEN/STERN

KOLUMNE

WINNEMUTH

Lob des Selbstlobs

Alle Welt arbeitet an der Optimierung der eigenen Persönlichkeit – und schafft es trotzdem nicht, sich irgendwie gut zu finden. Warum nur?

Zurzeit quäle ich Freunde und unschuldig in der Bäckerschlange vor mir Wartende mit einer Bitte, an der nahezu alle scheitern: „Sag was Gutes über dich."

Die Reaktion ist in 100 Prozent der Fälle ausführliches Schweigen, anschließendes Kopfschütteln über die Impertinenz dieser Aufforderung und die Unmöglichkeit, ihr nachzukommen, dann folgt etwas Laues wie „Ich kann anderen Leuten gut Raum lassen" oder „Ich kann toll kochen. Und ich habe Humor". Meist kommen Gegenfragen („Was genau meinst du mit gut?") oder angestrengte Ironie oder ein beherztes „Ja, aber" („Ich bin normalerweise ziemlich zuverlässig. Nur manchmal, da …"). Etwas uneingeschränkt Positives über sich selbst bringen die meisten entweder nicht über die Lippen oder nicht über die Hirnlappen.

Bekanntlich haben wir nicht die geringsten Probleme damit, schlecht über uns zu denken („Ich bin zu dick/zu doof/zu antriebslos/zu feige/lasse mich immer auf die falschen Männer ein" etc. pp. ad infinitum) und diese tatsächlichen oder eingebildeten Mängel und Verfehlungen in die Welt zu posaunen – Frauen tun das noch mehr als Männer.

Unzufriedenheit mit sich selbst ist seit mehreren Jahrzehnten die psychologische Werkseinstellung, darauf baut eine gut verdienende Selbstoptimierungsindustrie auf. Aber sollte nicht das Ergebnis all der Optimierungsarbeit sein, dass man irgendwann das Klassenziel erreicht, also versöhnt mit sich selbst durchs Leben schreitet oder sich zumindest okay genug findet, um die eigenen guten Eigenschaften, Talente, Erfahrungen zu erkennen und zu benennen? Sollte auf der langen Liste der Selbstbezichtigungen nicht wenigstens ein kleines Plätzchen für Selbstfreundlichkeit sein?

Geht aber irgendwie nicht. Eigenlob stinkt, das wurde uns erfolgreich eingetrichtert. Selbst wenn man klammheimlich (so wie ich gerade) versucht, eine Positivliste aufzustellen, fühlt es sich an, als täte man etwas Verbotenes. In Bewerbungsgesprächen antwortet man auf die Frage nach Stärken und Schwächen gern mit strategischen Halblügen wie „Perfektionismus" oder „Ehrgeiz". Mir geht es aber nicht um volkswirtschaftlich relevante Primär- oder Sekundärtugenden und auch nicht um Selbstmotivation im Stil der Strukturvertriebler, die jeden Morgen ihrem Spiegelbild sagen, was für eine hammergeile Verkaufskanone es ist – sondern einfach um was Nettes, das man über sich selbst sagt. Oder auch nur denkt. Wieso fällt das so schwer?

Schließlich hat das Unterbewusstsein längst alle Antworten parat. In der Psychologie gibt es das Phänomen der positiven Illusionen: Die meisten Leute glauben von sich selbst, dass sie über dem Durchschnitt liegen, was Freundlichkeit, Toleranz, Ehrlichkeit etc. angeht. Ob das stimmt oder nicht, ist fast egal: Der Glaube allein sorgt nach Überzeugung von Psychologen für mentale und sogar physische Gesundheit. Kinder, die sich selbst überschätzen, entwickeln ein besseres Sprachvermögen, können Probleme leichter lösen und haben sogar ein besseres Körpergefühl.

Sich gut finden (oder was Gutes an sich finden) ist also gesund. Deshalb lautet Ihre Aufgabe für dieses Wochenende: Wenn Sie es allein nicht hinkriegen, fragen Sie Menschen in Ihrer Umgebung, was toll an Ihnen ist. Oder beantworten Sie zumindest ein paar harmlose Fragen, die Sie auf die richtige Spur bringen: Was kann ich gut? Was fällt mir leicht? Was mache ich gern?

Ich, fragen Sie? Ich bin neugierig, genussfähig, abenteuerlustig, zutiefst dankbar für mein Leben und mag Menschen gern.

So, und jetzt Sie.

Meike Winnemuth freut sich auf Sie Was bewegt Sie gerade? Tauschen Sie sich mit unserer Kolumnistin aus: www.facebook.com/winnemuth

Die Bestsellerautorin **Meike Winnemuth** („Das große Los", „Um es kurz zu machen") schreibt alle zwei Wochen im *stern*

ILLUSTRATION: TINA BERNING, FOTO: DAVID MAUPILÉ

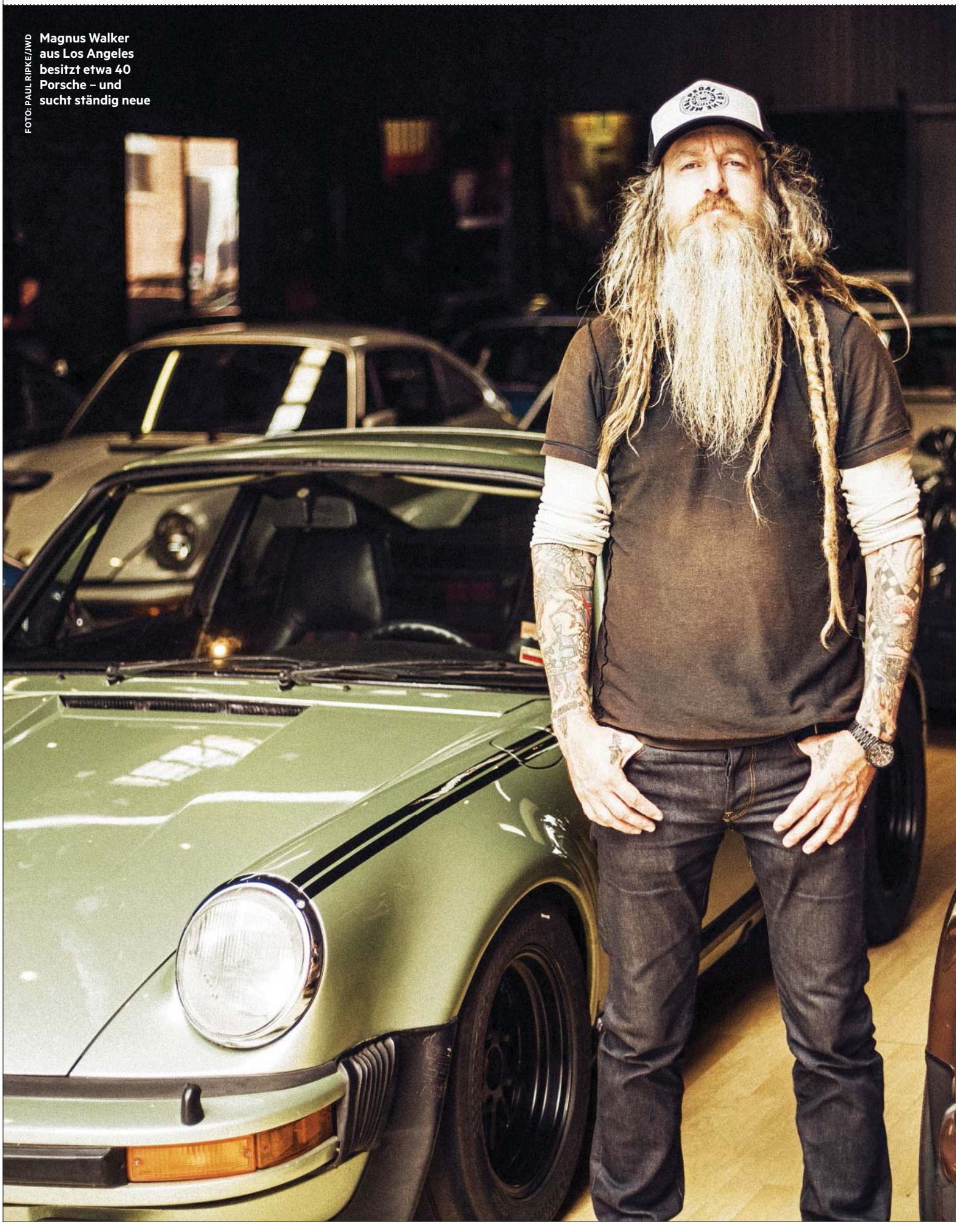


FOTO: PAUL RIPKE/JWD

Magnus Walker aus Los Angeles besitzt etwa 40 Porsche – und sucht ständig neue

MOBILITÄT

„PORSCHE IST FÜR MICH WIE RELIGION“

Ein skurriler Sammler aus den USA wird zum weltweit populärsten Botschafter der schwäbischen Sportwagenmarke – und seiner selbst

Der Gegensatz könnte kaum größer sein. Gerade noch besang der Altländer Shanty-Chor die „Rrrreeeeeperbahn nachts um halb eins“, dann kommt er auf die Bühne: Magnus Walker, 50, Modedesigner und Porschesammler aus Los Angeles. Und setzt mit Rocker-Outfit, langem Bart und Rastalocken, die unter einer Lederkappe hervorquellen, einen optischen Kontrapunkt zu den norddeutschen Seemannsdarstellern mit Matrosenhemden und akkurat gestutzten Kinnbärten.

Solche Grenzüberschreitungen sind Konzept beim Hamburger OMR Festival, dem Treffen der „Online Marketing Rockstars“. Ende März diskutierten dort rund 40 000 Teilnehmer über Werbung und Vermarktung im Digitalzeitalter. Die Branche verwischt immer mal wieder die Grenzen zwischen Information und Werbung.

Der Gast aus Kalifornien, angekündigt als „personal brand“, als jemand also, der selbst zur Marke wurde, ist einer der Stars des Festivals. Jeder hier hat zumindest schon mal gehört, dass der Mann mit der ausufernden Haar- und Tattoopracht eine millionenschwere Porsche-Kollektion besitzt. Wie hat er das geschafft?

Von Thomas Ammann

So füllt sich die Halle vor der „Big Picture“-Bühne rasch, als Walker zum Vortrag anhebt. Es ist im Wesentlichen eine Kurzfassung seiner Biografie, garniert mit eingängigen Botschaften: „Freiheit ist, das zu tun, was man tun möchte“, oder „Man muss aus jedem Moment das Beste machen, weil man ja nie weiß, was passiert“, oder auch „Folge deinem Bauchgefühl“.

Simple Weisheiten – die Walker weltweite Popularität einbrachten. Sein Aussehen ist sein Markenzeichen, unverkennbar untermauert er damit seinen Status als Rebell, als „Urban Outlaw“ (etwa: Gesetzloser in der Stadt). Vor 35 Jahren hätten ihm „die Leute gesagt, schneid dir die Haare und such dir einen anständigen Job“, erzählt Walker im Gespräch in Hamburg, „heute habe ich mir die Haare immer noch nicht geschnitten, und ich habe noch immer keinen anständigen Job.“ Und während er das sagt, zeigt sich ein spitzbübisches Lächeln unter all den Haaren.

Seine Lebensgeschichte hat Walker in einem Buch* aufgeschrieben, das jetzt auf Deutsch erschienen ist: eine nahezu märchenhafte Erfolgsstory, mit einem Helden, der gleichsam ziellos seinem Glück entgegenstolpert – wie der „Taugenichts“ aus Eichendorffs Novelle. „Wenn man mich fragt, wo ich mich in zehn Jahren sehe, sage ich immer, ich weiß nicht mal, wo ich morgen bin“, ist Walkers Lebensmotto.

Er wuchs auf in der englischen Industriestadt Sheffield, in einer „typischen Arbeiterklassen-Familie“. Geld, sagt er, sei „immer knapp“ gewesen. Der junge Walker begeisterte sich für Querfeldeinläufe, die Schule verließ er ohne Abschluss, später reiste er mit der Sozialorganisation „Camp America“ in ein Sommerlager für „unterprivilegierte Kinder“ in die USA nach Detroit. Dort habe er beschlossen, nie wieder nach Sheffield zurückzukehren: „Ich blicke nie zurück, immer nur nach vorn.“

Der Rockfan, der für Bands wie Guns N’ Roses und Mötley Crüe schwärmt, lan- ➤

Wo immer er auftritt, ist der Andrang groß: Magnus Walker und Fans auf der Oldtimermesse Techno Classica im März in Essen. Der Mann mit Ledermütze und Tattoos genießt Kultstatus

det in seiner Traumstadt Los Angeles. Er schlägt sich mehr schlecht als recht durch, bis er eher zufällig auf eine Goldmine stößt: Walker kauft massenhaft alte, getragene Jeans, näht in Handarbeit selbst entworfene Sticker drauf und verkauft sie für teures Geld weiter. Das Geschäft entwickelt sich so prächtig, dass er zusammen mit seiner späteren Frau Karen das Label „Serious" gründet. Bald gehören sie zu den angesagtesten Designern der Stadt. Stars wie Alice Cooper, Chris Isaak oder Gwen Stefani sind ihre Aushängeschilder.

Das „Dreamteam" (Walker) trifft wenig später eine weitere Schicksalsentscheidung. Sie kaufen ein altes Lagerhaus in einer verrufenen Gegend in Los Angeles. Es sei eine „desolate Landschaft leer stehender Industriegebäude" gewesen, sagt er, „Obdachlose hausten unter Brücken, Prostituierte boten sich den Truckern an".

Inzwischen ist die Gegend ein Treffpunkt der Kunst- und Musikszene, mit schicken Läden, Restaurants und Lofts. Als Immobilienbesitzer profitierten die Walkers nun doppelt: Nicht nur, dass sich der Wert des alten Backsteingemäuers in kurzer Zeit vervielfachte, es wurde zum Geheimtipp unter Filmcrews auf der Suche nach pittoresken Drehorten. So wurden die Modedesigner zu Filmlocation-Vermietern, wiederum fast zufällig.

An mehr als 100 Tagen im Jahr wird das Loft nun zur Kulisse für Krimis, Musikclips, Werbespots oder Realityshows wie „America's Next Top Model". Das Geschäft boomt derart, dass es Walkers größte Leidenschaft finanziert: Porsche. Er liebt vor allem die alten Modelle. „Porsche", sagt er in vollem Ernst, „ist für mich wie Religion."

„So um die 40" Autos seien es zurzeit, praktischerweise fänden sie alle Platz in seinem Lagerhaus. Seltene Modelle sind dabei, wie einer der ersten 911 von 1964 und einer der sogenannten Ur-Turbos aus den 1970er Jahren, die er zum perfekten Originalzustand restaurierte.

„JEDER SPÜRT DOCH EIN BISSCHEN DEN REBELLEN IN SICH"

Walker und Ehefrau Karen im Februar 2012 bei Dreharbeiten zu einer Dokumentation

Gefeiert aber wird Walker, weil er viele seiner Sammlerobjekte im „Urban Outlaw"-Stil umbaut, als kämen sie gerade von der Rennstrecke: Streifendekor, tiefergelegtes Fahrwerk, veränderte Stoßstangen, Leuchten und Felgen. Normalerweise gilt es als Sakrileg, wenn sich jemand an der Ikone 911 vergreift, bei Walker jedoch sorgt genau das für geradezu kultische Verehrung in der Fangemeinde. „Jeder spürt doch ein bisschen den Rebellen in sich", ist seine Erklärung.

Auf seiner Tour im März kommt er den deutschen Fans ganz nah. Zur Buchpräsentation im Hamburger Prototyp-Museum fahren viele Gäste im Porsche vor, nicht wenige ziert „Urban Outlaw"-Dekor. Etwa 300 Bücher wird Walker an diesem Abend mit einer geradezu bewunderungswürdigen Geduld signieren. „Es ist beeindruckend, mit welcher Hingabe er sich um die Fans kümmert", meint Oliver Schmidt, einer der beiden Gründer des Museums. „Das ist authentisch, man spürt echte Leidenschaft."

Auch bei Porsche weiß man längst, wie wertvoll der schrille und zugleich sympathische Markenbotschafter ist. Über die Art der Geschäftsbeziehung geben weder er noch das Unternehmen genau Auskunft. „Sie laden mich ein zu Veranstaltungen", erläutert Walker, „und dann gehe ich dorthin." So könne er „all die heiligen Stätten besuchen", zum Beispiel „Zuffenhausen oder den Nürburgring".

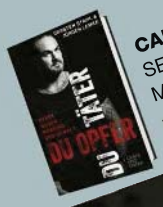
Daneben pflegt der rührige Selfmademan offensichtlich mit Mineralölfirmen und Zubehörherstellern gute Kontakte. Jedenfalls sind deren Logos auffallend oft in seinen Videos zu sehen. Auch auf dem Hamburger OMR Festival vergisst er nicht, die Produkte zu preisen. Das passt zum Programmpunkt, unter dem er auftritt: Influencer Marketing.

So kommen Geschäft und Leidenschaft zusammen. Er habe „viel Glück" gehabt, sagt Magnus Walker, Erfolg aber sei nicht nur Glückssache: „Wir haben jahrelang geschuftet wie die Verrückten." Die dunkelsten Tage erlebte er im Oktober 2015, als seine Frau überraschend starb. Über die Ursache möchte er nicht reden, er sagt nur, er trauere noch immer. Seit Karens Tod sei er „wieder auf einer Reise, von der ich nicht weiß, wohin sie mich führt".

Ein Urban Outlaw lässt sich nicht unterkriegen.

*Magnus Walker: „Urban Outlaw: Dirt Don't Slow You Down" (Deutsche Ausgabe), Delius Klasing, 236 Seiten, 22,90 Euro

FOTOS: SABINEBRAUN/PHOTOKUNST; MAGNUS WALKER



CARSTEN STAHL
SEIN NEUES BUCH GEGEN MOBBING UND GEWALT.
PERSÖNLICH, DIREKT & EMOTIONAL!
JETZT IM HANDEL ERHÄLTLICH!
GRÄFE UND UNZER

STAHL:HART
GEGEN MOBBING

MOBBING
ENDET HIER.

MONTAGS 20:15

RTL II

#1VON6 #GEGENMOBBING RTL2.DE/STAHLHART

DIE DIAGNOSE

Gefährliche Kügelchen

Eine Frau kann nicht laufen, sie hat Sehstörungen und Halluzinationen. Ein Arzt findet heraus, wie alles begann: mit einem Urlaub auf Sri Lanka

Die Patientin, Mitte 50, kam mit dem Rettungswagen vom Hamburger Flughafen in die Notaufnahme. Ihr Mann begleitete sie. Die beiden hatten Urlaub in Griechenland gemacht. Dort hatte die Frau fast nur im Bett gelegen, mit Übelkeit, Schwächegefühl und Sehstörungen. Zu uns kam sie in katastrophalem Zustand: Sie konnte nicht mehr laufen, wirkte abgemagert und hatte Halluzinationen.

Auf der Intensivstation wurde sie von mir betreut. Die Natriumkonzentration im Blut war zu gering – ein Zeichen, dass die Nieren zu wenig Wasser ausscheiden. Dadurch werden Blutsalze wie Natrium gefährlich verdünnt. Ich vermutete, dass die Frau zu viel ADH im Blut hatte, ein Hormon, das Wasser im Körper zurückhält. Einige Arzneimittel, aber auch Tumoren erhöhen das ADH. Medikamente nehme sie nicht, sagte die Frau. Aber sie habe ein Schilddrüsenkarzinom und schwarzen Hautkrebs gehabt. War der Krebs nun zurückgekehrt? Aber im Blut fand sich kein Tumormarker, und auch in der Computertomografie und im Kernspin war nichts zu sehen.

Die Frau bekam zunächst Kochsalzinfusionen. Trotzdem sank ihr Natriumspiegel weiter ab. Daraufhin verschrieb ich Tabletten, die die ADH-Wirkung blockieren. Nach zehn Tagen normalisierte sich der Natriumwert – aber sonst ging es der Frau nicht besser. Ich fragte noch einmal, ob sie nicht doch irgendetwas eingenommen habe. Na ja, sagte sie, sie nehme seit ein paar Monaten „so ayurvedische Pillen“, aber das seien nur Naturheilmittel. Ich begann im Internet nachzuforschen und las, dass viele ayurvedische Präparate neben Pflanzenbestandteilen auch Schwermetalle wie Quecksilber und Blei sowie Arsen oder Selen enthielten.

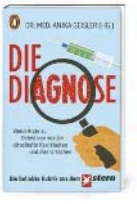
Wir untersuchten das Blut der Patientin auf Schwermetalle und fanden erhöhte Blei- und extrem hohe Quecksilberwerte. Wir begannen sofort mit einer Entgiftung mittels Infusionen, die die Ausscheidung der Metalle erleichtern – 13 Wochen lang dauerte das Prozedere. Der Ehemann brachte uns derweil diverse Klarsichttüten voller schwarzer, brauner und olivfarbener Kügelchen und Tabletten. Bei Analysen am Uni-Klinikum Eppendorf fanden sich darin reichlich Quecksilber und Blei. Am schlimmsten war eine Packung pechschwarzer Kügelchen: Sie bestanden zu 50 Prozent aus Quecksilbersalzen, und deren Konzentration lag mehr als 500 000-fach über geltenden Grenzwerten.

Im Gespräch stellte sich heraus, dass das Ehepaar vor mehr als vier Monaten zu einer Ayurveda-Kur nach Sri Lanka geflogen war: ein Wohlfühlprogramm mit Massagen, Ölgüssen und individuell zubereitetem Essen. Dort waren sie von einer deutschen Ayurveda-Heilerin betreut worden, die ihnen auch die Mittel verkauft hatte. Damit hatte sich die Patientin schleichend vergiftet. Als ich ihr das sagte, begann sie zu weinen. Sie hatte sich dort gut aufgehoben gefühlt und hatte der deutschen Therapeutin vertraut. Nun war sie wütend und verzweifelt.

Quecksilber greift das Nervensystem an – das erklärte, warum die Frau verwirrt war und sich kaum bewegen konnte. Was den Natriummangel ausgelöst hatte, ist unklar. Nach der Entgiftung musste die Patientin acht Wochen in eine neurologische Reha. Laufen und Rad fahren konnte sie erst nach einem Jahr wieder. Als wir den Fall publik machten, meldeten sich weitere Betroffene. Wir ließen ihre Präparate untersuchen und fanden in mehr als der Hälfte aller Pillen Schwermetalle. Einige versuchten, die Hotels auf Sri Lanka zu verklagen: ohne Erfolg. Ayurveda gilt dort als anerkannt, den lukrativen Tourismus will niemand gefährden. Unsere Patientin traf sich sogar in Deutschland mit ihrer Ayurveda-Heilerin, die ihr nun „andere“ Mittel empfahl. Auch sie wurde nie belangt.

Mich fasziniert, wie stark sich Menschen an alternative Therapien binden und seltsame Kügelchen schlucken, ohne den Inhalt zu kennen. Als Arzt frage ich heute bei unklaren Symptomen intensiver nach: Haben Sie nicht doch irgendwas genommen? Und ich empfehle: Machen Sie gern Ayurveda, genießen Sie das Essen und die Ölgüsse. Aber nehmen Sie nie, wirklich nie, die Präparate.

Diese Woche:
Dr. Tobias Meyer, 49, Chefarzt der Abteilung für Nephrologie an der Asklepios Klinik Barmbek in Hamburg



An dieser Stelle schildern regelmäßig Ärzte ihre außergewöhnlichsten Fälle.
Das Buch mit 80 rätselhaften Patientengeschichten: **„Die Diagnose“** von Anika Geisler (Hg.), Penguin, 256 Seiten, 10 Euro

ILLUSTRATION: KATRIN FUNCKE/ART ACT; AUFGEZEICHNET VON NICOLE HEISSMANN

Wie Ihre Haut beim Duschen gewinnt

Meistens verliert sie ja. Duschgele mit aggressiven Waschsubstanzen oder ein zu langes Bad in der Wanne können die natürliche Schutzfunktion unserer Hautbarriere beeinträchtigen. Linola Dusch und Wasch kann dem Säureschutzmantel der Haut mit wertvollen Linolsäuren etwas Gutes tun.

Linola Dusch und Wasch ist eine Mikroemulsion, die der Haut beim Duschen und Waschen nicht nur etwas nimmt, sondern auch etwas gibt – linolsäurereiches Pflanzenöl.

Damit wir über unsere Haut nicht zu viel Feuchtigkeit verlieren, gibt es eine natürliche Barriere. Linolsäure ist eine essentielle Fettsäure, die unser Körper nicht selbst herstellen kann, die jedoch für eine funktionierende Hautbarriere unerlässlich ist.

Viele Faktoren, wie beispielsweise zu häufiges Waschen oder die Verwendung aggressiver Waschsubstanzen, können die Hautbarriere beeinträchtigen.

Linola Dusch und Wasch schont und unterstützt die natürliche Hautbarriere und fördert die für die Geschmeidigkeit der Haut erforderliche Wasserbalance.

Linola Dusch und Wasch unter der Lupe des Dermatologen:

- spendet Feuchtigkeit über 24 Stunden
- mild reinigende Mikroemulsion mit hautfreundlichem pH-Wert von 5,5

Linola Dusch und Wasch ist in der Apotheke erhältlich

www.Linola.de

Apotheken-Merkzettel:
Linola Dusch und Wasch
PZN 06797904 (300 ml)

KULTUR

Er nennt sich Nicholas Searle. Sein echter Name bleibt ein Staatsgeheimnis

BUCH

Verdächtig real

Nicholas Searle war einst Geheimagent. Nun schreibt er Krimis mit Wirklichkeitsbezug

Dieser Mord erscheint auf den ersten Blick rätselhaft: Nach Grachtenrundfahrt und Museumsbesuch in Amsterdam legten zwei australische Touristenpärchen auf ihrer viertägigen Reise Zwischenstopp im niederländischen Roermond ein. Als die Australier am Abend des 27. Mai 1990 den Marktplatz überquerten, wurden beide Männer von Vermummten mit einer Kalaschnikow erschossen, die Frauen blieben unverletzt.

Warum mussten die Touristen sterben? Die Antwort folgte tags darauf: Die IRA übernahm die Verantwortung für den Anschlag und nannte ihn „eine Tragödie und einen Fehler". In Roermond wurde viel Englisch gesprochen, die limburgische Kleinstadt war ein beliebter Ausflugsort bei den Soldaten der britischen Royal Air Force, deren nahe Quartiere im deutschen Wildenrath und Rheindahlen lagen.

„Die Killer hatten ihre Opfer irrtümlich für Engländer gehalten, das britische Nummernschild ihres Autos war ihnen zum Verhängnis geworden." Nicholas Searle weiß alles und noch mehr über den nordirischen Bürgerkrieg, über den blutigen Kampf der IRA um die Unabhängigkeit des Landes, in dem 3500 Menschen

starben. Er hat einen Roman darüber geschrieben – „Verrat“ – und aus der Hinrichtung der Australier in Roermond einen Mord an zwei unschuldigen Kanadiern gemacht, den Tatort nach Brügge verlegt und zwei identische grüne Opel zur Ursache einer fatalen Verwechslung gemacht.

Aber das sind nur kleine Abweichungen von der Wirklichkeit, sagt er. Und auch wenn er über andere IRA-Operationen schreibt, über Fahrten mit dem Bombenlaster und nächtliche Waffenübungen, über Verhöre und die Menschen und ihr paranoides Leben im Schatten des Verrats an jeder Straßenecke, in jeder Familie – Searle schreibt über das, was er kennt. Man darf davon ausgehen, dass er irgendwie selbst mit im Räderwerk des Bürgerkriegs zwischen den Nordiren und den britischen Besatzern steckte, dass er mitmischte bei „The Troubles“, wie der Nordirlandkonflikt jenseits des Kanals genannt wird.

Dumm nur, dass er darüber nicht sprechen darf. Denn: Welcher Ex-Geheimagent hätte das je gedurft? Searle stand 23 Jahre im Spionagedienst Ihrer Majestät und hat dabei mutmaßlich für den britischen Auslandsgeheimdienst MI6 gearbeitet. Natürlich kann man das nach Karriereende nicht einfach so ausplaudern. Und natürlich ist der Name Nicholas Searle ein Pseudonym.

Von Dirk van Versendaal

Vor zwei Jahren hat er mit seinem Debütroman „Das alte Böse“ großen Erfolg gehabt. Die Geschichte eines gealterten Trickbetrügers wird mit Ian McKellen und Helen Mirren verfilmt werden. Nun hat Searle mit „Verrat“ nachgelegt, einem sehr gelungenen Roman, der die Jahre 1989 bis 2005 des nordirischen Bürgerkriegs umfasst. Im Mittelpunkt stehen zwei Antihelden: Bridget O’Neill und ihr Mann Francis, ein Fußsoldat der IRA, der für ein vereintes Irland tötet. Das Buch erzählt von den kleinen Menschen im Räderwerk der großen Geschichte von Nationen.

Trifft man Nicholas Searle, fällt an ihm höchstens seine Unauffälligkeit auf. Er ist weder besonders groß noch klein, weder an seiner Frisur noch an seiner Kleidung lässt sich etwas Markantes finden. Bei Starautoren ist das nicht gerade üblich, für seinen vorherigen Beruf war es wohl essenziell. Ein englischer Exzentriker hätte auf den Straßen West-Belfasts oder South Armaghs keine Stunde überlebt.

„Mein gesamtes Arbeitsleben hatte mit Terrorismus zu tun.“ Immerhin dies darf er verraten. Und: „Nein, ich wurde niemals gefangen genommen, habe niemanden erschossen und wurde niemals verhört. Aber ich wurde auf solche Momente vorbereitet und habe an ziemlich realistischen Rollenspielen teilgenommen.“ Zwar sei keine der Figuren in „Verrat“ echt, doch sie setzen sich aus jenen Menschen zusammen, denen er selbst begegnet ist, „diesen Spielbällen der Geschichte“. Die Mitglieder der IRA wurden nicht „als kaltblütige Killer ohne jeden Sinn für den Wert eines Menschenlebens geboren“. Und ihre Gegner waren Menschen, „die mitten in der Kriegszone und im Visier der Terroristen lebten. Es blieb ihnen nichts anderes übrig, als zu knallharten Typen zu werden.“

Searle, Jahrgang 1957, ist der Sohn eines Brauereiarbeiters und wuchs in Cornwall auf – was ihn zu einem Kelten macht, sagt er, zu einem Geistesverwandten der Iren, Schotten und Waliser. „In Irland habe ich oft das Gefühl, zu Hause zu sein. Ich verstehe die Weltanschauung der Leute.“

Nach dem Abitur studierte Searle in Bath und Göttingen. Er arbeitete in Nordengland als Gesamtschullehrer, bevor er „in den Staatsdienst trat“, wie er seine Geheimdiensttätigkeit nennt.

Schreiben habe er bereits damals gewollt, ein Leben wie das des Geheimdienstmanns und Autors John le Carré jedoch blieb ein Wunschtraum. Der verarbeitete sein Agentendasein in den Mittagspausen und im Zugabteil zu Literatur. „Ich hatte keine Mittagspausen, und auf der Heimfahrt im Zug schlief ich vor Erschöpfung ein. Die Zeiten im Sicherheitsgeschäft hatten sich geändert, es war ständig etwas los.“

2011 kehrte Searle nach dreijährigem Einsatz für die Regierung in Neuseeland nach England zurück, nahm seinen Abschied vom Staatsdienst, zog zu seiner Frau nach Yorkshire und belegte einen sechsmonatigen Online-Schreibkurs. Zwei Jahre später erschien sein Debütroman.

Er stehe in durchaus freundschaftlichem Kontakt zu seinen früheren Arbeitgebern, erzählt Searle, obwohl er ihnen zur Kontrolle vorlegen muss, was er zu Buche bringt. „Wir haben gelegentlich stürmische Auseinandersetzungen darüber, wie detailliert ich aus meinem früheren Leben erzählen darf.“ Über sein nächstes Buch werden sie sich sehr aufregen, das ahnt er jetzt schon. „Es wird von einem islamistischen Terrorplot handeln.“

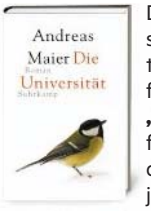
„Verrat“ von Nicholas Searle, Kindler, Ü: Jan Schönherr, 352 Seiten, 19,95 Euro ★★★★☆

FOTO: MARK VESSEY

ROMAN

Wie die Strähnen eines Zopfes führt Laetitia Colombani die Schicksale dreier Frauen zu einer dichten Erzählung zusammen. **„Der Zopf“** handelt von der Inderin Smita, die ausgegrenzt als Unberührbare lebt und ihrer Tochter durch den Verkauf ihres Haars eine bessere Zukunft ermöglichen will. Über Umwege gelangt es zur Perückenmanufaktur-Erbin Giulia, die die Chance nutzt, ihre Firma in Palermo vor dem Ruin zu retten. Eine ihrer Kundinnen ist die kanadische Staranwältin Sarah, die an Krebs leidet und ihr Leben neu sortieren muss. Drei starke Geschichten, ein spannender Lesestoff. (S. Fischer, 20 Euro) ★★★★☆

ROMAN



Das Unternehmen, sein Leben in Literatur zu verwandeln, führt Andreas Maier in **„Die Universität“** fort: Er berichtet von der Ich-Findung des jungen Studenten. Viel Philosophie, viel Biertrinkerei. Ein Student muss Geld verdienen; so verschlägt es den Erzähler in die Frankfurter Wohnung einer greisen Dame – der Witwe von Theodor W. Adorno. Gretel Adorno lebt im Rollstuhl, quält und beschimpft ihr Pflegepersonal. Bis der Erzähler sie in das Café rollen lässt, in der sie einst mit ihrem Mann speiste. In den Gretel-Passagen beginnt das schmale und manchmal spröde Buch zu leuchten. (Suhrkamp, 20 Euro) ★★★☆☆

SACHBUCH

Wer sagt: Fang nicht bei Adam und Eva an, der meint: Fasse dich kurz und halte mich nicht für doof. Dass Stephen Greenblatt, Harvard-Professor und Pulitzer-Preisträger, seine Leser nicht für dumm hält, zeigt schon der üppige Anhang. Das Buch selbst aber kommt überhaupt nicht akademisch daher. Greenblatt zeigt in **„Die Geschichte von Adam und Eva“** den nie endenden Versuch des Menschen, sich selbst und seinen Ursprung zu begreifen. Der Mythos hat längst Evolution und Genetik Platz gemacht; das macht ihn nicht weniger faszinierend. (Siedler, 28 Euro). ★★★★☆

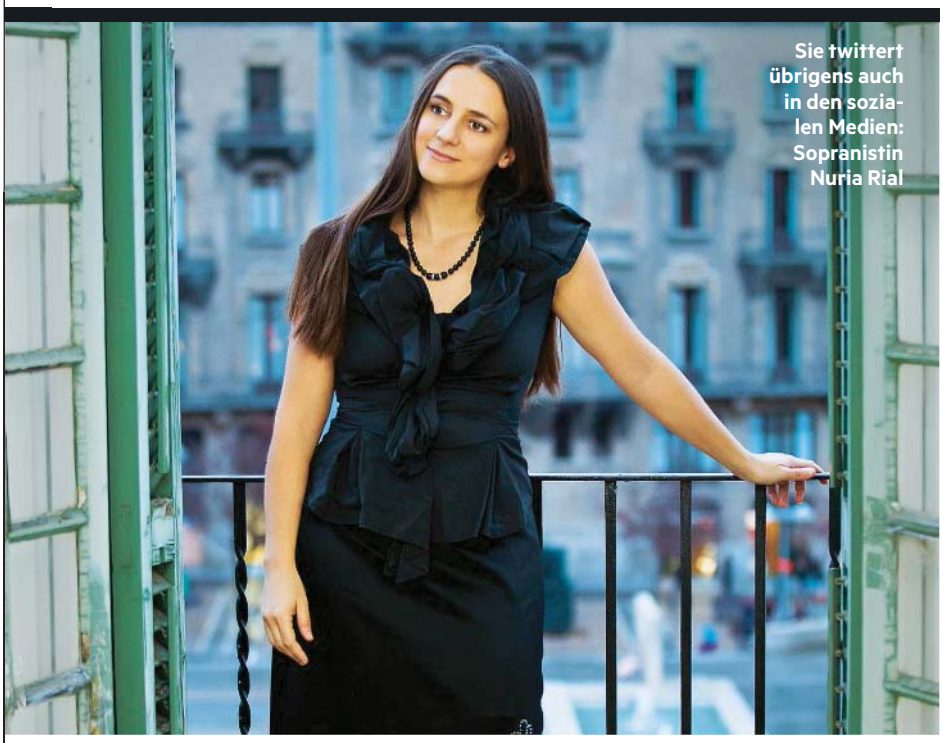
Die beste, die wichtigste Punkband? Wer da die **Ramones** nennt, wird viel Zustimmung bekommen. Selten brauchten die New Yorker für einen Song länger als zwei Minuten, immer fiel ihnen eine Melodie ein. Die Graphic Novel „One, Two, Three, Four, Ramones“ erzählt die Geschichte der Band aus der Perspektive des Bassisten Dee Dee, immer wieder Thema: seine Drogensucht. 2002 starb er an einer Überdosis (Knesebeck, 20 Euro).

JAZZ

Gleich drei Bands braucht Shabaka Hutchings, um all die Musik herauszulassen, die in ihm steckt. Eine davon sind die **Sons of Kemet,** ein hoch gehandelter Name in der sehr produktiven jungen Londoner Jazz-Szene. Da bläst der Chef das Saxofon, unterstützt von einem Tubaspieler sowie zwei Schlagzeugern, zu denen sich bei Auftritten gern zwei weitere gesellen. Der Beat ist dem 33-Jährigen ganz wichtig, und nicht nur die Rhythmusabteilung, auch die Bläser pumpen ihn voran auf „Your Queen Is a Reptile“, einem irrwitzig famosen Mix aus Jazz und Funk. ★★★★★

SOUL

Auch so kann man Karriere machen: **Shirley Davis** aus London passte ihr Idol, die Soul-Sängerin Sharon Jones, vor einem Konzert in Madrid ab und wurde schließlich während der Show von ihr auf die Bühne gebeten. Im Publikum waren auch The Silverbacks, spanische Musiker der alten Schule. Mit ihnen spielte die 44-Jährige „Wishes & Wants“ ein, ein Album voll klassischem Soul mit schwerer Orgel und leibhaftigen Bläsern. Sharon Jones lebt mittlerweile nicht mehr; Shirley Davis erweist sich als ihre würdige Erbin. ★★★☆☆



Sie twittert übrigens auch in den sozialen Medien: Sopranistin Nuria Rial

Frühlingsgezwitscher

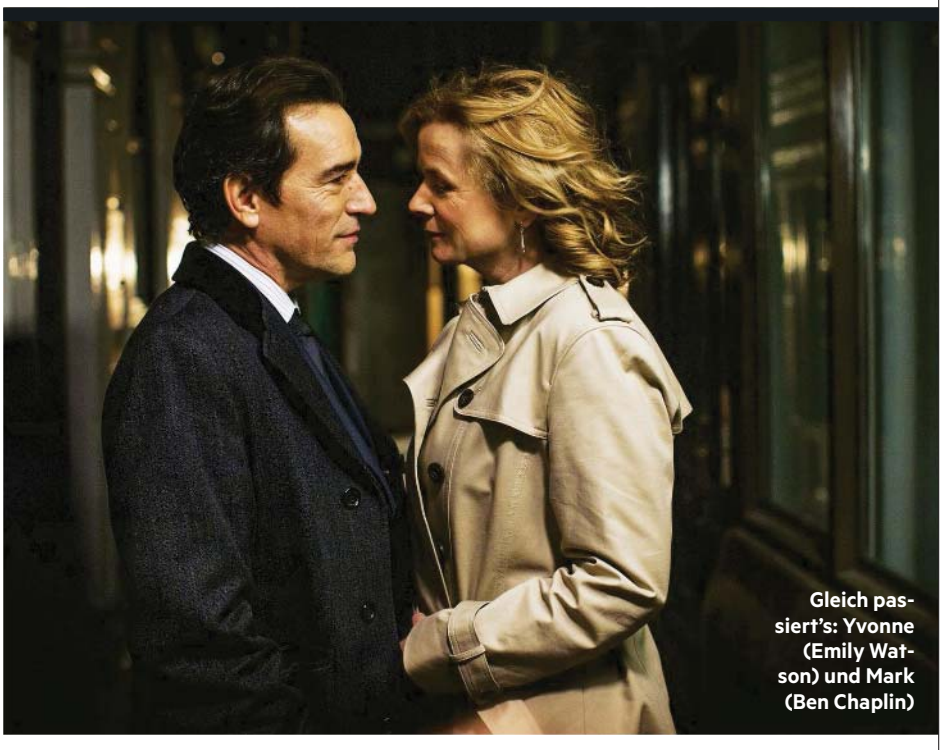
Draußen grünt es. Zeit für inspirierende Musik wie diese drei neuen Barockeinspielungen

Ein großes Wochenblatt hat kürzlich einen vor 268 Jahren gestorbenen Mann zum Coverhelden gemacht. Der Mann heißt Bach, und das Blatt fragte, ob dieser Bach vielleicht die „ideale Musik“ erfunden habe. Hat er natürlich nicht. Höchste Kunst lässt sich nicht vergleichend bewerten. Nur genießen. Allerdings macht Barockmusik den Genuss ziemlich einfach. Wenn die melodischen Geniestreiche von Albinoni bis Vivaldi auf eine gewisse Formenstrenge treffen, wird das Zuhören zum Vergnügen – so wie bei den drei folgenden neuen Alben.

„Baroque Twitter“ nennt die spanische Sopranistin Nuria Rial (Foto) ihr Werk. Und während man noch überlegt, ob der Titel eine ziemlich doofe Anbiederung an einen gewissen Kurznachrichtendienst ist, erklingt tatsächlich himmlisches Gezwitscher. Rial und ihr musikalischer Partner, der Blockflötist Maurice Steger, haben sich auf die Suche nach Musik aus Arien und Konzerten des Barock gemacht, in der Vogelstimmen imitiert werden. Das klingt überaus inspiriert und frühlingshaft. Ebenso unverbraucht frisch – und ebenfalls mit Blockflöte – stöbert das junge Ensemble „4 Times Baroque“ aus Frankfurt am Main auf seinem CD-Debüt in Werken des italienischen Hochbarocks. Dabei findet es nicht nur die üblichen Verdächtigen, sondern auch eher unbekannte Komponisten wie Pierre Prowo oder Tarquinio Merula. Und wo erscheint endlich Bach? Auf „Baroque“, dem neuen Album von Nils Mönkemeyer. Der Bratschist besetzt seit Langem eine Marktlücke: Er interpretiert Werke, die eigentlich für andere Streichinstrumente geschrieben wurden, auf seiner Viola. Hier zum Beispiel eine Bach'sche Cellosuite. Nicht lieblich, eher herb. Ideal? Zumindest nah dran. Tobias Schmitz

Rial/Steger: **„Baroque Twitter“,** Nils Mönkemeyer: **„Baroque“,** 4 Times Baroque: **„Caught in Italian Virtuosity“** ★★★★☆

FOTO: MERCÈ RIAL



Gleich passiert's: Yvonne (Emily Watson) und Mark (Ben Chaplin)

Quickie in der Krypta

Eine mörderische Affäre: Emily Watson glänzt im BBC-Vierteiler „Nachdem ich ihm begegnet bin“

Du hast mich so leicht eingefangen. Ich habe das Gefühl, dass ich nur darauf gewartet habe, eingefangen zu werden“, schreibt Yvonne Carmichael in ihr Tagebuch. In der Tat war alles sehr schnell gegangen. Nach einer Anhörung im Londoner Parlamentsgebäude hatte sich die renommierte Genforscherin von einem attraktiven Unbekannten zu einer Führung durch die Kapelle und deren Krypta im Keller überreden – und sich von ihm verführen lassen.

Bevor sie ihn traf, sei sie eine zivilisierte Frau gewesen, sinniert Yvonne gleich zu Beginn, intensiv und unaufgeregt gespielt von Emily Watson . „Zivilisiert. Heute weiß ich nicht mehr, was das bedeutet.“ Die Kamera entfernt sich von ihrem Gesicht, und wir begreifen, dass sie in einem Gefängnisbus sitzt, der über eine Themsebrücke rollt. Einige Augenblicke später wird sie ins Gericht geführt. Sie nimmt Platz. Sie trägt Handschellen. Die Anklage: Mord.

Zivilisiert, das heißt: ein arriviertes Leben mit Ehemann, zwei erwachsenen Kindern in einem hübschen Haus mit großem Garten. Dann kam die Affäre mit dem mysteriösen Mann, der sich Mark nennt und aus dem man nicht so richtig schlau wird. Und: Geht ihr Gatte womöglich auch fremd, mit einer Studentin? Schlimmer noch: Sie wird von einem Kollegen vergewaltigt, kann die schreckliche Tat aber nicht der Polizei melden, weil sonst auch ihr Ehebruch auffliegen könnte. Höchst kompliziert.

„Nachdem ich ihm begegnet bin“ ist weit mehr als nur eine dieser üblichen schwülen Fatal Attractions. Der auf Louise Doughtys Bestseller „Ein Schritt zu weit“ basierende BBC-Vierteiler, aktuell auf DVD erschienen, ist vielmehr eine voltenreiche Melange aus Justiz-Krimi, Film noir, Familiendrama und Erotik-Thriller. Und beeindruckt als Charakterstudie einer modernen, selbstbewussten Frau über 50, der hier eine Gebrochenheit und moralische Komplexität zugestanden wird. Immer noch eine Seltenheit.

Bernd Teichmann

★★★★☆

KINO

Einst hoffnungsvoller **„Spielmacher“,** nun Ex-Knacki ohne Perspektive: Weil der wortkarge Ivo (Frederick Lau) die Laufwege im wahren Leben nicht so gut beherrscht wie auf dem Fußballfeld, lässt er sich von einem kriminellen Spielhallenbesitzer (Oliver Masucci) ins Sportwetten-Business ziehen. Das klappt gut, bis die Liebe dazwischenkommt. In Sachen Unvorhersehbarkeit spielt Timon Modersohns Regiedebüt nicht gerade an der Spitze, landet aber dank ansprechender Kamera-Arbeit und einem starken Schauspieler-Ensemble in der oberen Tabellenhälfte. ★★★☆☆

Da weiß man doch gleich, was man hat: **„Steig. Nicht. Aus!“** Wotan Wilke Möhring ist als halbseidener Bauunternehmer mit seinen beiden Kindern unterwegs zur Schule, als sein Handy klingelt: „Wenn einer von euch aufsteht, bumm!“ Unter den Autositzen stecken zwei Bomben, und jetzt ist die Frage, wer der Anrufer ist und woher das geforderte Lösegeld kommen soll. Christian Alwart, einer der wenigen Genre-Könner hierzulande, zeigt, was er draufhat. Ein sehr kurzweiliger Höllentrip. ★★★★☆

TV

Veronica Ferres begeht Fahrerflucht, Andreas Bourani probiert Menschenfleisch, und Jasmin Wagner hat heimlich ein Kind mit Fahri Yardim. Mehr wollen wir aber nicht über die zweite Staffel von **„jerks.“** (Maxdome) verraten. Muss man unbedingt selbst angucken, weil es hierzulande eine so radikale und komische Prominenten-Selbstbespiegelung noch nicht gab. Angeführt von Christian Ulmen und Yardim, die sich, wie alle anderen hier, selbst spielen und ungehemmt zum Trottel machen. ★★★★☆

STERN BESTSELLER

Belletristik

1 (1) **Strafe**
Ferdinand von Schirach (Luchterhand)

2 (17) **Die Schmahamas-Verschwörung**
Paluten, Klaas Kern (Community Editions)

3 (2) **Am Abgrund lässt man gern den Vortritt**
Jörg Maurer (Fischer Scherz)

„Die meisten Rheinlieder handeln doch davon – vom Küssen, und vom Wein, und ja: vom Vaterland. Dem Wein spreche ich gern zu, mit dem Vaterländischen habe ich es nicht so, und die heißen Küsse, fürchte ich, sind für mich Vergangenheit."

aus: „Alles fließt" von Elke Heidenreich (Platz 14)

4 (3) **Kaiserschmarrndrama**
Rita Falk (DTV)

5 (4) **Mein Herz in zwei Welten**
Jojo Moyes (Wunderlich)

6 (5) **Der große Plan**
Wolfgang Schorlau (Kiepenheuer & Witsch)

7 (6) **Die Geschichte des Wassers**
Maja Lunde (BTB)

8 (7) **Die Geschichte der Bienen**
Maja Lunde (BTB)

9 (9) **Save Me**
Mona Kasten (Lyx)

10 (8) **Olga**
Bernhard Schlink (Diogenes)

11 (11) **Es ist nur eine Phase, Hase**
Leo Maxim und Jochen Gutsch (Ullstein Extra)

12 (10) **Gregs Tagebuch 12 – Und tschüss!**
Jeff Kinney (Baumhaus)

13 (–) **Der Zopf**
Laetitia Colombani (S. Fischer)

14 (WE) **Alles fließt. Der Rhein. Eine Reise/Bilder/Geschichten**
Elke Heidenreich (Corso)

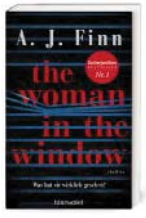
15 (12) **Die Geschichte des verlorenen Kindes**
Elena Ferrante (Suhrkamp)

16 (14) **Tyll**
Daniel Kehlmann (Rowohlt)

17 (19) **Was man von hier aus sehen kann**
Mariana Leky (DuMont)

18 (16) **Das rote Kleid**
Guido Maria Kretschmer (Goldmann)

19 (–) **The Woman in the Window**
A. J. Finn (Blanvalet)



Dieser Thriller handelt von einer Frau in New York, die den ganzen Tag aus dem Fenster guckt und Leute beobachtet. So etwas kennt man auch hierzulande, schauen Sie beim nächsten Stadtspaziergang mal an den Häusern hoch: Irgendwo sitzt garantiert jemand am geöffneten Fenster, mit Kissen zwischen Unterarmen und Fensterbank. Diesen Typus Mensch hat Ilse Aichinger in ihrer 1953 erschienenen Kurzgeschichte „Das Fenster-Theater" beschrieben, mit den wunderbaren Sätzen: „Die Frau hatte den starren Blick neugieriger Leute, die unersättlich sind. Es hatte ihr noch niemand den Gefallen getan, vor ihrem Haus niedergefahren zu werden."

20 (14) **Mein Lotta-Leben 13 – Wenn die Frösche zweimal quaken**
Alice Pantermüller, Daniela Kohl (Arena)

Sachbuch

1 (1) **Der Skandal der Skandale**
Manfred Lütz (Herder)

2 (5) **Der Ernährungskompass**
Bas Kast (C. Bertelsmann)

3 (–) **Mit den Händen sehen**
Hans-Wilhelm Müller-Wohlfahrt (Insel)

Die guten Geister, die in der Notfallambulanz arbeiten, kennen ihre Pappenheimer. Menschen, die aus einem Grummeln im Bauch oder einem kleinen Schnitt am Finger vom Möhrchenschälen die ganz große Leidensoper inszenieren und unbedingt chefärztlich betreut werden müssen – und zwar sofort. Kommen wir damit zu den Fußballprofis: Das sind diese volltätowierten Männer mit den verrückten Frisuren, die beim kleinsten Körperkontakt drei Überschläge machen und dann schmerzverzerrt aufs Gras hauen. Und die dann nach einem Arzt rufen, am liebsten nach Doktor Müller-Wohlfahrt. 20 Sekunden später rennen sie wieder munter übers Feld. Wie man da als Arzt reagiert? Am besten gar nicht.

4 (2) **Feuer und Zorn**
Michael Wolff (Rowohlt)

5 (3) **Eine kurze Geschichte der Menschheit**
Yuval Noah Harari (Pantheon)

6 (17) **Die Schulz-Story**
Markus Feldenkirchen (DVA)

7 (6) **Intervallfasten**
Petra Bracht (Gräfe und Unzer)

8 (9) **Das Kind in dir muss Heimat finden**
Stefanie Stahl (Kailash)

9 (12) **Zeit der Zauberer**
Wolfram Eilenberger (Klett-Cotta)

10 (11) **Jamies 5-Zutaten-Küche**
Jamie Oliver (Dorling Kindersley)

11 (4) **Würde**
Gerald Hüther (Knaus)

12 (–) **Call of Beauty**
Paola Maria (Community Editions)

13 (8) **Schlank! und gesund mit der Doc Fleck Methode**
Anne Fleck, Su Vössing (Becker Joest Volk)

14 (14) **Am Arsch vorbei geht auch ein Weg**
Alexandra Reinwarth (MVG Verlag)

15 (10) **Schluss mit euren ewigen Mogelpackungen!**
Peter Hahne (Lübbe)

16 (–) **Kochen mit Martina und Moritz – Das Beste aus 30 Jahren**
Martina Meuth, Bernd „Moritz" Neuner-Duttenhofer (Becker Joest Volk)

17 (7) **Nächste Ausfahrt Zukunft**
Ranga Yogeshwar (Kiepenheuer & Witsch)

18 (18) **Darm mit Charme. Aktualisierte Neuauflage**
Giulia Enders (Ullstein)

19 (WE) **Die Ernährungs-Docs – Starke Gelenke**
Matthias Riedl, Anne Fleck, Jörn Klasen (ZS Verlag)

20 (13) **Die Ernährungs-Docs**
Matthias Riedl, Anne Fleck, Jörn Klasen (ZS Verlag)

Wirklich wichtige Fakten über Paola Maria

- Beauty-Expertin und Video-Bloggerin, Halbitalienerin und Kölnerin
- Ihr Sternzeichen ist Waage.
- Hat seit kurzer Zeit einen zweiten Zwergspitz.
- Ihr Ehemann Sascha ist ebenfalls ein Youtube-Star.
- Typisches Zitat: „Das beste Make-up ist nichts ohne eine gute Basis."

zu: „Call of Beauty" (Platz 12)

QUELLE: KINO: MEDIA CONTROL GMBH/RENTRAK; BUCH UND MUSIK: MEDIA CONTROL GMBH, BADEN-BADEN; (–) = NEUEINSTIEG; (WE) = WIEDEREINSTIEG

Die *stern*-Bestseller gibt's auch online unter www.stern.de/bestseller

Album

1 (–) **Fast Life**
Azet

Eine Autogrammstunde aus der Abteilung HipHop im Elektronik-Markt im Bahnhof Altona? Kann sich nur um die 187 Strassenbande handeln, dachte die Hamburger Polizei – die berüchtigten Lokalhelden hatten dort schon im vergangenen Jahr für Chaos gesorgt. Doch die Beamten, mit Großaufgebot angerückt, irrten. Diesmal war Azet zu Besuch, ein Mitglied der rappenden KMN Gang aus dem Dresdner Plattenbau-Viertel Prohlis. Der 25-Jährige war mit den Eltern einst aus dem Kosovo nach Sachsen gezogen, arbeitete in Restaurants und saß wegen Drogenhandels und Körperverletzung im Gefängnis. Rechtzeitig zum Erscheinen seines Soloalbums war er entlassen worden. In Hamburg drängten seine Fans so entschlossen zu ihrem Idol, dass es zu Tumulten kam und die Polizei die Veranstaltung abbrechen musste. Wie friedlich ging es doch bei der 187 Strassenbande zu, da zogen nur Haschischwolken über die Gleise.

2 (2) **Rivalen und Rebellen**
Frei.Wild

3 (1) **Neon**
Rea Garvey

4 (4) **Meteor**
Matthias Reim

5 (–) **Deutsche Vita**
J. B. O.

6 (9) **÷**
Ed Sheeran

7 (10) **Wohlfühlgarantie**
Beatrice Egli

8 (WE) **Im Auge des Sturms**
Santiano

9 (7) **Firepower**
Judas Priest

10 (8) **Na und?!**
Ben Zucker

Kino

1 (2) **Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer**
Das ist für dich, Deutsche Bahn: Auf Emma ist immer Verlass.
Besucher: 189 048; gesamt: 761 845

2 (–) **Ready Player One**

Virtual-Reality-Spektakel mit hohem 80er-Retro-Faktor von Steven Spielberg. Zurück in die Zukunft (nicht so lustig, passt aber hier total gut).
Besucher: 179 892

3 (1) **Peter Hase**
Möhr oder weniger ein Hit.
Besucher: 132 219; gesamt: 1 282 076

4 (3) **Pacific Rim: Uprising**
Trinker-Version: „Pacific Rum: Schlapprising".
Besucher: 38 629; gesamt: 380 121

5 (10) **Fünf Freunde und das Tal der Dinosaurier**
Besser als umgekehrt.
Besucher: 37 990; gesamt: 412 051

6 (5) **Red Sparrow**
Spionage und Sex, eine echt brisante Mischung.
Besucher: 32 175; gesamt: 893 858

7 (4) **Tomb Raider**
Die Kritiker sind sich weltweit einig: eher „Tumb Raider".
Besucher: 29 304; gesamt: 545 425

8 (6) **Die Verlegerin**
Print ist doch noch nicht so ganz tot. Wie schön.
Besucher: 28 785; gesamt: 1 022 463

9 (7) **Black Panther**
Schäfer-Version: „Blök Panther".
Besucher: 28 302; gesamt: 1 695 068

10 (9) **Die Sch'tis in Paris**
Der Beweis: Dany Boon kann inzwischen machen, was er will.
Besucher: 25 681; gesamt: 204 687

Im Auftrag des *stern* ermittelt von mediacontrol

Helfen Sie uns, anderen zu helfen!

Mit Ihrer Spende unterstützen wir ausgewählte Hilfsorganisationen, damit es Menschen in aller Welt besser geht. Unsere *stern*-Redakteure überzeugen sich vor Ort, dass Ihr Geld in guten Händen ist.

Stiftung stern – Hilfe für Menschen e. V.
IBAN DE90 2007 0000 0469 9500 01
BIC DEUTDEHH
www.stiftungstern.de

STIFTUNG STERN
Hilfe für Menschen e.V.

GAMERSCHLAGS KÜCHE

Kichererbsen würzen, pürieren, formen, frittieren. Das ist schon alles. Dazu schmeckt Sesam-Dip

Heiß und knusprig

Falafeln sind Bällchen aus Kichererbsen, leicht herzustellen und eine Alternative zu Fleisch, wenn alle anderen grillen

Bert Gamerschlag ist der kulinarische Experte des *stern*

Das Studentenwerk der Universität Bonn betreibt für deren Geisteswissenschaftler und Juristen die Mensa Nassestraße. Sie hat sich wahrscheinlich gebessert. In den 1980er Jahren aber gab es dort schlimme Dinge, wie den wöchentlichen Rinderbraten mit Tütensauce oder das „Sojazartlett" (für Vegetarier). Im Foyer war stets das Hauptgericht des Tages mit Kreide an eine Tafel gemalt, und durch Wegwischen des oberen Horizontalstrichs im R wurde aus dem Rinder- unweigerlich ein Kinder- und durch Totalstreichung des R ein Inderbraten. Einmal aß ich auch das Sojazartlett. Kurz darauf entdeckte ich parallel zum Markt in der Acherstraße einen arabischen Imbiss. Ich habe die Mensa Nassestraße nie mehr betreten.

Araber waren damals noch selten in der BRD; in Bonn gab es wegen der Botschaften aber einige. Unter denen waren die Syrer allesamt verdächtig, denn die Arabische Republik Syrien gehörten zum „sozialistischen Lager", und der Staatschef Hafiz al-Assad (der Vater des heutigen Fassbombenwerfers) war schon damals als Schlächter bekannt. Jeder Syrer galt als potenzieller Agent. Türkische oder iranische Kommilitonen redeten nicht mit Syrern.

In dem arabischen Imbiss, betrieben von einem Ägypter, war Politik kein Thema. Zwei der Gerichte konnte ich mir als Student leisten: Humus – ein sämiges Püree aus Kichererbsen und Sesampaste. Und Falafeln – Frikadellchen, ebenfalls aus Kichererbsen, aber außen kross und innen von leicht krümeligem Biss und von knoblauchwürzkräuterigem Aroma. Beide waren vegetarisch (adieu, Sojazartlett) und ließen sich sogar kombinieren, indem der Ägypter eine Pitabrottasche mit Humus ausstrich, zwei Falafeln hineindrückte, eine Peperoni und etwas Weißkäse nachschob, Olivenöl und Zitronensaft hinterherträufelte und dies Konstrukt in einer offenen Papiertüte über die Theke reichte. Mit drei Mark war ich dabei.

FOTOS: WOLFGANG SCHARDT; STYLING: MARIA GROSSMANN; FOODSTYLING: ROLAND GEISELMANN

Meine Erfahrungen mit Falafel aktiviere ich, wenn ich mich für die Grillsaison rüste, denn nicht jeder Grillgast isst auch Fleisch; gerade unter jungen Leuten lauern die Veganer. Falafeln sind eine Alternative zum Lammkotelett, weil sie ähnlich gewürzt sind (Knoblauch, Koriander, Kreuzkümmel und so weiter), den Zähnen zu beißen geben und weil sie sättigen. Hinzu kommt, dass die Falafel-Zubereitung nach Al-fresco-Zubereitung geradezu verlangt, denn die Bällchen werden frittiert, und den Duft dieser Verrichtung muss ich nicht zwingend im Haus haben. Draußen, auf einem Campingkocher oder auf einer Kochplatte, ist er mir willkommen.

Für die Zubereitung brauche ich einen ***weiten*** und eher ***flachen Topf*** sowie eine ***Küchenmaschine.*** Ich bin kein Maschinenfreund, aber hier passt sie, denn mit dem Fleischwolf zu arbeiten, so wie früher, wäre eine Qual. Ein digitales ***Bratenthermometer*** ist ebenfalls fast zwingend.

Hier die Falafel-Einkaufsliste: ***getrocknete Kichererbsen, Tahin*** (Sesampaste), ***Zitrone, Essig, Zwiebel, Petersilie, Knoblauch, Backpulver, Semmelbrösel, Chili, Koriander, Kreuzkümmel*** (Cumin), ***Zimt*** und ***Nelkenpfeffer*** (Piment), ***Mehl, Salz, Pfeffer*** und zum Frittieren ***Pflanzenöl (1,5 l).*** Für die begleitende Sesamsauce, die im ganzen Orient zu Falafeln zwingend ist und rasend gut schmeckt, braucht man noch ***Joghurt.***

Nun zum Rezept

Um drei Leute papp- und viere ziemlich satt zu machen, ***weiche ich 250 g getrocknete Kichererbsen über Nacht ein,*** was sie aufs Doppelte anschwellen lässt. Die prallen Kichererbsen lasse ich im Durchschlag abtropfen und gebe sie in die Küchenmaschine, zusammen mit ***1 mittelgroßen Zwiebel*** und ***2 Knoblauchzehen*** (jeweils geschält, versteht sich), ***5 Stängeln Petersilie*** (komplett, nicht nur die Blättchen), ***je ½ TL Chili*** (Pul Biber), ***Zimt*** und ***Piment, je 1 TL Koriander, Kreuzkümmel und Backpulver, 1 EL Mehl, 50 g Semmelbrösel, 2 TL Salz*** und ***10 Umdrehungen*** aus der ***Pfeffermühle.***

Warnung: Mit fertig gegarten Kichererbsen aus dem Glas funktioniert das Rezept nicht (ich habe vor Jahren den Versuch gemacht, wollte Zeit sparen – Desaster).

Ich schalte die Küchenmaschine ein und sehe dem Sensenwerk bei der Arbeit zu. Ist das Gekuller in einen ziemlich feingriesigen Matsch verwandelt, ist das Werk getan.

Wer eine Fritteuse hat, ist jetzt im Vorteil. Der Verfasser bringt dagegen ***1,5 l neutrales Pflanzenöl*** in einem geeigneten ***Topf*** auf ***180 Grad*** und setzt das ***Bratenthermometer*** als Kontrolle ein.

Immer in etwa die richtige Temperatur beizubehalten – das ist das Heikelste an der Zubereitung von Falafeln. Ich ***rolle*** händisch ***6 Bällchen von der Größe einer Walnuss,*** platte sie etwas wie eine fliegende Untertasse ab und ***frittiere*** sie in ***5 Minuten*** schön braun. Es ist sehr hübsch, sie nach ➤

Gern werden die pürierten Kichererbsen nach dem Formen in Sesamsaat gewälzt und dann ausgebacken

dem Abflachen in ***Sesamsaat*** zu wälzen. Die tatsächliche Frittiertemperatur schätze ich auf ***ca. 160 Grad***, da sich die Hitze senkt, sobald ich die kalten Bällchen ins Ölbad gebe (Spritzgefahr). Zunächst bereite ich ein oder zwei Test-Falafeln und sehe zu, die Hitze konstant zu halten. Ist sie zu hoch, werden die Bällchen zu rasch zu braun. Ist sie zu gering, lösen sie sich auf.

Zur Sauce: ***125 g Tahin*** (in türkischen oder arabischen Lebensmittelläden oder in normalen Supermärkten), ***3 EL Joghurt, 4 EL Zitronensaft, ½ EL hellen Essig*** und ***1–2 Knoblauchzehen*** mit dem Schneidstab mixen und mit ***Salz, Pfeffer*** und gemahlenem ***Kreuzkümmel*** abschmecken.

Bei der Zubereitung habe ich mich an dem Rezept von Petra Casparek orientiert, die mit ihrer Mutter Erika Casparek-Türkkan ein sehr gutes Arabien-Kochbuch verfasst hat. Die Mutter schrieb früher über viele Jahre die *stern*-Rezepte und hat ihr Können erfolgreich weitergegeben.

Natürlich interessierte mich, was das Wort Falafel eigentlich heißt. Die folgenden Zeilen sind nichts für Kinder oder gewöhnliche Rezeptleser. Die können jetzt bitte weiterblättern oder einkaufen gehen.

Philologisch Interessierte dagegen mag zu wissen reizen, dass das etymologisch meist sehr gute „Oxford English Dictionary" den Begriff aus dem arabischen „fulful" für Pfeffer herleitet. Ich fand das aber wenig überzeugend, da Falafeln zwar würzig, aber nicht pfeffrig sind.

Also fragte ich eine befreundete kanadische Anthropologin in Kairo, die seit fast 40 Jahren immer irgendwo am Nil lebt, im Sudan schon einmal morgens beim Öffnen der Tür von einem Sechs-Meter-Krokodil begrüßt wurde und die die Stadt Khartum nur verließ, weil Geheimdienstschergen nachts in ihr Haus eindrangen und ihr ein Brotmesser an den Hals hielten.

Carol Berger, so ihr Name, räumte Unkenntnis ein, verwies aber auf ihre Tochter im jordanischen Amman, eine Arabistin und Islamwissenschaftlerin, die per Whatsapp aus dem Stegreif eine koptische, also vorarabisch ägyptische Wurzel des Begriffs nannte, wonach „pha la phel" die Bedeutung „das, was viele Bohnen hat" trägt. Auch, ergänzte die Tochter, ihr Name ist Marie-Jeanne Berger, verwendeten die Ägypter nicht das Wort Falafel, sondern das lokale Wort ta'amiya. Das bedeute so etwas wie „klein und lecker".

Was mich in toto schließen lässt, dass Falafel ***kleines und leckeres Bällchen aus vielen Bohnen*** bedeutet. Hatte ich es nicht im Grunde schon geahnt?

Vorschlag für die Bundestagskantine

Warum ist dies wichtig? Weil vorauszusehen ist, dass die populären Falafeln unseren Populisten nicht schmecken und sie dies damit begründen werden, die Kichererbse sei orientalisch und gehöre nicht zu Deutschland. Darum freute es mich, als ich in anderen Kochbüchern las, in Ägypten würden Falafeln auch aus getrockneten Pferdebohnen (Saubohnen) zubereitet.

Ich entschloss mich, eine Falafel aus ***Lupinen*** herzustellen, aus einer sehr deutschen Bohnenart. Ich verfuhr mit Lupinen gerade wie mit Kichererbsen und erhielt ganz ähnliche, sehr leckere Falafeln. Gut, sie sind substanziell nicht so kohärent wie ihre kichererbsigen Cousinen, aber das passt zum Gedankengang des Populismus.

Ich möchte meine Erfindung darum Beatrix von Storch widmen und anregen, dass auf Antrag der AfD Lupinen-Falafeln (mit deutschem Rapsöl frittiert) bitte in den Speiseplan der Bundestagskantine aufgenommen werden. Dass Falafeln koptischen Ursprungs sind, mag dabei von Hilfe sein. Denn die ägyptischen Kopten waren schon Christen, als die Vorfahren der Deutschen noch Kadaver in die Bäume hängten und sich davor niederwarfen. Für die AfD wäre es also ein Akt der Kulturraumpflege.

Saft vom Riesling

Anfrage im Orient: „Was trinkt man zu Falafeln?" Antwort: „Traubensaft!" Oje, Traubensaft, dann aber bitte unseren eigenen, den nicht so süßen Saft des Rieslings, wie ihn die Obstkelterei van Nahmen vertreibt (und die eigentlich bekannt ist für sortenreine Apfelsäfte). 0,75 Liter kosten 5,95 Euro bei www.vannahmen.de und unter Tel. 02852/96 09 90.

Die Rezepte zum Nachkochen finden Sie online: www.stern.de/sternrezept

VERTRAUENSFRAGE
AM SONNTAG
BamS ganz
bequem
nach Hause!
Bild
am Sonntag
Jetzt bestellen – kein Aufpreis & kein Abo!
01806-717 717* oder bams.de/bestellen
*0,20€ aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk max. 0,60€/Anruf
Deutschland am Sonntag
BILD am SONNTAG
wakt: 101 56890

VOLKER GEHT BALD IN RENTE. WER MACHT DANN SEINEN JOB? „SEIN NACHVOLKER!"

EIN QUANTUM TROST

SCHLECHTE ERFINDUNGEN

FACEBOOK

Von Thomas Gsella

Ich poste morgens: „Hallo, ihr!"
Und zähl die Likes. Zack! Einer!
Am Abend sind es immer vier:
Ich, Inge, Ruth und Reiner.

Am Mittag postet meine Frau:
„Hallihallo, ihr Lieben!"
Am Abend dann der Supergau:
Sie hat wie immer sieben:

Ich, Inge, Reiner und die Ruth;
Dazu Paul, Claire und Anne!
Sie findet Facebook richtig gut.
Ich find es richtig panne.

SÄTZE FÜR DIE EWIGKEIT

Heute: die Abendmassage

„Kannste mal da?"

„Oh, tut das gut."

„Nicht so fest."

„Jetzt noch die andere Seite!"

„Das war's schon?"

Von Andreas Hahn aus Neuss.
Vielen Dank!

94%

aller Molligen können auch Dur singen

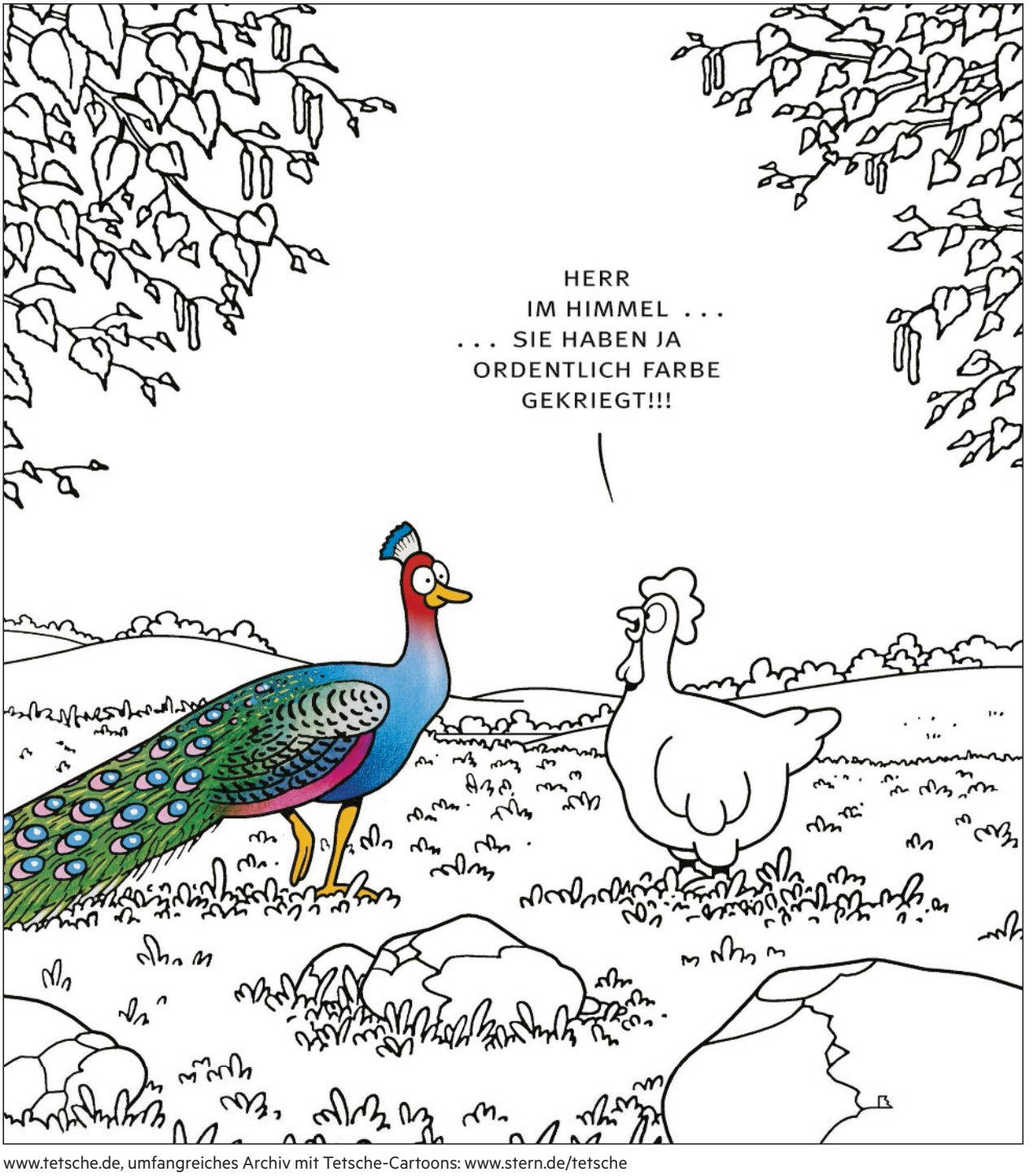
SCHILDERKUNDE

a) Herz-Kreislauf
b) Schloss Neuschwanstein bei Google Maps

Ideen? Anregungen? Kritik?
Schreiben Sie uns: humor@stern.de

CARTOON: SCHÜLERT; LANDSCHULZ; FOTOS: DPA

TETSCHE



www.tetsche.de, umfangreiches Archiv mit Tetsche-Cartoons: www.stern.de/tetsche

Rebus

Diese Abbildungen ergeben zusammen einen neuen Begriff. Lösung aus Heft 15: Menschenleer

WAS MACHT EIGENTLICH?

Carlos Arredondo, 57, mit seiner Frau Melida, 52, im Wohnzimmer des gemeinsamen Hauses in Boston

Carlos Arredondo

Er wurde vor fünf Jahren beim Anschlag auf den Boston-Marathon als „Held mit dem Cowboyhut“ berühmt

Sie standen am 15. April 2013 an der Ziellinie beim Boston-Marathon, als die Bombe explodierte. Was fühlen Sie, wenn Sie heute daran denken?
Der Bombenanschlag war das Schlimmste, was ich je erlebt habe. Ich bin noch immer traumatisiert. Angstzustände kommen und gehen. Wenn ich mich in einer größeren Menge aufhalte, bekomme ich Herzrasen, fange an zu schwitzen und kriege Panik.
Warum waren Sie bei dem Marathon?
Seit ich in Boston lebe, war ich immer mit meiner Familie dort. In dem Jahr wollte unsere Veteranengruppe Soldaten ehren, die im Krieg gestorben sind. Einige von uns sind mit Rucksäcken gelaufen, die Namen von Gefallenen trugen. Auf einem stand der meines Sohnes. Meine Frau und ich haben amerikanische Flaggen verteilt und gejubelt. Ich hielt die letzte Flagge, die ich dabeihatte, in der Hand, als die erste Bombe explodierte.
Woran genau erinnern Sie sich?
Vor allem an den lauten Knall. Und den Rauch. Die Leute auf der anderen Straßenseite verschwanden darin, so dicht war er.
Sie haben dann Jeff Bauman geholfen. Das Foto, das zeigt, wie Sie ihn schwer verletzt im Rollstuhl über die Straße schieben, ging um die Welt.
Ich bin sofort über die Absperrung gesprungen und auf die Straße gelaufen. Alles war voller Blut, es regnete Asche. Jeff befand sich ein Stück vor mir in einer Blutlache. Seine Beine waren weg. Sein T-Shirt brannte, ich habe es ausgeschlagen und begonnen, seine Beine abzubinden.
Wie denn das?
Ich habe das Band von meinem Cowboyhut gerissen, damit hat es aber nicht funktioniert. Dann habe ich ein T-Shirt auf dem Boden gefunden und den Ärmel abgerupft, damit ging es. Danach habe ich eine andere Helferin mit einem Rollstuhl entdeckt. Wir haben Jeff in den Rollstuhl gesetzt, ihm gesagt, er solle sich festhalten, und dann sind wir losgerannt Richtung Rettungszelt. Da explodierte die zweite Bombe.
Hatten Sie nicht den Impuls, um Ihr Leben zu laufen?
In Costa Rica habe ich beim Rodeo gearbeitet und war Ersthelfer für das Rote Kreuz. Mein Impuls ist zu helfen.
Nach dem Anschlag wurden Sie als Held gefeiert. Wie haben Sie das empfunden?
Ich war nicht sehr glücklich darüber. Ich wusste von meiner Arbeit, wie dankbar Menschen sein können, wenn sie gerettet werden. Gleichzeitig bringt die Rettung viel Leid mit sich.
In diesem Jahr laufen Sie selbst zum ersten Mal den Marathon.
Ja, die Boston Athletic Association hat alle Ersthelfer eingeladen. Ich werde mein Bestes geben. Doch ich trainiere erst seit Kurzem und werde den Marathon wohl gehend beenden.
Haben Sie noch Kontakt mit Jeff Bauman?
Natürlich. Ich bin eng mit ihm und seiner Familie befreundet. Wir verbringen Weihnachten und Thanksgiving miteinander. Wir reisen zusammen und haben gemeinsame Auftritte, viele davon in Boston, wo wir meist über Widerstandskraft reden. In Kanada haben wir vor Eishockeyprofis über Motivation gesprochen, in Frankreich Überlebende des Anschlags besucht.
In dem Film „Stronger“, der nun in die Kinos kommt, wird Ihre Geschichte erzählt.
Im Film wird es aber so dargestellt, als hätte ich nichts mehr mit ihm zu tun. Das Drehbuch hat wenig mit dem Buch gemein, das Jeff über den Anschlag geschrieben hat. Deshalb gefällt mir der Film nicht besonders. Interview: Annett Heide

Arredondo wurde 1960 in Costa Rica geboren und arbeitete dort beim Rodeo. Seine Liebe dazu drückt er bis heute durch das Tragen von Cowboyhüten aus. Einen solchen hatte er auch auf, als er nach dem Anschlag auf den Boston-Marathon dem schwerstverletzten Verkäufer Jeff Bauman das Leben rettete (kl. Foto). Arredondo lebt seit 1980 in Boston. Sein älterer Sohn starb im Irak-Krieg, sein jüngerer Sohn nahm sich darauf das Leben. Er leidet seither an Depressionen. Kraft gibt ihm seine Arbeit als Friedensaktivist und in der Selbstmordprävention.

FOTOS: M. SCOTT BRAUER/STERN; AP/PICTURE ALLIANCE

Exklusiv für *stern*-Abonnenten:

Jetzt stern-DIGITAL unverbindlich testen!

Lesen Sie 4 Wochen lang kostenlos *stern*-DIGITAL auf Ihrem Endgerät – überall & jederzeit verfügbar.

4 Wochen gratis testen!

Profitieren Sie von allen Vorteilen.

- Für Sie als *stern*-Abonnent 4 Wochen *stern*-DIGITAL gratis.
- Danach lesen Sie zum Vorzugspreis von zzt. 26,- € (inkl. MwSt.) im Jahr.
- Digital auf dem Tablet, Smartphone oder Desktop-PC lesen.
- Erhältlich in allen gängigen App Stores: iTunes, Google Play und Amazon.
- Komfortable Lesemodus-Darstellung für Tablets und Smartphones.
- Bereits mittwochs ab 18 Uhr auf Ihrem Endgerät verfügbar.

Laden im App Store | JETZT BEI Google play | amazon Erhältlich bei amazon

Jetzt *stern*-eUPGRADE sichern:

www.stern.de/upgrade

Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr GmbH & Co KG. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer. Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht.

stern Das Reporter-Magazin

Fahrzeugdarstellung zeigt Sonderausstattung.

EINSTEIGEN UND TÜR ZU, ZU, ZU, ZU, ZU.

Zwei Türen mehr für doppelten Fahrspaß mit optionalem MINI Connected für ein entspanntes Stadterlebnis: Der neue MINI 5-Türer bietet mehr Platz für Mitfahrer und bringt Sie besser vernetzt durch die Stadt. Optional mit an Bord sind innovative Features wie Real Time Traffic Information und Wireless Charging. Jetzt bei Ihrem MINI Partner Probe fahren.

DER NEUE MINI 5-TÜRER.
OPTIONAL MIT MINI CONNECTED.

14.4.-20.4.2018

TV MAGAZIN

MIT 4 EXTRA-SEITEN RÄTSEL

AUTO ODER 20.000 € GEWINNEN!

HIGHLIGHT DER WOCHE

Hard Sun

Wann, wenn nicht jetzt, denken sich Killer kurz vorm Weltuntergang. Agyness Deyn und Jim Sturgess halten als Haudrauf-Polizisten dagegen

ZDF, MO, 22.15 UHR

präsentiert von rtv

Fünf Jahre

Im britischen Dreiteiler „Hard Sun“ klären sehr schöne Ermittler sehr hässliche Verbrechen. Und die nahende Apokalypse macht die Polizeiarbeit nicht gerade einfacher ...

Die Welt geht unter, und zwar bald. Fünf Jahre bleiben, um sich auf die galaktische Katastrophe vorzubereiten. Wenn man denn davon weiß, denn Geheimdienste halten die apokalyptischen Neuigkeiten unter Verschluss, um Panik zu verhindern. Bis ein USB-Stick auftaucht, der die Wahrheit über das rätselhafte Unglück offenbart. Der Leak wird der Bevölkerung schnell als Fälschung verkauft, doch das glauben nicht alle. Menschen, die ohnehin gern Verschwörungen wittern, nutzen die letzten Jahre für Abrechnungen. „Die Psychos werden jetzt alle aus ihren Löchern kommen“, warnt der Londoner Polizist Hicks seine Kollegin Renko. Und in der Tat: Bald gehen zahlreiche Serienkiller um, die kurz vor Schluss noch Rache üben oder Wahnvorstellungen in die Tat umsetzen wollen.

Gerechtigkeit & Armageddon

„Hard Sun“, so viel ist schon nach 20 Minuten klar, setzt auf Klotzen statt Kleckern. Ein Genre-Crossover mit mächtig viel Action, Blut und Dramatik. Erdacht hat sich das Ganze Neil Cross, Schöpfer des unmoralischen Mörderjägers „Luther“. Seine Inspiration: „Stellen Sie sich die Welt vor, die Sie sehen, wenn Sie aus Ihrem Fenster hinausschauen ... nur, dass sie ein Todesurteil bekommen hat. Wie ist es, Recht und Ordnung in einer Stadt durchzusetzen, die sich Tag für Tag der sicheren Zerstörung nähert? Was ist der Sinn von Gerechtigkeit im Angesicht von Armageddon?“

Für die Beantwortung dieser philosophischen Frage bleibt den Ermittlern kaum Zeit: Neben der Jagd auf wildgewordene Rächer müssen sie sich den Geheimdienst vom Hals halten, der sein eigenes Spiel spielt. Und herausfinden, ob sie sich gegenseitig trauen können: Hicks soll seinen letzten Partner getötet haben, während Renko ihren irren Sohn deckt, der auch gern morden würde.

Gespielt werden die Polizisten im Ausnahmezustand vom Ex-Topmodel Agyness Deyn und Frauenschwarm Jim Sturgess, viel Schauwert also auch an dieser Front. Und eine ungewöhnlich komplexe Beziehung der Hauptpersonen: „Am Ende ist jeder von ihnen der Einzige, den der andere hat, aber gleichzeitig machen sie sich gegenseitig wahnsinnig. Es ist ein Spaghetti-Wirrwarr menschlicher Komplikationen“, sagt Jim Sturgess über die Konstellation. In diesem Wirrwarr prügeln sich die Helden auch mal untereinander, wobei die Dame siegt. „Agyness Deyn ist beunruhigend gut darin, Leute zu verprügeln“, verrät Autor Neil Cross über die sportlich-charismatische Hauptdarstellerin.

Zwei Polizisten und ein Spaghetti-Wirrwarr der Komplikationen

Bei all den Gewalttätigkeiten legt Cross übrigens Wert darauf, dass „Hard Sun“ vor allem eine optimistische Geschichte sei. Nun ja. Es ist auf jeden Fall eine lange: Teil 2 und 3 laufen am 22. und 23. April. Über die Audiokanäle 3 und 4 strahlt das ZDF auch die Originalfassung aus.

Montag, ZDF, 22.15 Uhr

Hicks und Renko (Jim Sturgess, Agyness Deyn, o.) sind zur Zusammenarbeit gezwungen, um Killer wie Chapel (Jamie Sives, M.l.) zu stoppen. Geheimdienst-Agentin Morrigan (Nikki Amuka-Bird) nutzt Renkos Sohn Daniel (Jojo Macari), um die Ermittlerin zu erpressen

Titelfoto: ZDF/Robert Viglasky | Fotos: ZDF | Text: Oliver Kinser

Unsere Seereisedienst Reiseleitung betreut Sie auf Ihrer Reise

Typisch Seereisedienst!

- ✔ Schon ab **€ 390,- p.P.**
- ✔ Bequeme Bus An- und Abreise mit ZWÜ/F nur **€ 179,- p.P.**
- ✔ Flug An- und Abreise inkl. Hafentransfere ab **€ 269,- p.P.**

Top Frühbucherpreise: Kanaren, Madeira, Malta, Livorno, Messina & viel mehr

MSC Sinfonia Komfortklasse Superior°

Reisetermine 2018/19
inkl. Bus An- und Abreisetage

Reise 1
b) 24.11. - 06.12.18
e) 16.12. - 28.12.18
s) 07.01. - 19.01.19
a) 17.01. - 29.01.19
c) 19.02. - 03.03.19
d) 24.03. - 05.04.19

Reise 2
b) 12.11. - 26.11.18
a) 04.12. - 18.12.18
e) 26.12. - 09.01.19
b) 27.01. - 10.01.19
c) 01.03. - 15.03.19
d) 14.04. - 28.04.19

Reisezeit a,b,c,d,e mit Zuschlag
Reisezeit s ohne Zuschlag

Reise 1

Reise 1: Mallorca, Malta, Messina & mehr

Tag	Hafen	An	Ab
01.	Bus Anreise von versch. Abfahrtsorten m. ZWÜ/F		
02.	**Genua/**Italien		17.00
03.	**Marseille/**Frankreich	08.00	18.00
04.	**Barcelona**/Spanien	09.00	18.00
05.	**Valencia/**Spanien	09.00	18.00
06.	**Palma de Mallorca/**Spanien	09.00	21.00
07.	Erholung auf See	-	-
08.	**Valletta/**Malta	08.00	18.00
09.	**Messina/**Sizilien	08.00	14.00
10.	**Civitavecchia/**Rom/Italien	09.00	19.00
11.	**Livorno/**Italien	08.00	18.00
12.	**Genua/**Italien	08.00	
12.	Busrückreise mit ZWÜ/F		
13.	Busankunft an versch. Ausgangsorten		

Reise 2: Kanaren, Madeira, Cartagena & mehr

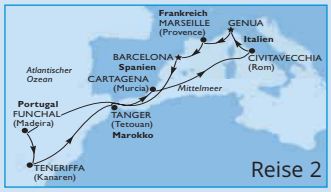
Tag	Hafen	An	Ab
01.	Bus Anreise von versch. Abfahrtsorten m. ZWÜ/F		
02.	**Genua/**Italien		17.00
03.	**Marseille/**Frankreich	08.00	18.00
04.	**Barcelona**/Spanien	09.00	18.00
05.	Erholung auf See	-	-
06.	Erholung auf See	-	-
07.	**Funchal/**Madeira	08.00	16.00
08.	**Sta. Cruz**/Teneriffa/Spanien	09.00	16.00
09.	Erholung auf See	-	-
10.	**Tanger/**Marokko	08.00	14.00
11.	**Cartagena/**Spanien	09.00	18.00
12.	Erholung auf See	-	-
13.	**Civitavecchia/**Rom/Italien	09.00	19.00
14.	**Genua/**Italien	08.00	
14.	Busrückreise mit ZWÜ/F		
15.	Busankunft an versch. Ausgangsorten		

KREUZFAHRTPREISE p.P. IN EURO		Seereisedienst Preis bei Buchung	
Kategorie	**Deck**	**bis 24.04.18**	**ab 25.04.18**
Roulette Innen	Verschiedene	390,-	1.079,-
Bella Innen	Untere/mittlere	440,-	1.199,-
Fantastica Innen	Untere/mittlere/obere	520,-	1.289,-
Bella Außen*	Untere	590,-	1.479,-
Fantastica Außen	Untere/mittlere/obere	690,-	1.599,-
Fantastica Balkon	Mittlere/obere	990,-	2.099,-
Fantastica Suite Balkon	Obere	1.190,-	2.699,-
Aurea Suite Balkon▼	Obere	1.490,-	3.029,-

- **Zuschlag Reise 1 Saison** a) + € 29,- b) + € 39,- c) + € 129,- d) + € 199,- e) + € 349,- p.P. s) ohne Zuschlag
- **Zuschlag Reise 2 Saison** a) + € 129,- b) + € 199,- c) + € 269,- d) + € 499,- e) + € 799,- p.P. s) ohne Zuschlag

▼**Kat. Aurea inklusive 24 Std. Premium All-Inclusive Getränkepaket & exklusiver, separater Restaurantbereich zum Abendessen**

- EK-Zuschlag 80%
- * leichte Sichtbehinderung
- ° Schiffsklassifizierung nach eigener Einschätzung
- Kinder und Jugendliche bis einschließl. 17 Jahre in der Kabine mit 2 Vollzahlern Festpreis € 199,- p.K.
- Flug An- und Abreise nach Verfügbarkeit ab € 269,- p.P. inkl. Transfer Flughafen - Schiff - Flughafen
- Bus An- und Abreise inkl ZWÜ/F auf der Hin- und Rückfahrt nur € 179,- p.P.
- **Busabfahrtsorte:** Bielefeld, Braunschweig, Dortmund, Düsseldorf, Essen, Frankfurt, Freiburg, Hannover, Hamburg, Karlsruhe, Kassel, Köln, Koblenz, Mainz, Mannheim, München, Nürnberg, Stuttgart
- **Inkludierte Leistungen:** Vollpension, deutschsprachige Reiseleitung, Unterhaltungsprogramm an Bord.
- **Nicht eingeschlossen sind:** Ausgaben für Landausflüge, weitere persönliche Ausgaben, auf dem Bordkonto vorgemerkte Trinkgelder € 10,- p.P./Nacht (Empfehlung)
- **Optional zubuchbar:** Premium All-Inclusive Getränkepaket € 21,- p.E./Tag (bei Aurea inkl.)
- **Sonstige Hinweise Reise 1:** Personalausweis, **Reise 2:** Reisepass mit 6-monatiger Gültigkeit nach Reiseende erforderlich
- Veranstalter: MSC Cruises S.A., Avenue Eugene Pittard 40, 1206 Genf (Schweiz)



Reise 2

Wir empfehlen eine Buchung über:
WWW.**SEEREISEDIENST**.DE

0203/30 98 00
Mo. bis Fr. 09.00 - 18.00 Uhr
Sa. & So. 10.00 - 17.00 Uhr

ATLANTIC SEEREISEDIENST

TÜV SÜD
www.seereisedienst.de/zert-info

Eine Marke der Elbflorenz Reisedienst GmbH & Co. KG
Vinckeweg 21, 47119 Duisburg

Heino Ferch

„Immer voll konzentrieren!“

Als seine Tochter entführt wird, muss sich **„Der Richter“** Dr. Joachim Glahn zwischen der Verurteilung eines angeklagten Mörders und dem Wohl seiner Familie entscheiden. Starke Rolle für **Heino Ferch**

Richter Dr. Joachim Glahn (Heino Ferch) will Tochter Luise (Elisa Schlott) eine Stelle vermitteln. Sie aber hat andere Pläne

Fotos und Text: ZDF

Dass der Abrissunternehmer Holger Wieland der Schuldige in einem Mordfall ist, dessen ist sich Richter Glahn (Heino Ferch) sicher. Er pocht auf ein baldiges Urteil, doch eine noch unsichere Beweislage hält den Prozess am Laufen. Als dann jedoch seine Tochter Luise entführt wird, muss der Richter feststellen, dass hinter der einfachen Mordanklage gegen einen Einzelnen eine ganze Gruppe gefährlicher Hintermänner steht ...

Wegen Mordes angeklagt: Abrissunternehmer Wieland (Wolfram Koch)

Mit „Der Richter“ wollen die Produzenten Rainer Jahreis und Gabriele Jung das Bewusstsein für den gesellschaftspolitisch wichtigen Beruf des Juristen stärken. Regisseur Markus Imboden („Auf ewig und einen Tag“) konnte sich bei der Inszenierung ganz auf seine Bestbesetzung verlassen: Neben dem glänzend aufgelegten Heino Ferch (der gerade im Kinofilm „Hot Dog“ und im TV-Film „Ku’damm 59“ zu sehen war) überzeugen Gesine Cukrowski (als Ehefrau des Richters), Elisa Schlott (Tochter), Wolfram Koch (als mordverdächtiger Wieland) sowie Francis Fulton-Smith (als Wielands Strafverteidiger). Im Interview erzählt Ferch von seiner Rolle als Richter, der aus Angst um das Leben der Tochter bis dahin unerschütterliche Ideale begraben muss.

Herr Ferch, was waren Ihre ersten Gedanken, als Sie das Drehbuch gelesen haben?

Das Interessante an dem Buch war für mich die komplette Fallhöhe: Der Mann beginnt ganz etabliert und durchaus souverän und von sich eingenommen: als Staatsmann, als Richter, als jemand, der Urteile fällt. Ganz am Schluss steht letztlich das gesamte Leben für ihn infrage.

„Da ist natürlich die Angst, dass man selber etwas forciert hat, das man nun privat ausbaden muss.“

Welchen Herausforderungen muss sich Ihre Figur Dr. Joachim Glahn stellen?

Er kommt in Situationen, die ihm teilweise keine Auswege lassen. Wenn das eigene Kind entführt wird, das ist eine ganz schlimme Erfahrung. Man ist hilflos und weiß nicht, ob man selber etwas falsch gemacht hat. In dem Fall geht es auch darum, was gerade beruflich bei ihm verhandelt wird, und da ist natürlich die Angst, dass man vielleicht selber etwas forciert hat, das man nun privat ausbaden muss, ganz furchtbar.

Wie würden Sie diesen Richter beschreiben?

Er ist selber aus kleinen Verhältnissen. Seine Mutter lebt noch in der Wohnung, in der er aufgewachsen ist. Er selber steht am Schluss mit dem, was passiert ist, und mit dem, was er beinahe getan hätte, vor der Wand und braucht erst mal Zeit zu begreifen, wo er im Leben steht oder wie es weitergehen könnte.

Sie sind selbst Familienvater. Wie war das für Sie, in die Rolle eines Mannes zu schlüpfen, dessen Tochter entführt wurde?

Das ist furchtbar, weil man keinen Einfluss darauf hat, was passiert. Ist man besser beraten, wenn man die Profis das machen lässt, oder kann man überhaupt dasitzen und nichts geschieht? Da wird man wahnsinnig.

Der Film hat auch einen aktuellen Bezug ...

Ich habe gelesen, dass die neue Regierung verstärkt gegen Clans vorgehen möchte. Vor den Dreharbeiten habe ich eine ehemalige Richterin getroffen, die sich selber nicht mehr sicher gefühlt hat. Sie hat gesagt, mein Urteil, das vielleicht Menschen ins Gefängnis bringt, da gibt es andere, die sich dafür rächen können.

Man sieht Sie in sehr vielen ganz verschiedenen Rollen. Wie stellen Sie sich auf diese unterschiedlichen Charaktere ein?

Immer voll konzentrieren auf das, was gerade angesagt ist. Bücher ernst nehmen, gute Szenen ernst nehmen, vorbereiten und das Gefühl von hier leben lassen.

Wie würden Sie den Film „Der Richter“ zusammenfassen?

Eine hoffentlich gelungene Mischung aus Drama, Familiendrama, Crime und ein bisschen Thriller. Spannend.

Mo
20.15
ZDF

Der Richter
Gesellschaftspolitisch, spannend, aktuell

sonnenklar.TV
viel. mehr. urlaub.

ÖSTERREICH – SALZBURGER LAND

7 Nächte mit All Inclusive Light in Ihrem 3-Sterne-Landhaus Ena

Lage: Verbringen Sie Ihren Urlaub im beliebten Ferienort Filzmoos im Salzburger Land. Ihr Landhaus befindet sich nur wenige Gehminuten vom Zentrum entfernt. Salzburg liegt ca. 50 km entfernt.

Ausstattung: Ihr Landhaus besteht aus 15 Zimmern und bietet **kostenloses WLAN**, Restaurant, Sauna und eine Terrasse zum Entspannen.

Unterbringung: Die Doppelzimmer bieten Dusche/WC, Föhn und Balkon.

Salzburger Sportwelt-Card: Sie erhalten beispielsweise Ermäßigungen auf den Freizeitpark Filzmoos, die Papageno-Gondelbahn und die Dachstein-Gletscherbahn.

Preise & Termine 2018 in Euro pro Person im DZ

Saison	Anreise Sonntag (7 Nächte)	Angebotspreis (7 Nächte)	[2] Hotelpreis inkl. HP (7 Nächte)
S1	15.04./ 22.04.	222,-	420,-
A	29.04./ 06.05.	259,-	420,-
B	20.05. / 27.05. /16.09./ 23.09./ 07.10. - 28.10.	279,-	420,-
C	03.06. - 01.07. / 09.09.	299,-	420,-
D	08.07. - 19.08.	329,-	455,-

DOPPELZIMMER MIT 2 ZUSTELLBETTEN ZUSCHLAGFREI!

Landhaus Ena

Ihre All Inclusive Light Leistungen:

- Täglich reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Lunchpaket vom Frühstücksbuffet
- 3-Gang-Wahlmenü oder Buffet am Abend
- 1 x pro Woche Grillabend
- Alkoholfreie Getränke (10:00 - 21:00 Uhr)
- Hauswein rot/weiß und Bier vom Fass (18:00 - 21:00 Uhr)

statt ~~€ 420,-~~ [2] p.P.

ab € 222,-* p.P.

SIE SPAREN BIS ZU € 198,- p.P.

IHRE INKLUSIVLEISTUNGEN:

- **7 Nächte** in Ihrem 3-Sterne-Landhaus Ena im Doppelzimmer
- **All Inclusive Light Verpflegung**
- Salzburger Sportwelt-Card mit vielen Ermäßigungen
- **Kostenloses WLAN**
- Kostenlose Nutzung der Sauna
- Parkplatz (nach Verfügbarkeit)

Wunschleistungen: DZ mit 2 Zustellbetten und Einzelzimmer zuschlagfrei.
Kinderermäßigung: (im Zimmer mit 2 Vollzahlern) 1-2 Kinder bis Ende 5 Jahre: 100%, beim 1. Kind von 6 bis Ende 14 Jahre 50%, von 15 bis Ende 17 Jahre 20% Ermäßigung und beim 2. Kind von 6 bis Ende 13 Jahre 50% und von 14 bis Ende 17 Jahre 20% Ermäßigung. **Nicht inklusive (vor Ort zu zahlen):** Kurtaxe: ca. € 2,- p.P./ Nacht (ab 15 Jahren).

IHR BUCHUNGSCODE: B 190 398

DEUTSCHLAND – BAYERISCHER WALD

7 Nächte mit All Inclusive Light in ausgewählten Hotels

Lage: Bei dieser Überraschungsreise überlassen Sie uns die Wahl Ihrer Unterkunft. Ihre Roulette-Hotels befinden sich alle im Bayerischen Wald, zum Beispiel in Viechtach, Drachselsried, St. Englmar und Umgebung.

Ausstattung: Alle Hotels verfügen über Restaurant, **Hallenbad** und Lift.

Unterbringung: Die Doppelzimmer verfügen über Bad oder Dusche/WC, Föhn, TV, Telefon, Radio und teilweise Balkon.

Wellness: Sauna und Dampfbad stehen Ihnen gebührenfrei zur Verfügung. Massagen und Kosmetikanwendungen sind gegen Gebühr.

Preise & Termine 2018 in Euro pro Person im DZ

Saison	Anreise Sonntag (7 Nächte)	Angebotspreis (7 Nächte)	[1] Regulärpreis (7 Nächte)
A	20.04. - 09.12.	199,-	339,-

ALLE TERMINE = 1 PREIS!

Bayerischer Wald

Ihre All Inclusive Light Leistungen:

- Täglich reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Mittagssnack
- Nachmittags Kaffee/Tee und Gebäck
- Buffet am Abend
- Ausgewählte alkoholfreie Getränke wie Wasser, Säfte und Schorlen (12:00 - 20:00 Uhr)
- Ausgewählte alkoholische Getränke wie Bier vom Fass und Hauswein zum Abendessen (18:00 - 20:00 Uhr)

statt ~~€ 339,-~~ [1] p.P.

ab € 199,-* p.P.

SIE SPAREN BIS ZU € 140,- p.P.

IHRE INKLUSIVLEISTUNGEN:

- **7 Nächte** in ausgewählten Hotels im Doppelzimmer
- **All Inclusive Light Verpflegung**
- **Nutzung des Hallenbades**
- Parkplatz (nach Verfügbarkeit)

Wunschleistungen: Doppelzimmer mit 1 Zustellbett: zuschlagfrei.
Kinderermäßigung: (im Zimmer mit 2 Vollzahlern) 1 Kind bis Ende 8 Jahre: 100% und von 9 bis 12 Jahre 50% Ermäßigung. **Nicht inklusive (vor Ort zu zahlen):** Kurtaxe: ca. € 1,70 p.P./Tag ab 18 Jahren und ca. € 0,50 p.P./Tag von 6 bis Ende 17 Jahre.

IHR BUCHUNGSCODE: B 190 476

Sichern Sie sich jetzt Ihren Wunschtermin täglich von 08:00 bis 22:00 Uhr unter:
oder in einem von über 280 sonnenklar.TV-Reisebüros!

089 - 710 456 326

www.sonnenklar.TV/rtv

*Buchbar bis zum 29.04.2018. [1]Regulärpreise buchbar ab 30.04.2018 unter B 190 527.
[2] Offizieller Hotelpreis zum Stand der Drucklegung. sonnenklar.TV ist eine Marke der Euvia Travel GmbH. Reiseveranstalter ist die BigXtra Touristik GmbH (Landsberger Str.88, 80339 München). Es gelten die Reise- und Zahlungsbedingungen (einseh- und abrufbar unter www.bigxtra.de) des Reiseveranstalters. Mit Erhalt der Buchungsbestätigung des Reiseveranstalters und Zugang des Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Sterneklassifizierung der Unterbringung nach Landeskategorie.

ANZEIGE

Sexuelle Schwäche:

Wenn Mann nicht kann!

Natürliches Arzneimittel verspricht Hilfe

Wenn es im Bett nicht mehr so klappt wie früher, kann das Selbstbewusstsein von Männern stark beeinträchtigt werden. Denn **sexuelle Schwäche** passt einfach nicht ins Bild des „starken, potenten Mannes“. Daher schweigen viele ihre Probleme im Bett lieber tot, anstatt etwas dagegen zu unternehmen. Die gute Nachricht: Mit einem natürlichen Arzneimittel können Männer ihre Manneskraft zurückgewinnen.

Jeder Dritte ab 60 ist betroffen

Sexuelle Schwäche ist weiter verbreitet, als man vielleicht denkt. Etwa 6 Millionen Männer in Deutschland sind von sexueller Schwäche betroffen, vor allem mit zunehmendem Alter: Über 60 leidet bereits jeder Dritte an sexueller Schwäche. Diese äußert sich häufig durch Erektionsstörungen oder sexuelle Unlust. Doch was kann wirksam dagegen helfen?

Natürliches Arzneimittel begeistert Betroffene

Zahlreiche Betroffene vertrauen mittlerweile auf ein natürliches, rezeptfreies Arzneimittel namens Deseo. Der darin enthaltene Arzneistoff wird aus einer Pflanze extrahiert, die vor allem in Mexiko beheimatet ist (Turnera diffusa). Bereits die Maya nutzten diesen Wirkstoff als Aphrodisiakum, das verloren gegangene Manneskraft zurückbringen soll. In Deutschland galt der Wirkstoff lange Zeit als Geheimtipp. Doch nun verspricht er in Deseo auch Betroffenen hierzulande wirksame Hilfe bei sexueller Schwäche.

Entscheidende Vorteile bei Wirkung und Anwendung

Deseo wirkt mit der reinen Kraft der Natur und hat keine bekannten Nebenwirkungen. Die natürliche Wirkkraft ist rezeptfrei erhältlich. Der vielen Männern peinliche Gang zum Arzt kann erspart bleiben. Und was ganz wichtig ist: Das natürliche Arzneimittel muss nicht zu einem bestimmten Zeitpunkt eingenommen werden – ein weiterer, wichtiger Pluspunkt! Denn viele chemische Pillen müssen rechtzeitig vor dem Sex geschluckt werden. Dadurch ist der Geschlechtsakt an einen bestimmten Zeitrahmen gebunden – die Leidenschaft bleibt dabei oft auf der Strecke. Nicht so bei Deseo: Durch die regelmäßige Einnahme kann die wichtige Spontaneität beim Sex erhalten bleiben.

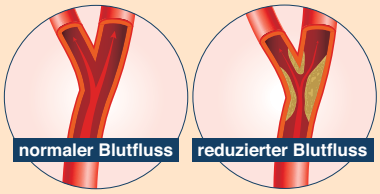
(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Für Ihren Apotheker:
Deseo
(PZN 04884881)

DESEO. Wirkstoff: Turnera diffusa Dil. D4. DESEO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. www.deseo.net • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Verkalkte Gefäße im Alter?
Das sollten Sie wissen!

Erhöhte Cholesterinwerte sind ein Risikofaktor für verkalkte Gefäße und damit für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Genial: Forscher haben einen natürlichen Cholesterin-Senker namens Beta-Glucan entdeckt, der nachweislich das Blutcholesterin reduziert* (jetzt in Mindalin Komplex 26)! Diesen Cholesterin-Senker kombinierten Wissenschaftler nun mit 25 weiteren wichtigen Bausteinen, z. B. Kalium für einen normalen Blutdruck und Thiamin für eine gesunde Herzfunktion. Das Ergebnis: ein einzigartiger Mikro-Nährstoff-Drink namens Mindalin Komplex 26. Jetzt exklusiv in Ihrer Apotheke erhältlich.

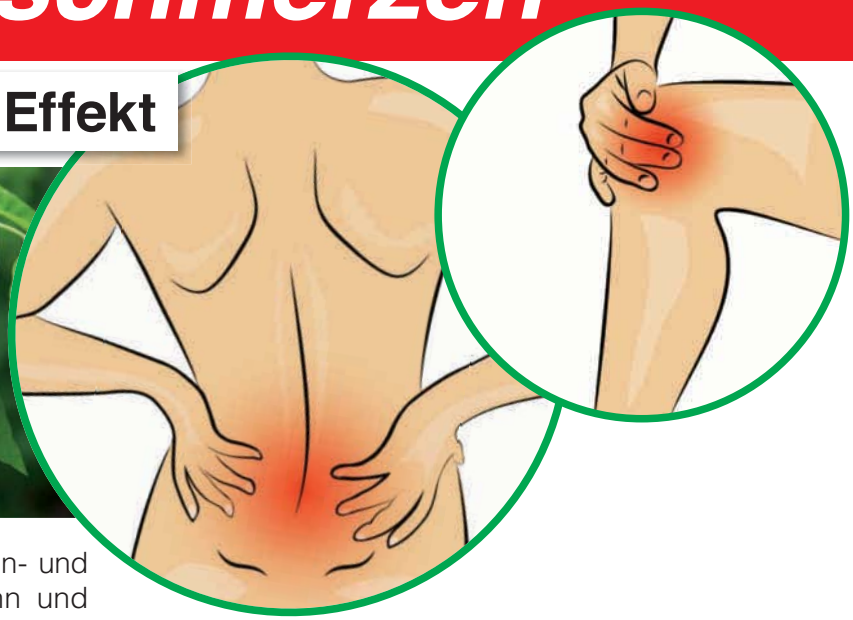


Für Ihren Apotheker:
Mindalin Komplex 26
(PZN 13169019)

*Hafer-Beta-Glucan reduziert nachweislich den Cholesteringehalt im Blut. Das Senken des Cholesterinspiegels kann das Risiko für die koronare Herzerkrankung reduzieren. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Beta-Glucan-Aufnahme von 3g ein.

Wirksame Hilfe bei Rücken- und Gelenkschmerzen

Kleine Tablette, großer Effekt



Eine **natürliche Schmerztablette**, die Rücken- und Gelenkschmerzen wirksam bekämpfen kann und gleichzeitig gut verträglich ist? Ja, die gibt es!

Betroffene fühlen sich wie ausgebremst

Egal, ob bei der täglichen Hausarbeit oder unterwegs in der Natur – wenn sich Rücken- und Gelenkschmerzen ständig bemerkbar machen, schränkt das die Lebensqualität von Betroffenen stark ein. Ein Problem, das viele betrifft: Allein in Deutschland leiden Millionen Menschen unter diesen Schmerzen. Trotzdem nehmen viele sie in Kauf – oftmals aus Angst vor möglichen Nebenwirkungen herkömmlicher chemischer Präparate. Das muss nicht sein! Mittlerweile gibt es eine natürliche Schmerztablette, die wirksam und dabei gut verträglich ist: Rubax Mono (Apotheke, rezeptfrei).

Die etwas andere Schmerztablette

Auf der Suche nach einer natürlichen Behandlung, die Rücken- und Gelenkschmerzen ebenso wirksam wie schonend bekämpft, waren Forscher erfolgreich. Denn ein spezieller Wirkstoff aus einer Arzneipflanze, die vor allem in Nord- und Südamerika wächst, erfüllt diese Kriterien: Er wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen und ist zugleich gut verträglich. Die oft schweren Nebenwirkungen chemischer Schmerzmittel wie Herzbeschwerden oder Magengeschwüre sind nicht bekannt, Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln ebenfalls nicht. Wissenschaftler bereiteten den Wirkstoff für Rubax Mono aufwendig und in spezieller Dosierung als natürliche Schmerztablette auf.

Arzneistoff mit „Allround-Talent“

Genial: Der in Rubax Mono enthaltene natürliche Arzneistoff ist nicht nur wirksam bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Gelenken, Sehnen und Muskeln. Auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft er Linderung. Dasmacht ihn zu einem wahren „Allround-Talent“. Rubax Mono kann in jeder Apotheke rezeptfrei erworben werden und Betroffenen wieder mehr Aktivität und Beweglichkeit schenken.

(Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert)

Anwender berichten:

„Habe Schmerzen im Nacken, wie auch im Bereich der Lendenwirbelsäule. Die Wirkung von Rubax Tabletten ist erstaunlich. Habe Rubax mehrfach weiterempfohlen, mit ebenfalls begeistertem Feedback.“ (Harald G.)

„Durch Schmerzen im Ellenbogen, war ich auf der Suche nach einem Schmerzmittel das den Körper nicht belastet. Habe über Rubax Mono gelesen und dachte nur ‚Teste es ruhig einmal‘. Ich für meine Person kann sagen, es hat super geholfen. Heute geht es dem Ellenbogen wieder gut.“ (Claudia Z.)

Für Ihren Apotheker:

Rubax Mono

(PZN 11222376)

RUBAX MONO. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Trit. D6. RUBAX MONO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehören: Rheumatische Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln, Nervenschmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubax.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

ANZEIGE

Schwindel ist behandelbar

Der einzigartige Dual-Komplex von Taumea Tabletten kann wirksame Hilfe bei Schwindel unterschiedlicher Ursache leisten

(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Millionen Menschen leiden täglich an **Schwindelbeschwerden**. Doch inzwischen gibt es ein natürliches Arzneimittel, das ohne bekannte Nebenwirkungen wirksam helfen kann.

Alles dreht sich, die Erde wankt? Damit sind Sie nicht allein: Jeder Fünfte in Deutschland leidet an Schwindelbeschwerden. Bei manchen Betroffenen dreht sich alles wie in einem Karussell. Andere haben eine plötzliche Gangunsicherheit. Wieder anderen wird schwindelig, wenn sie sich im Liegen umdrehen. Wichtig: Treten Schwindelbeschwerden akut und plötzlich auf, sollte unbedingt ein Arzt aufgesucht werden.

Die Ursache von Schwindelbeschwerden

Um Schwindel erfolgreich zu bekämpfen, muss man seine Ursache verstehen: Das Nervensystem sendet ständig Gleichgewichtsinformationen an unser Gehirn. Wenn jedoch Störungen im Nervensystem die Übertragung behindern, kommen Gleichgewichtsinformationen fehlerhaft im Gehirn an. Die Folge: Schwindelbeschwerden. Langersehnte Hilfe kommt aus der Natur: Taumea (Apotheke, rezeptfrei).

Natürliche Hilfe bei Schwindelbeschwerden

Wissenschaftler entwickelten einen speziellen Dual-Komplex, der bei Schwindelbeschwerden helfen kann. Dieser Dual-Komplex setzt sich zusammen aus den beiden natürlichen Arzneistoffen Anamirta cocculus und Gelsemium sempervirens. Gemäß dem Arzneimittelbild kann Anamirta cocculus das Schwindelgefühl lindern. Gelsemium sempervirens kann Begleiterscheinungen wie Kopfschmerzen und Benommenheit mildern. Das Ergebnis: Die Schwindelbeschwerden können effektiv bekämpft werden.

Überzeugende Wirkung

Zahlreiche Verwender berichten, dass erste positive Effekte von Taumea schnell zu verzeichnen sind. Dabei überzeugt vor allem, dass Taumea 100 % natürlich und gut verträglich ist. Es sind keinerlei Neben- oder Wechselwirkungen bekannt. Das natürliche Arzneimittel ist rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich. Fragen Sie am besten gezielt nach Taumea.

Für Ihren Apotheker:
Taumea
(PZN 07241184)

TAUMEA. Wirkstoffe: Anamirta cocculus Trit./Dil. D4, Gelsemium sempervirens Trit./Dil. D5. TAUMEA wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Besserung der Beschwerden bei Schwindel. www.taumea.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Kribbeln in den Füßen? Taubheitsgefühle?

Die Hauptaufgabe unserer Nerven ist die Signal- und Reizübertragung. Ist diese gestört, können z. B. Kribbeln oder Taubheitsgefühle in den Gliedmaßen auftreten. Die gute Nachricht: Forscher haben einen körpereigenen Nervenbaustein namens Cholin identifiziert (enthalten in Restaxil Komplex 26, Apotheke). Dieser ist Bestandteil der fettreichen Schutzschicht jeder Nervenfaser und trägt zu einem normalen Fettstoffwechsel bei. Wissenschaftler kombinierten diesen essentiellen Nervenbaustein nun mit speziell dosierten Vitaminen und Mineralstoffen, u. a. Thiamin, Vitamin B12 und Kupfer für eine normale Funktion des Nervensystems. Das Ergebnis: ein einzigartiger Mikro-Nährstoffkomplex namens Restaxil Komplex 26.

Für Ihren Apotheker:
Restaxil Komplex 26
(PZN 11024363)

Straffe Haut von innen

„Kollagen trinken, was sonst?!“

Kollagen zum Trinken: straffe Haut mit Fulminan

Sie sind derzeit nicht nur sprichwörtlich in aller Munde: **Spezielle Kollagen-Drinks**, die die Haut von innen straffen sollen. Der Trend aus den USA ist mit Fulminan (Apotheke) auch hierzulande angekommen. Wir haben das Produkt genauer unter die Lupe genommen.

Ein strahlend schöner Teint und straffe Haut ohne Falten – der Wunsch jeder Frau. Jugendliches Aussehen ist gut für das Selbstbewusstsein, man fühlt sich sexy und attraktiv. Doch mit dem Alter lässt die körpereigene Kollagenproduktion nach, ungeliebte Falten entstehen. Hier kommt der neueste Trend aus den USA ins Spiel: Kollagen trinken statt cremen. Dieser Beauty-Geheimtipp verspricht straffe Haut von innen, ohne großen Aufwand. Unsere Experten haben sich diesen Trend einmal genauer angeschaut. Ihr Favorit steht fest: der Kollagen-Drink Fulminan (Apotheke).

Kollagen-Drinks: Darauf kommt’s an

Kollagen ist Hauptbestandteil dieser Trend-Drinks, denn es ist für die Elastizität unserer Haut verantwortlich. Die sogenannten Kollagen-Peptide in Fulminan sind jedoch ganz besonders: Sie haben nur ein sehr geringes Molekulargewicht, wodurch sie die Haut deutlich besser aufpolstern können. Was wir richtig stark finden: In Fulminan ist zusätzlich BioPerine® enthalten. Dieser natürliche Aufnahmeverstärker sorgt dafür, dass all die wertvollen Inhaltsstoffe bestmöglich vom Körper aufgenommen werden können. Wir sind von dieser einzigartigen Kombination begeistert! Übrigens: Fulminan kann nicht nur Falten, sondern auch Cellulite von innen aufpolstern.

Nachgefragt: Das sagen die Experten

Unsere Experten haben sich auch die zu Fulminan durchgeführten Studien angesehen – und die belegen wirklich tolle Erfolge. Derma-Experte Bastian Baasch erklärt: „Die speziellen Kollagen-Peptide in Fulminan wurden von Frauen zwischen 35 und 65 Jahren getestet. Das Ergebnis nach acht Wochen ist verblüffend: Der Kollagengehalt ihrer Haut stieg um bis zu 65 % an. Falten konnten um bis zu 50 % reduziert werden, sogar Cellulite-Dellen gingen zurück.“

Beeindruckende Ergebnisse nach nur 8 Wochen:

Für Ihren Apotheker:
Fulminan
(PZN 13306108)

Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:113-119; Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:47-55; Schunck et al., 2015, Journal of Medicinal Food 18 (12):1340-1348

Samstag 14.4.

Unter Verdacht

TV-KRIMI Der vorletzte Film der Qualitätsreihe geht erneut unter die Haut: Dr. Eva Maria Prohacek (Senta Berger, mit Johannes Zirner) untersucht einen Manöverunfall, bei dem ein junger Leutnant schwer verletzt wurde. Sein Vater will verhindern, dass die Angelegenheit „Verschlusssache" wird – und verbrennt vor der Kaserne demonstrativ eine Deutschlandfahne. Der merkwürdige Fall zieht gewaltige Kreise, bis sich schließlich auch der Militärische Abschirmdienst für Evas Ermittlungen interessiert. **20.15 ZDF**

Sonntag 15.4.

Tatort: Ich töte niemand

TV-KRIMI Zwei Libyer wurden erschlagen, Bruder und Schwester, seit Jahren in Deutschland, bestens integriert. Angesichts der Brutalität, mit der auf die Opfer eingedroschen wurde, geraten Voss (Fabian Hinrichs) und Ringelhahn (Dagmar Manzel, l., mit Eli Wasserscheid) in die Krise. Dann stirbt auch noch ein Kollege, mit dem Ringelhahn befreundet war. Die Fälle hängen zusammen – was bei den „Tatort"-Filmen aus Franken nicht selbstverständlich ist. **20.15 ARD**

Montag 16.4.

Der Richter

TV-DRAMA „Dieser Richter liegt auf der Lauer, er wartet nur, bis ein dicker Fisch vorbeischwimmt", heißt es über den von Heino Ferch gespielten Dr. Glahn. Der Fisch, den er gerade jagt, könnte zu dick sein: Jemand entführt seine Tochter Luise, um einen Mordprozess zu beeinflussen. – Geradlinig erzählt und richtig spannend **20.15 ZDF**

Dienstag 17.4.

Bayer Leverkusen – FC Bayern

DFB-POKAL „Wir fahren nach Berlin" – für welchen Halbfinalisten wird aus dieser Beschwörung heute Gewissheit? Einiges spricht natürlich für die Gäste. In der Liga gewann Bayern beide Duelle gegen Bayer (Foto: Wendell) mit 3:1. Morgen spielt Schalke gegen Frankfurt, ebenfalls im Ersten **20.15 ARD**

Mittwoch 18.4.

21 Nächte mit Pattie

KOMÖDIE Caroline (Isabelle Carré, l.) kehrt in ihre südfranzösische Heimat zurück, um die Beerdigung ihrer Mutter Zara zu organisieren. Von Zaras offenherziger Freundin Pattie (Karin Viard) erfährt Caroline, wie sinnenfroh ihre Mutter gelebt hat. – Sommerliche, leicht frivole Unterhaltung **20.15 Arte**

Donnerstag 19.4.

mareTV

MAGAZIN Heute steht „Englands königlicher Fluss" im Fokus. Wer die Quelle der Themse hinter Oxford besucht, könnte angesichts des unspektakulären Anblicks enttäuscht sein. Flussabwärts gibt es aber genug Gelegenheiten, typisch englische Lebensart zu entdecken. Fünf Tage im Jahr etwa rudern David Barber und sein Team (Foto), um die Schwäne der Queen zu zählen. In London trifft das „mare"-Team einen von sechs Brückenwarten mit besonderem Arbeitsplatz – der Tower Bridge. **20.15 NDR**

Freitag 20.4.

Tzatziki: Papa und der Olivenkrieg

KINDERFILM Wer die erste Verfilmung der Bücher von Moni Bränström noch als Steppke gesehen hat, könnte mittlerweile selbst Kinder im „Tzatziki"-fähigen Alter haben; das beginnt ungefähr im elften Lebensjahr. Diesmal macht der kleine Schwede Tzatziki (Emrik Ekholm, l.) Ferien in der Heimat seines griechischen Vaters (J. Rodriguez). Das einst paradiesische Fischerdorf wird jedoch von der Schuldenkrise gebeutelt ... Kindgerecht spannend und auf der Höhe der Zeit **19.30 KIKA**

Fotos: Sender (6), dpa (1)

ARD

20.15 SHOW

Verstehen Sie Spaß?

Die erste Show 2018: Die Zwillinge und Webvideo-Produzentinnen Lisa und Lena treiben ahnungslose Friseure zur Verzweiflung.

7.15 Checker Tobi UT
7.40 CheXperiment UT
7.55 Checker Julian UT
8.20 neuneinhalb UT
8.30 Armans Geheimnis
9.55 Leopard & Co. UT
11.30 Quarks & Co. UT
12.05 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
12.55 Tagesschau UT
13.00 **Ein Engel und Paul** FILM ★★ UT Romanze, D 2002 Mit Pierre Besson u.a.
14.30 **Willkommen in Lüsgraf** FILM ★★ UT TV-Komödie, D 2005 · Mit Sonja Kirchberger u.a.
16.00 **W wie Wissen** UT Sorge ums Wasser
16.30 **Deutschland-Reportage** UT D 2018 Mieten unbezahlbar?
17.00 **Tagesschau** UT
17.10 **Brisant** UT
17.50 **Tagesschau** UT
18.00 **Sportschau** UT Fußball: 3. Liga / Bundesliga
19.57 **Lotto am Samstag**
20.00 **Tagesschau** UT
20.15 **Verstehen Sie Spaß?** LIVE UT Show Zu Gast u.a.: Joyce Ilg (Youtube-Star) Mod.: Guido Cantz Aus München
23.30 **Tagesthemen** UT
23.50 **Das Wort z. Sonntag** Es spricht Christian Rommert (Bochum)
23.55 **Maria Wern, Kripo Gotland** FILM ★★ UT Schwarze Schmetterlinge TV-Krimi, S 2011 Mit Eva Röse u.a.
1.20 **Tagesschau** UT
1.25 **Eine Liebe für den Frieden – Bertha von Suttner und Alfred Nobel** FILM ★★ UT TV-Biografie, A 2014 Mit Birgit Minichmayr

ZDF

20.15 TV-KRIMI

Unter Verdacht

Wemmer (U. Noethen) zündete offenbar grundlos eine Deutschlandflagge der Bundeswehr an. Prohacek (Senta Berger) verhört ihn.

7.10 Mia and me UT
7.55 1, 2 oder 3 UT
8.20 Pippi Langstrumpf UT
8.50 Bibi Blocksberg UT
9.15 Bibi und Tina UT
10.05 Mister Twister – Die Serie UT
10.30 Notruf Hafenkante UT
11.15 SOKO Wismar UT
12.05 Menschen – das Magazin UT Besondere Geschwister
12.15 Der Landarzt UT
13.45 **Inga Lindström: Sehnsucht nach Marielund** FILM ★★ UT TV-Romanze, D 2003 Mit Eva Habermann
15.15 **Kerners Köche** UT Show, D 2018
16.05 **Bares für Rares** UT
17.05 **Länderspiegel** UT
17.35 **plan b** UT Dokureihe, D 2018 Gewinne ohne Gier
18.05 **SOKO Wien** UT Fehlzündung
19.00 **heute / Wetter** UT
19.25 **Die Bergretter** UT Verschollen
20.15 **Unter Verdacht** FILM ★★★ TIPP S. 10 UT Verschlusssache TV-Krimi, D 2017 Mit Rudolf Krause, Gerd Anthoff u.a. Regie: Ulrich Zrenner
21.45 **Der Kriminalist** UT Der Andere
22.45 **heute-journal** UT
23.00 **Das aktuelle Sportstudio** UT
0.25 **heute Xpress**
0.30 **heute-show** UT Nachrichtensatire
1.00 **Sneakers –** FILM ★★★ **Die Lautlosen** UT Thriller, USA 1992 Mit Robert Redford
3.00 **Pitch Black – Planet der Finsternis** FILM ★★★ Sci-Fi-Film, USA/AUS 2000 · Mit Vin Diesel

RTL

20.15 CASTINGSHOW

Deutschland sucht ...

Die erste Mottoshow steht an. Die Sieger der Battles müssen sich bei ihren Live-Auftritten auf der großen DSDS-Bühne präsentieren.

5.35 Betrugsfälle
6.00 Verdachtsfälle
7.00 Formel 1: Großer Preis von China Freies Training
7.45 Formel 1: Großer Preis von China LIVE Qualifying Aus Shanghai
9.15 Die Fakten-Checker Am Limit
10.00 Der Blaulicht-Report Doku-Soap
13.45 **Verdachtsfälle – Spezial** Doku-Soap
15.45 **Die 25...** (1/2) unglaublichsten Zufälle Show, D 2017 U.a.: 14-Jährige findet Handgranate! / Mädchen spielt im „Müllorchester“ ohne echte Violine die erste Geige! Mod.: Sonja Zietlow
17.45 **Best of ...!** Deutschlands schnellste Rankingshow, D 2018
18.45 **RTL aktuell**
19.05 **Explosiv – Weekend**
20.15 **Deutschland sucht den Superstar** LIVE (16/19) 1. Mottoshow Jury: Dieter Bohlen, Ella Endlich, Carolin Niemczyk, Mousse T.
23.00 **Willkommen bei Mario Barth** Show, D 2018 Gäste: Katrin Bauerfeind (Journalistin), Steffen Henssler (Fernsehkoch), Chris Tall (Komiker)
0.15 **Deutschland sucht den Superstar** 1. Mottoshow (Wh.)
2.30 **Willkommen bei Mario Barth**
4.00 **Verdachtsfälle – Spezial** Doku-Soap

SAT.1

20.15 PIRATENFILM

Pirates of the ...

Vom Kraken verschluckt, findet sich Jack Sparrow (J. Depp) im Totenreich wieder. Elizabeth (Keira Knightley) will ihn zurückholen.

5.25 Anwälte im Einsatz
6.15 Anwälte im Einsatz
7.10 Auf Streife
8.10 Auf Streife
9.05 Auf Streife
10.05 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie! Doku-Soap
11.05 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie!
12.00 Auf Streife
13.00 **Auf Streife**
14.00 **Auf Streife** Doku-Soap
15.00 **Klinik am Südring** Doku-Soap
16.00 **Klinik am Südring** Doku-Soap
17.00 **Auf Streife – Die Spezialisten** Doku-Soap
18.00 **Auf Streife – Die Spezialisten** Doku-Soap
19.00 **Grenzenlos – Die Welt entdecken** Magazin
19.55 **Sat.1 Nachrichten**
20.15 **Pirates of the Caribbean – Am Ende der Welt** FILM ★★★ Piratenfilm, USA 2007 Mit Orlando Bloom, Stellan Skarsgård Regie: Gore Verbinski
23.35 **Blade Trinity** FILM ★★ Actionfilm, USA 2004 Mit Wesley Snipes, Kris Kristofferson u.a. Regie: David S. Goyer
1.35 **Cloverfield** FILM ★★★ Fantasyfilm, USA 2008 Mit Lizzy Caplan, Jessica Lucas u.a.
2.55 **Blade Trinity** FILM ★★ Actionfilm, USA 2004 (Wh. von 23.35)
4.35 **Cloverfield** FILM ★★★ Fantasyfilm, USA 2008 (Wh. von 1.35)

PRO 7

20.15 BOXERFILM

Southpaw

Nach dem Tod seiner Frau ist der Boxer Billy (J. Gyllenhaal, r.) am Boden. Trainer Tick (F. Whitaker) verhilft ihm zu neuem Erfolg.

6.00 Undateable
6.50 How I Met Your …
7.45 The Big Bang Theory
9.00 The Great Indoors
9.25 Last Man Standing
10.45 Two and a Half Men
12.05 Family Guy
12.30 Die Simpsons Homers Bowling-Mannschaft / Die bösen Nachbarn / Eine Klasse für sich / Bart ist an allem schuld
14.20 **The Flash** Actionserie, USA ’15 Heißkalte Vergeltung
15.10 **Lucifer** Krimiserie, USA 2016 · Stewardess Interruptus / Sie haben die Wahl
17.00 **taff weekend** Magazin
18.00 **Newstime**
18.10 **The Big Bang Theory** Comedyserie, USA 2017 Die Watkins-Wahrscheinlichkeit / Vierer ohne Sheldon
19.05 **Galileo** Magazin
20.15 **Southpaw** FILM ★★★ Boxerfilm, USA 2015 Mit Rachel McAdams, Forest Whitaker u.a. Regie: Antoine Fuqua *Free-TV-Premiere*
22.50 **American History X** FILM ★★★ Drama, USA 1998 Regie: Tony Kaye Aus dem Gefängnis entlassen, will Exneonazi Derek (Edward Norton) seinen Bruder Danny (Edward Furlong) aus der rechten Szene holen.
1.05 **Abraham Lincoln: Vampirjäger** FILM ★★ Actionfilm, USA 2012 Mit Benjamin Walker
2.55 **American History X** FILM (Wh. von 22.50)

VOX

20.15 KOMÖDIE

Mädelsabend

Ohne Geld und Papiere und zudem verkatert zum Vorstellungsgespräch? Meghan (E. Banks) gibt alles, um pünktlich da zu sein.

5.40 Criminal Intent – Verbrechen im Visier Krimiserie, USA 2005 Letzter Ausweg / Mord à la Carte / Auf Herz und Nieren / Blutsbande / Fluch der Schönheit / Letzter Ausweg
10.55 Zwischen Tüll und Tränen · 2 Folgen der Doku-Soap, D 2017
12.55 Shopping Queen
13.55 **Shopping Queen** Motto in Bielefeld: Ein Stoff für Königinnen – Sichere dir in deinem neuen Samt-Outfit die Krone! Im Anschluss drei weitere Folgen
18.00 **hundkatzemaus** Ferienpension für Kleintiere in Velbert
19.10 **Der V.I.P. Hundeprofi** (6/6) Katrin Müller-Hohenstein mit „Lotte“ / René Adler und Lilli Hollunder mit „Suki“ und „Momo“
20.15 **Mädelsabend** FILM ★★ UT Komödie, USA 2014 Mit James Marsden, Gillian Jacobs, Sarah Wright Olsen u.a. Regie: Steven Brill
22.05 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin** UT 8 Folgen der US-Dokureihe · U.a.: Falsche Freunde Die 25-jährige Tänzerin Tracy Joe Shine aus Houston verschwindet 1987 spurlos. Die Familie hat ihre rechtsradikalen Freunde im Verdacht. / Außer Kontrolle / Explosive Botschaft (bis 5.25)

3SAT

9.05 Kulturplatz **9.35** Bilder aus Südtirol **10.00** FILM **Die Heilerin** (1+2/2) TV-Drama, A/D 2004/2007 **13.00** ZIB **13.10** Notizen … **13.15** quer **14.00** Kunst + Krempel **14.30** Ländermagazin **15.00** Der Geschmack Europas (6/10) **15.30** Einkehr und Genuss **16.00** Reisewege **16.45** Die Havelschlösser von oben **17.30** FILM **Die Schokoladenkönigin** TV-Komödie, D 2005 **19.00** heute **19.30** Was von der Revolution übrig blieb **20.00** Tagesschau

20.15 Die heilige Johanna der Schlachthöfe
Schauspiel v. Bertolt Brecht · Berlin 2013

22.20 Der rote Fritz
Doku, A 2014
Kathrin Winzenried auf Spurensuche in revolutionärer Zeit

23.15 Menschen und Mächte Doku, A 2017
Ruth Mayenburg: Lebensgeschichte einer Kommunistin

0.05 Maischberger

1.20 lebens.art Magazin

ARTE

9.35 360° · Malaysia **10.30** Mit offenen Karten **10.40** Vox Pop **11.25** Wälder unserer Erde **13.00** Südtirol (1–5/5) U.a.: Die Dolomiten / Zwischen Brenner und Bozen **16.40** Arte Reportage **17.30** Zahlen schreiben Geschichte **18.00** Zahlen schreiben Geschichte (10/10) 1431: Der Untergang von Angkor **18.25** Zu Tisch auf Ibiza **18.55** Karambolage **19.10** Arte Journal **19.30** Der Teppichhändler von Isfahan · Eine alte Tradition wird neu gelebt

20.15 Denkmäler der Ewigkeit (2/3) Das Kolosseum in Rom
Dok.-Film, F 2015

21.40 Rätselhafter Pluto
Doku, USA 2015

22.35 Die Kunst der Anpassung (4/6) Doku, NZ/J/CHN '13 · China, das Dach der Welt

23.20 Streetphilosophy
Alles für die Liebe!

23.45 Square Idee Magazin
Eine neue Gesellschaftsordnung?

0.15 KurzSchluss
„Verdammtes Karma“

KABEL 1

6.20 Without a Trace **7.15** Blue Bloods **8.10** Navy CIS: L.A. **9.05** Navy CIS · Seadog **10.00** Castle Rückschlag **10.55** Castle · Wenn die Realität zuschlägt **11.50** Castle · Entführt **12.45** Castle Entführt **13.40** Castle · Zu Tode erschreckt **14.30** Forever · Der große Fluch **15.30** Elementary M. **16.20** News **16.30** Elementary · Für das Allgemeinwohl **17.25** Navy CIS: L.A. · Eine Frage der Ehre **18.25** Navy CIS: L.A. Sidorovs Rückkehr **19.20** Navy CIS · Wie ein Vater

20.15 Hawaii Five-0
Krimiserie, USA 2010
Die Bombe

21.15 Hawaii Five-0
Krimiserie, USA 2010
Strichmännchen

22.15 Scorpion Actionserie, USA 2015
Den Tod überlebt

23.10 Rosewood Krimiserie
Schlagstöcke und schwarzes Fieber

0.10 Navy CIS Krimiserie
Wie ein Vater

1.05 Navy CIS: L.A.
Unter Brüdern

1.55 Hawaii Five-0

WDR

20.15 DOKUMENTATION

Die verrückten 68er
Jacqueline Kennedy heiratet Aristoteles Onassis. Martin Luther King wird erschossen. Und erstmals transplantiert man ein Herz.

10.30 Lokalzeit
11.00 Quarks UT
11.30 Die Maus UT
12.00 Markt UT
12.45 Die Ernährungs-Docs
13.30 Servicezeit Reportage
14.00 3. Liga UT Fort. Köln – Preußen Münster
16.00 Das Beben im Pott
16.45 Tamina auf Spiekeroog UT
17.15 Land und lecker UT
17.45 Kochen mit Martina und Moritz UT
18.15 Einfach und köstlich
18.45 Aktuelle Stunde UT
19.30 Lokalzeit UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 Die verrückten 68er UT Doku, D '18
Ein Jahr stellt die Welt auf den Kopf
Mit Hannes Jaenicke, Achim Reichel, Uschi Nerke, K. Ebstein u.a.

21.45 Hits, die an die Wäsche gehen UT Show, D 2017 · 70 Jahre Musik macht Mode
Mit Johanna Klum, Ross Antony, Henning Krautmacher

23.15 Ab in die 70er – Von ABBA bis Frank Zander UT Dokumentarfilm, D 2016

0.45 Die verrückten 68er

BR

20.15 TV-KOMÖDIE

Ein Gauner Gottes
Der Zimmermann Johannes Keinath (Fritz Wepper) taucht als Mönch im Kloster unter. Er befürchtet, einen Mann erschlagen zu haben.

10.30 Liebe ohne Minze UT
FILM ★★ TV-Familienfilm, D 11
Mit Christina Plate

12.00 Drei teuflisch starke Frauen – Eine für alle UT TV-Komödie, D 2007 · Mit G. Dohm
13.30 Verrückt nach Meer
15.15 Landfrauenküche UT
16.00 Rundschau UT
16.15 Frei Schnauze UT
16.25 Nashorn, Zebra & Co.
17.15 Blickpunkt Sport
17.45 Zwischen Spessart …
18.30 Rundschau UT
19.00 Gut zu wissen UT
19.30 Kunst + Krempel UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 Ein Gauner Gottes UT
FILM ★★ TV-Komödie, D 2004
Mit Saskia Vester, Peter Sattmann u.a.
R.: Helmut Metzger

21.45 Rundschau Magazin

22.00 Der Geruch von Erde
FILM ★★ UT TV-Romanze, D 2013 · Mit Muriel Baumeister, S. Bezzel
R.: Marcus Ulbricht

23.30 Der Duft von Holunder UT
FILM ★★ TV-Liebesfilm, D '11
Mit Melika Foroutan

1.00 Drei teuflisch starke Frauen – Eine für alle UT (Wh. v. 12.00)
FILM ★★

SWR

20.15 TV-DRAMA

Die Inselärztin
Die Ärztin Filipa Wagner (Anja Knauer) fängt auf Mauritius neu an. Schon der erste Notfall bringt sie an ihre fachlichen Grenzen.

9.30 Landesschau UT
10.15 Nachtcafé UT
11.45 Der Winzerkönig UT
12.30 Herzdamen
FILM ★★ **an der Elbe** UT TV-Komödie, D 2013
14.00 Verrückt nach Meer
15.45 Eisenbahn extra
16.15 In Rheinland-Pfalz UT
17.00 Brüssel
17.30 Sport am Samstag UT
18.00 Aktuell (RH/BW)
18.05 SWR-Reportage (RH)
18.15 Landesschau Mobil (BW) / Landesart (RH)
18.45 Stadt – Land – Quiz
19.30 Aktuell UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 Die Inselärztin – Neustart auf Mauritius UT TV-Drama, D 2017
Mit Tobias Licht, Helmut Zierl u.a.
Regie: Peter Stauch

21.45 Aktuell Magazin

21.50 Die Inselärztin – Notfall im Paradies
FILM ★★ UT TV-Drama, D 18
Mit Anja Knauer u.a.

23.15 Gefühle im Sturm UT
FILM ★★ TV-Drama, D '01 · Mit Muriel Baumeister

0.45 Die Inselärztin – Neustart auf Mauritius UT (Wh. von 20.15)
FILM ★★

WEITERE SENDER

SPORT1 **12.45** Motorsport: ADAC GT Masters Live **14.30** PS-Profis **15.25** RL Südwest Offenbach – Mannheim · Live **17.30** Euro Hockey Challenge: Deutschl. – Slowakei Live **20.00** Volleyball BL (D) Halbfin., Playoff Live **22.15** Sport-Quiz Live **23.45** FILM **Girls Sex Tricks**

EUROSPORT **11.30** Formel E FIA-Meisterschaft. Ab 12.00 Quali Live **13.00** Superbike-WM Live **14.00** Formel E. Ab 16.00 Live **17.15** Superbike **18.00** Rad **19.30** Superbike-WM **20.20** Formel E **21.00** Soccer. Ab 21.45 Chicago Fire Soccer Club – Los Angeles Galaxy **0.05** Rad

SIXX **15.20** Kids Baking Champion-ship **16.15** Enie backt **17.15** Das große Backen **19.25** Kids Baking Championship **20.15** Verbrechen im Blitzlicht **21.15** Mord verjährt nicht **22.20** Unerklärliche Phänomene **0.10** Killer-Paare

RTL PLUS **10.20** Das Jugendgericht **12.50** Das Strafgericht **15.20** Familiengericht **17.40** Staatsanwalt Posch ermittelt **18.35** Das Strafgericht **20.15** Im Namen des Gesetzes **22.00** Silent Witness **23.45** Im Namen des Gesetzes **0.45** Jeopardy!

ARD ALPHA **19.15** Schätze der Welt **19.30** Wer hat die Macht im Netz? **20.00** Tagesschau **20.15** FILM **Bastard** Psychothriller, D 2011 **22.15** Bist du Beatles oder Stones? Dok.-Film, D 2016 **23.35** Horrible Histories **0.35** Tagesschau 1998 **0.50** Bob Ross

PHOENIX **16.00** Vor Ort **17.15** Wildes Indochina (1–3/5) **19.30** Mit dem Moped durch Vietnam **20.00** Tagesschau **20.15** Wildes Indochina (4+5/5) **21.45** Entführt in der Wüste **22.30** Freiwild · Neue Doku **23.20** Frauenpower in Saudi-Arabien **0.00** Historische Ereignisse

WELT **17.05** Geheimakte Amerika **18.05** Alarm im Cockpit **19.10** Welt der Wunder **20.05** Die Küchenmacher **21.05** Ein Superbike entsteht **22.05** Spitzenreiter der Technik **23.05** B-2 – Unsichtbare Schwingen **0.05** UFOs im Dritten Reich

N-TV **17.10** Deluxe **18.20** PS – Formel 1 · China – F1 Kompakt **18.30** Auslandsreport **19.10** Wissen **20.15** Giganten der Geschichte · 5 Folgen · U.a.: Stonehenge / Schottlands Schicksalsburg **1.10** Giganten der Geschichte (Wh. ab 20.15)

ONE **19.40** Brisant **20.15** FILM **Der Lissabon-Krimi: Alte Rechnungen** TV-Krimi, D 2018 **21.45** kinokino **22.00** FILM **Tödliche Augenblicke** Krimi, USA '09 · Mit Josh Lucas **23.25** FILM **Agatha Christies Poirot** Der Wachsblumenstrauß · TV-Krimi, GB 2006 **0.55** Doctor Who

ZDF NEO **17.00** New Tricks – Die Krimispezialisten **18.45** The Coroner **20.15** FILM **Der Tod steht ihr gut** Komödie, USA 1992 **21.45** Gätjens großes Kino **22.00** FILM **Eine verhängnisvolle Affäre** Thriller, USA 1987 **23.50** FILM **The Glass House** Thriller, USA 2001 (bis 1.35)

ZDF INFO **17.15** Murder Maps – Geheimnisvolle Verbrechen **20.15** Mordfall Martin Luther King **21.45** Charles Manson – Sektenführer und Massenmörder **22.30** Scientology **23.15** Giftmördern auf der Spur **0.45** Dem Verbrechen auf der Spur

SONNENKLAR TV **16.15** Nächste Ausfahrt Urlaub **16.30** Die AdW Show **16.45** Reiseticker **17.00** Reisebazar **18.00** Die AdT Show **18.15** Urlaubscocktail **19.00** Die Kunath & Co. – Holiday Show · Gast: Peter Peschel **23.00** Infomercial

RTL 2

12.00 Die Schnäppchenhäuser **14.00** Der Trödeltrupp **15.00** Dein Krempel oder ich! **16.00** Zuhause im Glück **20.00** News **20.15** FILM **Austin Powers – Spion in geheimer Missionarsstellung** Komödie, USA 1999 Mit Mike Myers **22.05** FILM **Austin Powers – Goldständer** Komödie, USA 2002 **23.50** FILM **Galaxy Quest – Planlos durchs Weltall** Sci-Fi-Komödie, USA 1999 **1.50** FILM **Machete Kills** Actionfilm, USA/RUS 2013

SERVUS TV

12.40 LIVE FIM Superbike World Championship · Rennen **13.55** Expedition Venezuela (2/2) **14.55** Singapur – Im Großstadtdschungel (2/2) **15.55** Bergwelten **17.00** Die Zauberwesen von Shangri-La **18.05** Tierisch abgehoben (1/3) **19.05** Landträume **19.40** Hoagascht **20.15** FILM **Große Erwartungen** Drama, USA 1997 **22.15** FILM **Der Regenmacher** Drama, USA 1997 **0.40** FILM **Große Erwartungen** (Wh. von 20.15)

RBB

14.25 FILM **Vollweib sucht Halbtagsmann** TV-Komödie, D 2001 **15.55** Eine musikalische Reise entlang der Ostseeküste **17.25** Kowalski & Schmidt **17.55** Sandmann **18.00** Um sechs **18.30** rbb-Reporter **19.00** Heimatjournal **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Mord mit Aussicht **21.50** Aktuell **22.20** FILM **Hubert und Staller** Die ins Gras beißen (1+2) TV-Krimi, D 2013 **23.50** FILM **Don Mariano weiß von nichts**

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

HR

20.15 TV-FAMILIENFILM

Unter weißen Segeln

Rudolf Bauer (Christian Kohlund) verliebt sich in die junge Tamara (Stefanie Schmid). Doch seine Frau Marianne kämpft um ihn.

8.55 hessenschau UT
9.25 Giraffe & Co. UT
10.15 Tietjen und Bommes
12.15 Das Glück dieser Erde
13.05 **Bis zum Ende der Welt** FILM ★★★ UT TV-Drama, D 2014 · Mit Christiane Hörbiger
14.35 Die Firma Hesselbach
15.35 Gemeinderätin Schumann
16.00 Hessen à la carte
17.15 heimspiel!
17.45 Engel fragt UT
18.15 maintower weekend
18.45 Erlebnis Hessen UT
19.30 hessenschau UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 FILM ★★ **Unter weißen Segeln – Kompass der Liebe** UT TV-Familienfilm, D 2004 · Mit Eleonore Weisgerber, Christine Neubauer · Regie: Bernhard Stephan
21.45 **Wie beim ersten Mal** FILM ★★★ UT Komödie, USA 2012 · Mit Meryl Streep, T. L. Jones
23.20 **Alles Klara** UT Picknick mit Leiche
0.05 **Polizeiruf 110** FILM ★★★ Totes Gleis · TV-Krimi, D '94 Mit Otto Sander u.a.
1.35 **Die Mädchen aus dem Weltraum**

NDR

20.15 TV-ROMANZE

Utta Danella

Kathrin (J. C. Gehlen) verguckt sich in Andi (T. Licht). Sie verschweigt ihm, dass sie Mathematikerin ist. Auch er hat ein Geheimnis.

11.00 Hallo Niedersachsen
11.30 Meine Flucht 1945 UT
12.15 SOS Südsee – Das Wasser kommt UT
12.45 Berberteppiche
13.30 7 Tage ... UT In Istanbul
14.00 LIVE 3. Liga UT Osnabrück – SC Paderborn 07
16.00 Die Blaumänner (1/5) UT Wh. d. 2. Staffel
16.45 Die Kanzlei UT
17.35 Tim Mälzer kocht! – auf Mallorca (2/4) UT
18.00 Nordtour UT
18.45 DAS! UT
19.30 Regional UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 FILM ★★ **Utta Danella – Lügen haben schöne Beine** UT TV-Romanze, D '15 Mit Katja Studt, Felix Eitner u.a. · Regie: Thomas Kronthaler
21.45 **Das bisschen Haushalt** FILM ★★ UT TV-Komödie, D 2003 Mit Valerie Niehaus, Gedeon Burkhard u.a.
23.15 **Wishlist** UT Mysteryserie, D 2016
1.55 **Unbekanntes Bulgarien** UT Doku, D 2015 · Durch die wilden Gebirge am Rande Europas

MDR

20.15 KONZERT

André Rieu

Der Walzerkönig zelebrierte im Sommer das 30-jährige Jubiläum seines Johann-Strauss-Orchesters. Stargast war David Hasselhoff.

10.05 Alles Klara UT
10.55 Tierärztin Dr. Mertens
11.45 Entdecke wo du lebst
12.15 MDR Garten UT
12.45 Unser Dorf hat Wochenende UT
13.15 Amerikas Naturwunder · Yellowstone
14.00 Fußball: 3 Liga UT
16.00 LIVE FC Jena – VfR Aalen
16.00 MDR vor Ort
16.30 Sport im Osten UT
18.00 Unsere köstl. Heimat
18.15 In Thüringen UT
18.54 Sandmännchen UT
19.00 MDR Regional UT
19.30 Aktuell UT
19.50 Quickie UT

20.15 **André Rieu – Das große Konzert** D 2017 Die Jubiläumsshow des Johann-Strauss-Orchesters aus Maastricht
22.45 **Privatkonzert** Kim Fisher und Wigald Boning sprechen mit The Baseballs und Nils Landgren
23.45 **Kommissar Maigret:** FILM ★★★ **Die Nacht an der Kreuzung** UT Krimi, GB 2017 Mit Rowan Atkinson
1.15 **Brisant** UT Magazin
1.55 **MDR vor Ort**

TELE 5

7.00 Werbung **14.10** Der rosarote Panther **14.30** Raumschiff Enterprise **15.35** Stargate Atlantis **16.30** Stargate Atlantis **17.25** Relic Hunter **19.20** Buffy – Im Bann der Dämonen 2 Folgen **21.10** FILM **Werwolf – Das Grauen lebt unter uns** Fantasyfilm, USA 2012 **22.55** FILM **Ratten – Sie sind überall!** TV-Horrorfilm, USA 2002 **0.45** FILM **Vampire Bats** Horrorfilm, USA 2005 **2.20** Buffy – Im Bann der Dämonen

SRTL

12.00 FILM **Barbie und ihre Schwestern im Pferdeglück** Animation, USA 2013 **13.10** Friends – Tierisch gute Freunde **13.40** Spirit: wild und frei **14.05** Trolls – Die Party geht weiter! **14.25** Sally **14.50** Angelo! **15.05** Ninjago **17.20** Scooby-Doo **17.45** Trolljäger **18.15** Sally **18.45** Die Entdeckerzone **19.10** Tom und Jerry **19.45** Angelo! **20.15** Verzweifelt gesucht (4–6/8) **22.55** Verzweifelt gesucht (4/8) **0.00** Infomercials

KIKA

12.00 Nach Ansage **14.00** FILM **Doktor Proktors Pupspulver** Familienfilm, N/D 14 **15.25** Checker Julian **15.50** CheXperiment **16.05** Checker Julian **16.30** CheXperiment **16.45** Nach Ansage **16.55** Haustiercamp **17.20** Kann es Johannes? **17.45** Timster **18.00** Shaun **18.20** Ben & Holly **18.40** Tilda Apfelkern **18.50** Sandmännchen **19.00** Tashi **19.25** Checker Tobi **19.50** logo! **20.00** Erde an Zukunft **20.10** Kopfballkönig Koen

ANZEIGE

Medivitan®
Die ärztlich verabreichte Aufbaukur

Immer müde?
Erschöpft?

Wenn Tabletten nicht ausreichen.

Schnell. Direkt. Wirkstark.
Mit der Express-Aufbaukur[1] exklusiv beim Arzt werden B-Vitaminspeicher effektiv aufgefüllt.

Während bei Tabletten und Trinkampullen nur etwa 1% des zugeführten B12 in die Blutbahn gelangt und es Monate dauern kann, die B-Vitaminspeicher aufzufüllen, werden als Spritze verabreicht 100% der Aufbaustoffe aufgenommen.

- **Direkt ohne Umwege.** Schneller und effektiver als Tabletten und Trinkampullen.
- **Spürbar revitalisierende Wirkung** oft schon nach der ersten Anwendung.
- **Effektiver als Vitamin B12 allein** ist die Kombination der Vitamine B6, B12 und Folsäure.[2] Genau wie in Medivitan®.

Fragen Sie Ihren Arzt, wie Medivitan® auch Ihnen helfen kann. Mehr Infos unter **medivitan.de**

[1] Der kombinierte Mangel an B6, B12 und Folsäure kann zu Müdigkeit und Erschöpfung führen.
[2] Ubbink JB et al. Journal of Nutrition. 1994; 124(10): 1927–1933.
[3] Medivitan® ist das führende parenteral verabreichte B-Vitamin-Präparat in Deutschland; Quelle: Insight Health ApoFusion MAT 01/2018, Apothekenabverkauf Umsatz Gesamt parenteraler B-Vitamin-Präparate.

MEDICE

Medivitan® iV Fertigspritze, Medivitan® iV Ampullen: Komb. Mangel an Vit. B6, Vit. B12 u. Folsäure, d. ernährungsmäßig nicht behoben werden kann. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker; 03/2015

Sonntag 15.4.

Immer aktuell: einfach herunterladen, die rtv-App

ARD

20.15 TV-KRIMI

Tatort

Zwei Libyer werden in Nürnberg ermordet. Dazu schockiert der Mord an einem Kollegen Kommissarin Ringelhahn (D. Manzel).

9.30 Die Maus UT
10.03 **Das Märchen vom Schlaraffenland** UT
FILM ★★ TV-Märchen, D 2015
11.00 **Des Kaisers neue Kleider** UT Hörfilm
FILM ★★ TV-Märchen, D 2010
12.03 Presseclub UT
12.45 Europamagazin UT
13.15 Tagesschau UT
13.30 **Das Mädchen aus dem Regenwald** UT
FILM ★★ TV-Melodram, D 2011
15.00 **DFB-Pokal (D)** UT
LIVE Halbfinale, Konferenz: Bayern München – Potsdam · Reporter: Bernd Schmelzer / Wolfsburg – Essen Reporter: Florian Naß ca. 16.05 Tagesschau
17.15 **Tagesschau** UT
17.30 **Auf der Suche nach der perfekten Kindheit** UT Report., D '18
18.00 **Sportschau** UT
18.30 **Bericht aus Berlin** UT
18.50 **Lindenstraße** UT
19.20 **Weltspiegel** UT
20.00 **Tagesschau** UT
20.15 **Tatort** UT Hörfilm Ich töte niemand · TV-Krimi, D 2018 · Mit Eli Wasserscheid u.a. R.: Max Färberböck
FILM ★★ TIPP S. 10 *Erstausstrahlung*
21.45 **Anne Will** UT Diskussion · Live
22.45 **Tagesthemen** UT
23.05 **ttt – titel thesen temperamente** UT
23.35 **Sonny Boy – Eine Liebe in dunkler Zeit** UT Drama, NL '11
FILM ★★★ Mit Ricky Koole, Sergio Hasselbaink Regie: Maria Peters
1.50 **Titanic** UT ◧ Katastrophenfilm, D 1943
FILM ★★★ Mit Sybille Schmitz, Kirsten Heiberg u.a.
3.15 **Anne Will** UT (Wh.)

ZDF

20.15 TV-TRAGIKOMÖDIE

Ella Schön

Ella (Annette Frier) kümmert sich als Referendarin von Kollkamps Anwaltskanzlei um die Probleme der Fischlandbewohner.

7.40 Bibi und Tina UT
8.10 Löwenzahn UT Hörfilm
8.35 Dschermeni UT
9.03 sonntags UT
9.30 Ev. Gottesdienst UT
LIVE Aus Berlin-Spandau
10.15 Bares für Rares – Lieblingsstücke UT
11.50 ZDF-Fernsehgarten on tour (1/3) Auf Teneriffa
14.00 kaputt und ... zugenäht!
14.50 **Kalender Girls** UT
FILM ★★★ Komödie, USA/GB '03 Mit Helen Mirren u.a.
16.30 **planet e.** UT Deutschlands begehrte Rohstoffe
17.00 **heute** UT
17.10 **Sportreportage** UT
18.00 **ZDF-Reportage** UT Nachwuchs für die Bundespolizei
18.30 **Terra Xpress** UT
19.00 **heute** UT
19.10 **Berlin direkt** UT
19.30 **Terra X** UT Dokureihe Auf die Größe kommt es an (2/2): Zwerge
20.15 **Ella Schön – Das Ding mit der Liebe** UT TV-Tragikomödie, D 2018
FILM ★★ Mit Julia Richter, Rainer Reiners u.a. R.: Maurice Hübner *Erstausstrahlung*
21.45 **heute-journal** UT
22.00 **Kommissar Beck** UT
FILM ★★ Auf dünnem Eis TV-Krimi, S 2018 Mit Peter Haber u.a. *Erstausstrahlung*
23.35 **ZDF-History** Dokureihe, D 2018 Promis vor Gericht
0.25 **Kommissar Beck** UT
FILM ★★ Auf dünnem Eis (Wh. von 22.00)
2.05 **Terra X** UT 2 Folgen
3.35 **ZDF-History** (Wh.)

RTL

20.15 FANTASYHORROR

The Last Witch Hunter

Vereint gegen das Böse: Hexenjäger Kaulder (Vin Diesel, M.), Priester Dolan (E. Wood) und Traumwandlerin Chloe (Rose Leslie).

6.00 Familien im Brennpunkt · Doku-Soap
7.00 Formel 1: GP von
LIVE China · Countdown / **8.00** Das Rennen aus Shanghai
9.55 Formel 1: GP von
LIVE China · Siegerehrung und Highlights
10.25 Der Blaulicht-Report
10.45 Betrugsfälle
11.05 Verdachtsfälle – Spezial
13.00 **Undercover Boss** Doku-Soap, D 2017 Freitag Gruppe
14.00 **Undercover Boss** Doku-Soap, D 2017 Landgard
15.00 **Deutschland sucht den Superstar** (16/19) 1. Mottoshow
17.45 **Exclusiv – Weekend**
18.45 **RTL aktuell**
19.05 **Weniger ist mehr – Endlich Platz und Geld!** Neue Show, D 2018 · Moderation: Esther Lübke, Micki Dreeschmann
20.15 **The Last Witch Hunter** UT
FILM ★★ Fantasyhorror, USA/CDN/CHN 2015 Mit Michael Caine Regie: Breck Eisner *Free-TV-Premiere*
22.10 **Spiegel TV Magazin** Mod.: Maria Gresz oder Kay Siering
23.25 **Undercover Boss** Doku-Soap · Freitag Gruppe / Landgard
1.20 **Cops** Dokureihe, USA 2011 · Haftbefehle – alt und neu / Über die häusliche Gewalt hinaus / Lügen und Betrug / Erwischt!
3.15 **Anwälte der Toten – Rechtsmediziner decken auf** 2 Folgen

SAT.1

20.15 SHOW

The Voice Kids

Heute findet das Finale statt. Letztes Jahr gewann Sofie aus Nenas (l.) und Larissas Team. Sie war die bis dahin jüngste Siegerin.

5.50 Watch Me · Kinomag.
6.05 Kommissar Rex
7.50 So gesehen – Talk am Sonntag
8.10 Pastewka · 2 Folgen
9.10 Luke! Die Schule und ich – VIPs gegen Kids Show, D 2018
11.10 **Das Geheimnis des Regenbogensteins**
FILM ★★ Fantasyfilm, USA/VAE 2009 · Mit Jimmy Bennett, Jake Short
12.50 **Pirates of the Caribbean – Am Ende der Welt** Piratenfilm, USA '07 (Wh. von gestern)
FILM ★★★
15.55 **MacGyver** Actionserie · Schnee in Kalifornien / Chrysalis
17.45 **The Biggest Loser** (11/12) In den letzten beiden Challenges müssen die Kandidaten mehr Kraft und Ausdauer denn je und ihren unbändigen Kampfeswillen unter Beweis stellen.
19.55 **Sat.1 Nachrichten**
20.15 **The Voice Kids** (9/9) Show, D 2018 Finale · Jury: Nena, Larissa, Max Giesinger, Mark Forster Moderation: Thore Schölermann und Debbie Schippers
23.25 **Genial daneben** UT Show, D 2017 Gäste: Hella von Sinnen, Wigald Boning, Sonja Zietlow, Luke Mockridge, Ingmar Stadelmann
0.20 **The Voice Kids** (9/9) Show · Finale (Wh. von 20.15)
2.40 **MacGyver** Schnee in Kalifornien / Chrysalis
4.10 **Auf Streife** Doku-Soap

PRO 7

20.15 FANTASYFILM

The Fantastic Four

Nach seiner Reise in ein anderes Universum hat der Forscher Reed (Miles Teller) Superkräfte. Doch er möchte sie wieder loswerden.

5.05 Mike & Molly
5.45 2 Broke Girls
6.25 Malcolm mittendrin 2 Folgen
7.20 The Big Bang Theory Die Watkins-Wahrscheinlichkeit / Vierer ohne Sheldon
8.15 Galileo · 3 Folgen
11.20 **Veronica Mars**
FILM ★★★ Krimi, USA 2014 Mit Kristen Bell, Jason Dohring u.a.
13.10 **The Social Network**
FILM ★★★ Drama, USA 2010 Mit Jesse Eisenberg
15.25 **Galileo Big Pictures** Show, D 2017 Zeitreise – 50 Jahre, 50 Bilder (1/2)
18.00 **Newstime**
18.10 **Galileo Big Pictures** Show, D 2017 Zeitreise – 50 Jahre, 50 Bilder (2/2)
19.05 **Galileo Spezial** Magazin, D 2018 Diamanten – Labor statt Natur, stirbt ein Mythos?
20.15 **The Fantastic Four** Fantasyfilm, USA 2015 · Mit Michael B. Jordan, Kate Mara, Jamie Bell u.a. Regie: Josh Trank
FILM ★ *Free-TV-Premiere*
22.20 **Total Recall**
FILM ★★ Sci-Fi-Film, USA/CDN 2012 · Mit Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel u.a. Regie: Len Wiseman
0.45 **The Amazing Spider-Man**
FILM ★★★ Actionfilm, USA 2012 Mit Andrew Garfield, Emma Stone u.a. Regie: Marc Webb
3.10 **Total Recall**
FILM ★★ Sci-Fi-Film, USA/CDN 2012 (Wh. von 22.20)

VOX

20.15 SHOW

Grill den Profi

Drei Prominente treten am Herd gegen einen Profikoch an. In der Auftaktfolge der neuen 2. Staffel wird es Roland Trettl (M.) sein.

5.35 Criminal Intent – Verbrechen im Visier Alte Bekannte / Mord à la Carte / Auf Herz und Nieren / Blutsbande / Fluch der Schönheit / Die tote Tänzerin / Blutspur / Blutspur / Alte Bekannte / Die tote Tänzerin
14.00 Zwischen Tüll und Tränen · Doku-Soap
15.00 **Unser Traum vom Haus** Doku-Soap
17.00 **auto mobil** Magazin
18.15 **Einmal Camping, immer Camping** (1/6) Neue Folgen der Doku-Soap, D 2018 Crystal & Markus / Kroatien / Lisa & Henrik / Italien / Steffani & Bernd / Irland
19.15 **Ab ins Beet!** **Die Garten-Soap** Claus & seine Freunde: Bierkasten-Pool / Björn & Stefan: Erdkühlschrank
20.15 **Grill den Profi** (1/9) Neue Folgen der Show, D 2018 Koch: Roland Trettl Kandidaten: Ella Endlich, Heinz Hoenig, Die Lochis · Moderation: Ruth Moschner
23.30 **Prominent!** Magazin Mod.: Nina Bott, Amiaz Habtu und Nova Meierhenrich
0.15 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin** UT US-Dokureihe · Lebenslänglich / Ohne Geständnis / Freundschaften / Russisch Roulette / Mord ohne Motiv / Vorsicht, giftig! (bis 5.10)

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

3SAT

9.30 Reisewege zur Kunst (1/3) Ägypten: Alexandria und die Wüste **10.15** Tauchfahrt in die Antike **10.55** Griechenland – Der Garten der Götter **11.40** Imperium Romanum **12.40** Hannibals Elefanten – Stadt d. Gladiatoren: Carnuntum **14.25** Pompeji – Der letzte Tag **15.10** Nero: Plädoyer für eine Bestie (1+2/2) Nero und die Römer / Nero und die Christen **16.55** Alexander der Große (1+2/2) **18.25** FILM **Alexander der Große** Historienfilm, USA 1956

20.15 **Das Gewand** FILM ★★★ Monumentalfilm, USA 1953 · Mit Richard Burton, Jean Simmons, V. Mature Regie: Henry Koster

22.20 **Sodom und Gomorrha** FILM ★★ Monumentalfilm, I/F 1961 Mit Stewart Granger, Pier Angeli, S. Baker Regie: Robert Aldrich, Sergio Leone

0.45 **Pompeji – Der letzte Tag** Doku, D 2003

1.30 **Stadt der Gladiatoren – Carnuntum**

ARTE

9.35 FILM **Global Player – Wo wir sind isch vorne** TV-Komödie, D 2013 **11.05** Augenschmaus **11.30** Zu Tisch ... **12.00** Magische Gärten **12.25** Planet Deutschland: 300 Millionen Jahre (1–3/3) U.a.: Der große Crash / Der erste Deutsche **14.40** Die Kathedrale **16.10** Metropolis **16.55** Michael Jackson's Journey from Motown to Off the Wall **18.25** OmU Die Berliner Philharmoniker spielen Dvorák **19.10** Journal **19.30** 360° · Die Cook Islands

20.15 **Alle Mörder sind schon da** FILM ★★★ Krimikomödie, USA 1985 · Mit Eileen Brennan, Tim Curry, Madeline Kahn u.a. Regie: Jonathan Lynn

21.50 **Getaway** Actionfilm, FILM ★★★ USA 1972 · Mit Steve McQueen, Ali MacGraw u.a.

23.50 **Move!** Magazin · Der Traum vom Fliegen / Der digitale Mensch

0.45 **Nijinsky** OmU Ballett, D 2017 · Insz.: John Neumeier (bis 2.55)

KABEL 1

5.55 Elementary **6.35** Elementary **7.35** Forever · Der große Fluch **8.30** Navy CIS · Seadog **9.25** Mein Lokal, dein Lokal – Wo schmeckt's am besten? „Vogelkoje" / „Don Camillo e Peppone" / „Alte Backstube Voigts" / „Reblaus Wine & Dine" / „Seeblick" **14.15** Abenteuer Leben täglich **16.10** News **16.20** Rosins Restaurants – Ein Sternekoch räumt auf! · „Silberpfeil", Kirchlengern **18.20** Trucker Babes – 400 PS in Frauenhand (1/6) Reportage, D 2018

20.15 **Trucker Babes – 400 PS in Frauenhand** Reportage, D 2018

22.15 **Abenteuer Leben am Sonntag** Magazin Ein Traumhaus aus sieben Metallcontainern

0.15 **Mein Revier** Doku-Soap, D 2010 Ordnungshüter räumen auf

2.05 **Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum** 3 Folgen der Reportagereihe, D 18

WEITERE SENDER

SPORT1 **13.00** Motorsport: ADAC GT Masters Live **14.25** Dt. Eishockey Liga · 2. Finale · Live **16.55** Euro Hockey Challenge Live **19.30** Sky Sport News 2. BL **20.45** Basketball: BBL Oettinger Rockets – Bayreuth Live **22.00** Die PS-Profis **23.00** Motorsport: ADAC GT Masters **0.00** Clips

EUROSPORT **12.15** Superbike-WM · Live aus Alcañiz **14.00** Rad · Paris–Roubaix **14.45** Rad · Amstel Gold Race Live **17.30** Rad · Coupe de France · Live **19.00** Springreiten **20.35** Amstel Gold Race **22.00** Soccer · Kansas City – Seattle Sounders · Live **0.20** Superbike

SIXX **14.50** Notruf Hund **16.40** Der Hundetrainer **18.20** Der Super-Doc – Einsatz für 4 Pfoten **20.15** FILM **Footloose** Tanzfilm, USA 2011 **22.35** FILM **Dance Flick – Der allerletzte Tanzfilm** Komödie, USA 09 **0.10** FILM **Footloose** (Wh. von 20.15)

RTL PLUS **10.30** Das Jugendgericht **13.05** Das Strafgericht **15.30** Das Familiengericht **16.15** Ein Schloss am Wörthersee **18.05** hundkatzemaus **20.15** Medicopter 117 **22.00** Dr. Stefan Frank **23.40** Medicopter 117 **0.40** Jeopardy!

ARD ALPHA **19.30** Wie Trolle die Demokratie angreifen **20.00** Tagesschau **20.15** Klassik am Odeonsplatz 2012 **20.45** KlickKlack **21.15** Kulturjournal **21.45** Capriccio **22.15** lesenswert **22.45** 35. Internationale Jazzwoche Burghausen 2004 **0.45** Die Tagesschau 1998

PHOENIX **13.00** Forum Wirtschaft Spezial **14.00** Historische Ereignisse**17.00** Thema **18.15** Dokumentation **18.30** Wildes Indochina (4+5/5) **20.00** Tagesschau **20.15** Mythos Kongo (1+2/2) **21.45** Mein Ausland **23.15** Dokumentation **0.00** Forum Wirtschaft Spezial

WELT **18.05** Die Foodtruckerin **19.10** Welt der Wunder **20.05** Die größten U-Boot-Katastrophen **21.05** Samurai Sub: Japans geheime Flotte **22.05** Waffen der anderen Art **23.05** Bombenkrieg **1.05** Die letzten Tage der Wehrmacht

N-TV **18.20** Formel 1 China – Rennen **18.30** Wissen **19.00** Nachrichten **19.05** Mit Pool zum Luxus-Garten **20.15** Achtung, Überwachung! **21.05** Achtung, Kamera! **22.05** Die Schmuggelmafia **23.05** Schwarzmarkt im Visier **0.10** Die Schmuggler

ONE **15.50** Hart aber herzlich **19.45** Lindenstraße **20.15** FILM **Macht Euch keine Sorgen** TV-Drama, D 2018 **21.45** FILM **Tatort** Ich töte niemand · TV-Krimi, D '18 **23.15** Lindenstraße **23.45** FILM **Tatort** (Wh. von 21.45) **1.15** FILM **Tödliche Augenblicke** Krimi, USA 2009

ZDF NEO **16.35** Sketch History **17.00** Death in Paradise **18.45** FILM **Der junge Inspektor Morse** Mädchen · TV-Krimi, GB 013 **20.15** FILM **Unter Verdacht** Verlorene Sicherheit · TV-Krimi, D 2016 **23.15** Bruder – Schwarze Macht (1–4/4) Wh. der Dramaserie **2.15** heute-show

ZDF INFO **17.15** Die Atombombe im Vorgarten **18.00** Das Geheimnis d. Kuba-Krise **18.45** Von Kolumbus bis Castro **19.40** heute-show **20.15** Die 80er – Das explosive Jahrzehnt (1–3/3) **22.30** Geheime Fronten **0.45** War Games – Der Kalte Krieg

SONNENKLAR TV **19.15** Urlaub für ALLE **19.30** Reisecharts **20.15** Die AdT Show **20.30** Urlaubsträume **21.00** sonnenklar.TV **21.15** Reiseticker **21.30** Die AdT Show **21.45** Reiselounge **22.30** Die AdT Show **22.45** Der Tag **23.00** Infomercial

ANZEIGE

Man fühlt sich dicker als man ist, der Bauch spannt, zwickt und rumort. Ein Blähbauch ruiniert das gesamte Wohlgefühl

Neun von 10 Frauen betroffen

Der Blähbauch

Ein aufgepumpter Bauch, Bauchschmerzen, Völlegefühl und peinliche Darmgeräusche. Bei solchen Beschwerden bleiben Frauen lieber zu Hause. Erste Hilfe leisten wertvolle bittere Heilpflanzen. Genau die gibt es heute im einzigartigen Verdauungs-Medikament Gasteo aus der Apotheke.

Die Fettverdauung kommt in Schwung

Schon beim ersten Kontakt mit der Zunge setzen die Bitterstoffe in Gasteo eine Kettenreaktion in Gang. Magen, Leber und Galle werden zur Produktion von Verdauungssäften angeregt. Die Fettverdauung kommt in Schwung und das Nahrungsfett landet nicht so schnell auf Hüfte, Bauch und Po. Durch den bitteren Geschmack lässt auch der Appetit schneller nach. So wird besonders der Heißhunger auf Süßes gebremst. Der Darm wird aktiviert und bereits vorhandene Gase zügig abtransportiert. Neue Blähungen können vermieden werden, belastende Blähungen verschwinden. Man fühlt sich wieder wohl in seiner Haut.

„Gasteo. Meine Magen-Medizin!"

Völlegefühl, Bauchweh, Blähbauch

Das hilft, das wirkt, das spürt man

Starke Bitterstoffe und wertvolle Krampflöser: Diese sorgfältig aufeinander abgestimmte Heilpflanzen-Rezeptur macht Gasteo zum Blähbauch-Spezialisten. Gasteo (Apotheke, rezeptfrei) ist ein echter Geheim-Tipp für die Haus-Apotheke.

Traditionelles pflanzliches Arzneimittel, zur Linderung von leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt. Traditionelles Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Abnehmen – ein guter Vorsatz

3 Kleidergrößen schlanker

Das einzige Medizinprodukt mit belegter Langzeitwirkung – Zum Abnehmen KLINISCH BELEGT Langzeitstudie[1] 12 Monate

Kennen Sie das auch? Oh je, die Hose ist schon wieder zu eng. Schluss damit. Jetzt ist abnehmen angesagt, denn eine schlankere Figur macht auch gesünder!

Starke Hilfe zum Abnehmen durch Studien belegt

Das bewährte Schlankheitsmittel formoline L112 ist das einzige Medizinprodukt mit einer bahnbrechenden klinischen Langzeitstudie[1] über 12 Monate. Die Studie belegt seine enorme Leistungsfähigkeit, denn die Teilnehmer konnten durchschnittlich ihren Bauchumfang um über 13 cm reduzieren sowie über 12 kg abnehmen.

Die Kalorien gehen – der Genuss bleibt

Dabei ermöglicht formoline L112 Ihnen einen Weg, wie Sie es leichter schaffen mit normalem Essen gesund abzunehmen. So ist Ihre Wohlfühlfigur auch ohne einseitige Crash-Diät leichter erreichbar.

Neu! Der hochdosierte Wirk-Ballaststoff für extra starke Hilfe beim Abnehmen

formoline L112 EXTRA ist eine Weiterentwicklung des bewährten formoline L112 und beinhaltet 50 % mehr des hochwirksamen Wirk-Ballaststoffs L112. Es wurde speziell für übergewichtige Personen ab 75 kg

Ihr extra starker „Kalorienmagnet“ zum Abnehmen

Das millionenfach bewährte formoline L112 wirkt wie ein starker Kalorienmagnet und zieht bis zu 2/3 der verzehrten kalorienreichen Nahrungsfette an sich und blockiert so deren Verwertung im Körper.

Unsere Empfehlung zum Abnehmen:

Nehmen Sie einfach täglich jeweils zwei Ballaststoff-Tabletten formoline L112 oder formoline L112 EXTRA zu Ihren beiden Hauptmahlzeiten ein, essen Sie normal und bewegen Sie sich regelmäßig, damit ist Ihre Wohlfühlfigur bald erreicht.

- Wirk-Ballaststoff einzigartig aus natürlichen Quellen
- weniger Gewicht – weniger Verzicht

NEU: *Neben dem anerkannten formoline L112 gibt es jetzt zusätzlich formoline L112 EXTRA hochdosiert – in Ihrer Apotheke*

entwickelt, da mit zunehmendem Körpergewicht auch das verzehrte Nahrungsvolumen anwächst. formoline L112 EXTRA kann hier das Abnehmen jetzt noch stärker unterstützen und helfen den Bauchumfang zu reduzieren.

Leichter abnehmen mit extra starker Anziehungskraft

Gesund abnehmen und Gewicht halten geht mit formoline L112 EXTRA jetzt noch leichter. Der hochdosierte Wirk-Ballaststoff L112 wirkt wie ein starker Kalorienmagnet und zieht bis zu 2/3 der verzehrten kalorienreichen Nahrungsfette an sich. Auf diese Weise vermindert L112 die Kalorienaufnahme aus kalorienreicher Ernährung und blockiert so deren Verwertung und Anlagerung im Körper, gleichzeitig erzeugt es eine angenehme Sättigung. Ein entstandenes Kaloriendefizit regt den Organismus an, die körpereigenen Fettreserven zu verbrennen: Der Körper wird schlanker.

Dauerhaft schlank mit der formoline Strategie

Mit formoline L112 oder formoline L112 EXTRA die Kalorienaufnahme reduzieren, vernünftig ernähren und regelmäßig bewegen, erzielt nachweislich Abnehmerfolge. Jo-Jo-Effekte – eine häufige Folge von sogenannten Turbo-Diäten – können so bestmöglich vermieden werden.

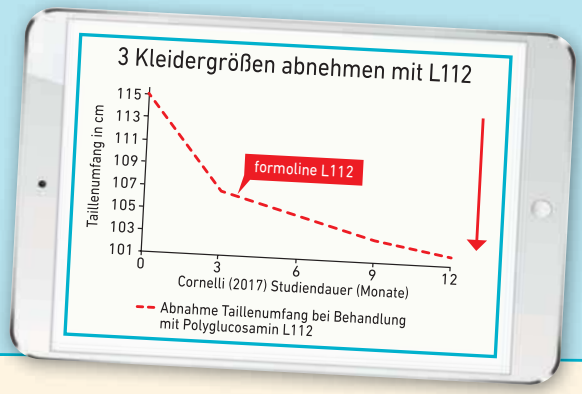
EXPERTENBEWERTUNG

Dr. Göbert
Ernährungswissenschaftlerin

Warum ist es wichtig den Bauchumfang zu reduzieren?
Ein größerer Bauchumfang entsteht durch das viszerale Bauchfett, das die inneren Organe wie Leber oder Bauchspeicheldrüse umhüllt. Dieses Fettgewebe sondert Fettsäuren sowie entzündungsfördernde Botenstoffe ab und schüttet Hormone aus. Die gesundheitlichen Folgen können erhöhter Blutdruck, hohe Blutfettwerte sowie ein steigender Blutzuckerspiegel sein. Dagegen hilft Abnehmen.

Wie kann man das Bauchfett erfolgreicher loswerden?
Eine Umstellung von Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten ist die beste Behandlung gegen Übergewicht. Aber nur wenige halten dies über einen längeren Zeitraum konsequent durch, daher empfehle ich zur unterstützenden Behandlung die Einnahme von formoline L112. Es erlaubt eine moderate und schmackhafte Ernährung während der Diät und fördert so die Motivation.

Warum empfehlen Sie formoline L112?
Unser Produkt formoline L112 macht eine Diätmaßnahme erfolgreicher. Studien zur Gewichtsreduktion belegen die Wirksamkeit und zeigen weitere gesundheitliche Vorteile wie z. B. eine allgemein sinnvolle Cholesterinreduzierung."



Auch Sie können das schaffen! Einfach mit formoline L112 starten und dranbleiben.

Starten Sie jetzt!

formoline L112 EXTRA, Lipidbinder zur Unterstützung der Behandlung von Übergewicht, Unterstützung der Gewichtskontrolle und Verminderung der Cholesterinaufnahme aus der Nahrung. Medizinprodukt Klasse III. Anwendung im Rahmen einer moderaten Diät. • **Aktuelle Studienergebnisse: 1) Cornelli (2017).** "Long-term treatment of overweight and obesity with polyglucosamine (PG L112) ..." Curr Dev Nutr 2017;1:e000919. • **Stoll (2017).** "Randomized, double-blind, clinical investigation to compare orlistat 60 mg and a customized polyglucosamine..." BMC Obesity 4:4. • **Cnubben (2016).** "A single oral dose of a polyglucosamine influences the bioavailability of [9-14C]-Oleic acid... BMC Obesity 3:18. • **Hersteller:** Certmedica GmbH, Magnolienweg 17, 63741 Aschaffenburg, 06021 / 15093 - 0. www.formoline.de

Die Nr. 1 in der Apotheke. Für beratende Ärzte und Therapeuten Fachinfo unter: www.gelbe-liste.formoline.de

GELBE LISTE. PHARMINDEX

WDR

20.15 REISEREPORTAGE

Wunderschön!

Abenteuer auf See: Andrea Grießmann (3.v.l.) begleitet zwei Familien mit dem Katamaran durch die Urlaubslandschaft Kroatiens.

9.55 Kölner Treff UT
11.25 Der Vorkoster UT
12.10 **Der indische Ring** UT
FILM ★★ TV-Melodram, D 2007 Mit Florian Fitz u.a.
13.40 Henker & Richter UT
15.20 Magisches Siebengebirge UT Doku
16.00 Taminas ReiseTest UT
16.45 **Eltern und andere Wahrheiten** UT HF
FILM ★★ TV-Familienfilm, D 2017 · Mit N. Petri
18.15 Tiere suchen ein Zuhause UT
19.10 Aktuelle Stunde UT
19.30 Westpol UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Wunderschön!** UT Reisereportage, D '17 Auf dem Segelboot in Kroatien
21.45 **Bundesliga** UT
22.15 **Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs** UT Show · Live
22.45 **Von Carrell bis Rosenthal** Show, D '16
23.30 **Dittsche – Das wirklich wahre Leben**
LIVE **kabarett.com** UT D 2016 · Alain Frei
0.30 **Rockpalast** Tocotronic (Mitschnitte von fünf Konzerten)
4.05 **Dittsche – Das wirklich wahre Leben**

BR

20.15 THEATER

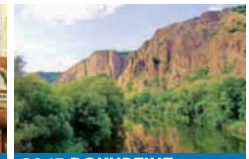
Ein verrücktes ...

Die Seniorinnen Elvira (Traudl Oberhorner, l.) und Isi (Kathi Leitner) wohnen zusammen. Besucher Egon stellt die WG auf den Kopf.

10.20 Italianità · Konzert
11.00 Stammtisch · Live
12.00 Mythos '68 (1/2) UT
12.50 **Die Zwillinge vom Immenhof** UT
FILM ★ Heimatfilm, D 1973
14.20 Unbekanntes Afrika
15.05 Die Bergpolizei
16.00 Rundschau UT
16.15 Unser Land UT
16.45 Euroblick UT
17.15 Aufgegabelt von Alexander Herrmann
17.45 Regional
18.30 Rundschau UT
18.45 freizeit
19.15 Autobahngeschichten
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Ein verrücktes Seniorenhaus** UT Chiemgauer Volkstheater, D 2012 Mit Franz Huber u.a.
21.45 **Blickpunkt Sport**
23.00 **Rundschau Magazin**
23.15 **Grünwald Freitagscomedy** D 2018 Gast: Simon Pearce
0.00 **Die Zwillinge vom Immenhof** UT
FILM ★ Heimatfilm, D 1973 Mit Heidi Brühl u.a. (Wh. von 12.50)
1.30 **Aufgegabelt von Alexander Herrmann**
2.00 **Unter uns. Himmel**
2.45 **freizeit** Magazin

SWR



20.15 DOKUREIHE

Spuren im Stein

Vor 400 Millionen Jahren war der Rotenfels im Hunsrück noch von Meerwasser bedeckt. Eine Reise durch die Geologie der Region.

11.25 24 Stunden in Ulm
12.25 **Alle Sehnsucht dieser Erde** UT TV-
FILM ★★ Abenteuerfilm, D '08
13.55 3. Liga · Karlsruher
LIVE SC – Hansa Rostock
16.00 Essgeschichten (1/5)
16.30 Lecker aufs Land UT
17.15 Die Quiz-Helden UT
18.00 Aktuell
18.05 Hierzuland UT (RH)
18.15 Ich trage einen großen Namen UT
18.45 Treffpunkt (BW) / Bekannt im Land (RH)
19.15 Die Fallers UT
19.45 Aktuell UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Spuren im Stein** (1+2/3) UT Neue Folgen der Dokureihe, D '18. Der Hunsrück / Der Kaiserstuhl *(so.)*
21.45 **Bundesliga** UT
22.05 **Sport** UT (BW) / **Flutlicht** UT (RH)
22.50 **Deutschland '68** Doku · (K)ein Jahr wie jedes andere!
23.35 **Zeichen der Zeit: Der Polizeistaatsbesuch** Doku, D '67 Beobachtungen unter deutsch. Gastgebern
0.20 **Gift** UT HF TV-Thriller,
FILM ★★ D 2016 · Mit Heiner Lauterbach u.a.

HR

20.15 DOKUREIHE

Giraffe, Erdmännchen

Ein Elefant hat Bauchweh: Tamo aus dem Opel-Zoo Kronberg frisst seit Tagen nicht. Ärzte und Pfleger machen sich große Sorgen.

10.15 Rote Rosen
11.05 Sturm der Liebe UT
11.55 **Der Hafenpastor und das Blaue vom Himmel** UT HF
FILM ★★ TV-Drama, D 2016
13.20 In aller Freundschaft
14.05 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte HF
14.55 Handball BL: MT Melsungen – Hüttenberg
LIVE
16.45 Herkules
17.15 m€x. UT
17.45 defacto UT
18.30 Hessen-Reporter UT
19.00 kriminalreport
19.30 hessenschau UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Giraffe, Erdmännchen & Co. XL** UT Dokureihe, D 18. Der schlaue Tamo
21.45 **Bundesliga**
22.05 **heimspiel! BL**
22.15 **jackpot-jäger** Neue Quizshow, D 2018 Mod.: Jens Pflüger
23.00 **Dings vom Dach** UT Quizshow, D 2018
23.45 **strassen stars** UT
0.15 **Wer weiss es?** UT
1.00 **Ich trage einen großen Namen** Show, D 2018
1.30 **Wie gefährlich ist die Deutsche Bank?** Doku, D 2017

NDR

20.15 DOKUREIHE

Inselgeschichten

Judith Rakers (2.v.r.) reist auf die Ostseeinseln Rügen und Usedom. Ein Bademodensammler erwartet sie am Strand von Bansin.

8.45 W.A. Mozart: Ballettmusik KV 367
9.00 Regional UT
9.30 Hamburg Journal UT
10.00 S-H Magazin UT
10.30 buten un binnen
11.00 Hallo Niedersachsen
11.30 Wunderschön! (9) UT
13.00 Abenteuer Diagnose
13.45 Die Bewegungs-Docs
14.30 Ostseestädte UT
16.00 Lieb und teuer
16.30 So isst der Norden!
17.00 Bingo!
18.00 Rund um den Michel
18.45 DAS! UT
19.30 Regional UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Inselgeschichten** UT Dokureihe, D 2017 Usedom und Rügen
21.45 **Bundesliga**
22.05 **Die NDR-Quizshow** UT Mod.: Jörg Pilawa
22.50 **Sportclub** UT
23.35 **Sportclub Story** UT Der Hamburger SV am Abgrund
0.05 **Action Man – Bankraub fast perfekt**
FILM ★★ Krimi, F/I 1967 · Mit Jean Gabin, Robert Stack, Walter Giller
1.45 **Rund um den Michel** UT Magazin
2.30 **Tietjen und Bommes**
4.30 **Mein Norden**

MDR

20.15 SHOW

Ein Abend für ...

Die DDR-Fernsehserie „Zur See" machte den Schauspieler Günter Schubert zum Star. Später brillierte er auch im „Polizeiruf 110".

9.30 Melbourne – Australiens Kult-Metropole
10.15 **Der Millionär** UT
FILM ★★ Komödie, D 1996 Mit Herbert Köfer u.a.
11.35 Riverboat UT
14.00 Fußball: 3. Liga UT
LIVE BSG Chemie Leipzig – BFC Dynamo
17.00 Aktuell
17.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte HF
18.00 Aktuell
18.05 In aller Freundschaft
18.52 Sandmännchen OO
19.00 MDR Regional UT
19.30 Aktuell UT
19.50 Kripo live UT

20.15 **Ein Abend für Günter Schubert** UT Show, D 2018
21.45 **Aktuell** UT
22.00 **Bundesliga** UT
22.20 **Sex-Shop DDR** (2/2) UT HF Doku, D 2018 Wildwest nach der Wende
23.05 **Sex, Moral und Sowjetmacht** Doku, D 2018
0.00 **Paulette – Die etwas andere Oma**
FILM ★★★ UT HF Komödie, F 2012 Mit Bernadette Lafont, Carmen Maura
1.20 **Sex-Shop DDR** (2/2) UT Doku, D 2018

RTL 2

11.00 Die Schnäppchenhäuser **14.00** Zuhause im Glück **16.00** Der Trödeltrupp **17.00** Mein neuer Alter **18.00** GRIP **20.00** News **20.15** FILM **The Lucky One – Für immer der Deine** Drama, USA 2012 **22.20** FILM **Katakomben** Horrorthriller, USA 14 *Free-TV-Premiere* **0.05** FILM **Grizzly Maze – Die Todeszone** Actionfilm, USA/CDN 2014 **1.50** FILM **Doomsday – Tag der Rache** Action, GB/USA/E 2008 **3.15** FILM **Katakomben** (Wh.)

SERVUS TV

13.55 64° – mit Marquez, Rossi und Co in der Schräglage **14.55** Geniale Technik **15.55** An den Quellen des Wassers (2/3) **17.00** Feuerwerk im Ozean **18.05** Tollkühne Testflieger **18.10** Heimatleuchten **19.10** Alpenranger **20.15** Die geheime Welt unserer Hunde (1/3) **21.15** The Brain – Das menschliche Gehirn **22.15** Morgan Freeman: Mysteriendes Weltalls **23.10** Archaic Festivals: Gelebte Tradtion **0.10** Die geheime Welt unserer Hunde

RBB

14.50 FILM **Für immer Afrika** TV-Melodram, D '07 **16.15** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte **17.05** In aller Fr. **17.50** Sandmann **18.00** Um sechs **18.30** Gartenzeit **19.00** Täter – Opfer – Polizei **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Wer weiß denn sowas? **21.45** Aktuell **22.05** Stilbruch **22.35** Bundesliga **22.55** Meine Oderberger Straße **23.40** Als wir die Zukunft waren · Dok.-Film, D 2016 **1.10** Kowalski & Schmidt

TELE 5

8.30 Werbung **10.30** Hour of Power **11.30** Werbung **15.25** Der rosarote Panther **15.45** Relic Hunter **16.50** FILM **Polar Storm** TV-Actionfilm, USA 2009 **18.35** FILM **2012: Supernova** Sci-Fi-Film, USA 2009 **20.15** FILM **Invasion vom Mars** Sci-Fi-Horror, USA 1986 **22.15** FILM **River of Death – Fluss des Grauens** Abenteuerfilm, USA 1989 **0.20** Electric Boogaloo **2.10** Las Vegas **3.35** FILM **Vampire Bats** Horror, USA 2005

SRTL

11.35 Tom u. Jerry Show **12.20** FILM **Tom & Jerry: Abenteuer auf dem Mars** Trick, USA 2005 **13.35** FILM **Barbie und „Die drei Musketiere"** Animation, USA 2009 **14.55** Zig & Sharko **16.05** FILM **In einem Land vor unserer Zeit – Das vergessene Tal** Trick, USA 94 **17.20** Scooby-Doo **17.45** Trolljäger **18.15** Sally **18.40** Einfach tierisch **19.10** Tom und Jerry **19.45** Angelo! **20.15** Snapped – Wenn Frauen töten **23.55** Comedy TOTAL

KIKA

11.30 Die Maus **12.00** FILM **Rübezahls Schatz** Familienfilm, D 2017 **13.30** Simsalagrimm **14.25** Tigerenten-Club **15.25** Checker Julian **15.50** CheXperiment **16.05** Checker Tobi **16.30** CheXperiment (44/44) **16.45** Der kleine Prinz **17.35** 1, 2 o. 3 **18.00** Shaun **18.20** Ben & Holly **18.40** Tilda Apfelkern **18.50** Sandmann **19.00** Tashi **19.25** pur+ **19.50** logo! **20.00** Ki.Ka Live **20.10** Ready for this – Die Chance deines Lebens

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel HF Hörfilm OO Zweikanalton Der besondere Tipp

Fotos: BR, Matthias Robl

Fiktion & Wirklichkeit

Neuer Schwung

Der „Grill“ am Viktualienmarkt ist wieder da. Drin wird viel gespielt und viel geredet. Neue Chefin ist die Kabarettistin **Christine Eixenberger**

Das Schild steht zersplittert vor der Tür. „Moni’s Grill“ steht drauf. Zeuge einer Fernsehgeschichte von 2016. Monika Gruber stand im Mittelpunkt einer Sendung, die halb Fiktion, halb Gespräch war. Vorbei. Und jetzt? „Ich bin jetzt!“ sagt Christine Eixenberger. Der Star der Herzkino-Reihe „Marie fängt Feuer“ ist die Neue am Viktualienmarkt. Aus „Moni“ wird „München“, der „Grill“ im Titel bleibt. Das Prinzip der Sendung auch. Fiktion trifft auf Wirklichkeit. Christine Neubauer steht weiterhin in der Küche, spielt die Toni Schweiger. Eixenberger heißt in dieser Bogner-Produktion Fanny. Die neue Geschäftsführerin, die vom Land in der Nähe des Schliersees nach München zieht. Fiktion verschwimmt hier mit der Realität. Eixenberger selbst stammt aus Miesbach am Schliersee.

Mit Sägebrecht, Glas, Giebel, Zimmerschied & Co.

Noch mehr Realität taucht in Form von bayerischen Fernsehgrößen auf. In Folge 1 der Kabarettist Christian Springer, der eifrig beim Umbau hilft. In Folge zwei kommt Marianne Sägebrecht („Out of Rosenheim“) vorbei. Uschi Glas, Andreas Giebel und Sigi Zimmerschied folgen. Bayerisches Prominenten-Stelldichein in Wirtshausatmosphäre. Klappt’s diesmal?

„Fingerspitzenlösung“ *heißt das neue Programm der Kabarettistin Christine Eixenberger. Die nächsten Termine: 13.4. Erding, 14.4. Regensburg, 20.4. Germering, 21.4. Baienfurt, 28.4. Gersthofen, 11.5. Traunreut*

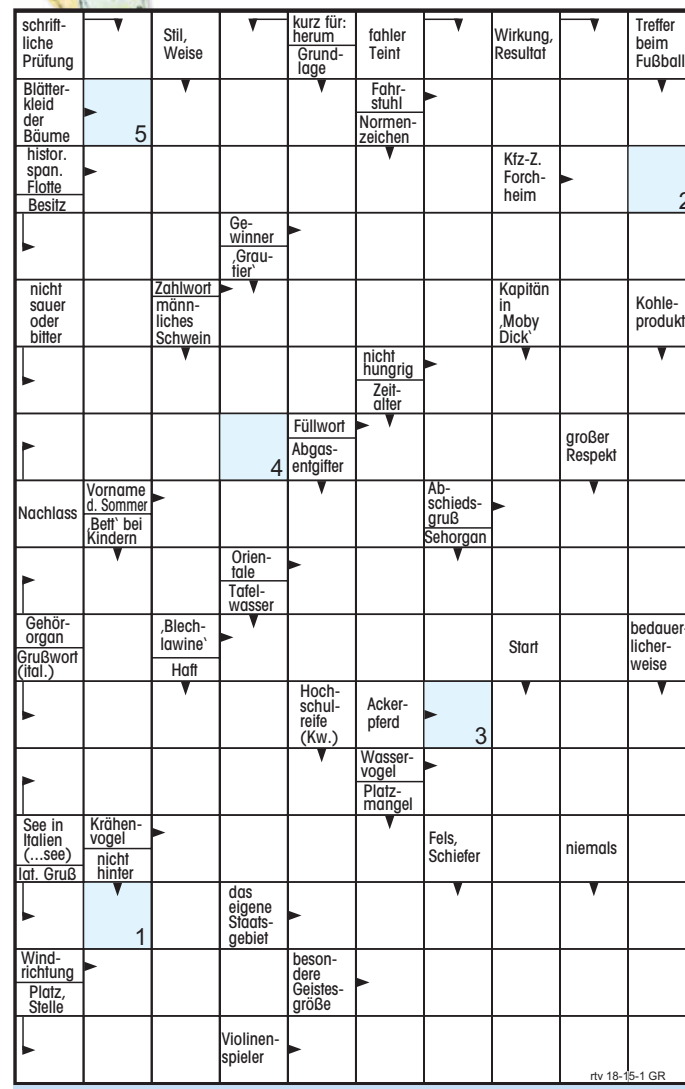
Die ersten sieben Folgen, noch fürs Erste produziert, wollten nicht wirklich viele sehen. Der neue Versuch startet im Bayerischen Fernsehen. Christine Eixenberger sammelt als schlagfertige Fanny Sympathiepunkte. Wenn’s mit dem „Grill“ nicht funktioniert, kann sie sich ja ganz auf ihr Kabarett konzentrieren. Ihr neues Programm heißt „Fingerspitzenlösung“, die Tournee hat Anfang April begonnen (s.o.).

Fr 20.15 BR **München Grill** Lustig, bayerisch, deftig. Sechs Folgen

Hier winkt Bares

Rätsel lösen **& gewinnen!**

333 €



Lösung 1 2 3 4 5

Teilnahmeschluss: 30.04.2018

Telefon:
EINFACH-CHANCE: **01378/420 110 ***
MEHRFACH-CHANCE: **0900/3333 510 ****

Bei der MEHRFACH-CHANCE können Sie mit einem Anruf durch die Beantwortung von 10 Fragen Ihre Gewinnchance bis um das 100-Fache (je richtige Antwort um das 10-Fache) erhöhen.

* € 0,50/Anruf a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters
** € 0,65/Minute a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters

SMS: rtv10.Lösung.Anschrift an die Kurzwahl **99 6 99** (€ 0,50/SMS)

Post: Schicken Sie eine Postkarte (€ 0,90) mit der Lösung an **rtv Gewinnspiel, Postfach 2500, 5000 Salzburg, ÖSTERREICH**

Internet: www.rtv.de/gewinnspiele (€ 0,50/Teilnahme bzw. Anruf a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbietern)

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mehrfachteilnahme möglich. Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter der rtv media group GmbH und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Die Teilnahme über Gewinnspiel-Services oder sonstige gewerbliche Dienstleister ist ausgeschlossen. Auflösung und Gewinner nach Teilnahmeschluss auf www.rtv.de.

ARD

20.15 DOKUMENTATION

Raubkatzen

Ozelote sind Meister der Tarnung. Mit ihrem gefleckten Fell werden die Katzen im Dickicht der Bäume von Feinden fast nicht gesehen.

- 5.30 ARD-Morgenmagazin
- 9.00 Tagesschau UT
- 9.05 Rote Rosen UT
- 9.55 Sturm der Liebe
- 10.45 Meister des Alltags UT
- 11.15 Gefragt – Gejagt UT
- 12.00 Tagesschau UT
- 12.15 ARD-Buffet UT Maistortillas mit Blumenkohl
- 13.00 ZDF-Mittagsmagazin
- 14.00 Tagesschau UT
- 14.10 Rote Rosen UT
- 15.00 **Tagesschau** UT
- 15.10 **Sturm der Liebe**
- 16.00 **Tagesschau** UT
- 16.10 **Giraffe & Co.** UT Wie besticht man Ameisenbären!
- 17.00 **Tagesschau** UT
- 17.15 **Brisant** UT
- 18.00 **Quizduell** UT Show
- 18.50 **Morden im Norden** UT Krimiserie, D '18 Dunkle Wasser
- 19.45 **Wissen vor acht – Zukunft** UT Exoskelett
- 19.50 **Wetter / Börse** UT
- 20.00 **Tagesschau** UT
- 20.15 **Raubkatzen** (2/2) UT Doku, GB 2017 Heimliche Jäger
- 21.00 **Hart aber fair** UT Diskussion Mod.: Frank Plasberg
- 22.15 **Tagesthemen** UT
- 22.45 **Protest und Provokation** UT Doku, D 2018 Die AfD im Bundestag
- 23.30 **Mythos oder Masterplan?** UT Doku, D 2018 Die wahre Geschichte des Marshall-Plans
- 0.15 **Nachtmagazin** UT
- 0.35 **Tatort** UT Ich töte niemand TV-Krimi, D 2018 (Wh. von gestern)
- 2.10 **Hart aber fair** UT

ZDF

20.15 TV-DRAMA

Der Richter

Richter Glahn (H. Ferch, r.) im Gewissenskonflikt: Soll er einen Mörder freilassen, um seine entführte Tochter zurückzubekommen?

- 5.30 ARD-Morgenmagazin
- 9.00 heute Xpress
- 9.05 Volle Kanne – Service täglich
- 10.30 Notruf Hafenkante UT
- 11.15 SOKO Wismar UT Bernd und Harry
- 12.00 heute
- 12.10 drehscheibe
- 13.00 ZDF-Mittagsmagazin
- 14.00 heute – in Deutschl.
- 14.15 Die Küchenschlacht Mit Mario Kotaska
- 15.00 **heute Xpress** UT
- 15.05 **Bares für Rares** UT
- 16.00 **heute – in Europa** UT
- 16.10 **Die Rosenheim-Cops** UT Verona sehen und sterben
- 17.00 **heute** UT
- 17.10 **hallo deutschland**
- 17.45 **Leute heute** UT
- 18.00 **SOKO 5113** UT Krimiserie, D 2014 · Wahlverwandtschaften
- 19.00 **heute / Wetter** UT
- 19.25 **WISO** UT Der Weg in die Selbstständigkeit – Worauf Sie achten müssen
- 20.15 **Der Richter** UT FILM ★★ TIPP S. 10 TV-Drama, D 2018 Mit Elisa Schlott, Victoria Sordo u.a. R.: Markus Imboden *Erstausstrahlung* *Lesen Sie dazu S. 4*
- 21.45 **heute-journal** UT
- 22.15 **Hard Sun** UT (1/3) FILM ★★ TV-Krimi GB 2018 Mit Jim Sturgess, Agyness Deyn u.a. R.: Brian Kirk (2. Teil: So., 3. Teil: Mo.) *Lesen Sie dazu S. 2*
- 0.00 **heute+**
- 0.15 **Just Push Abuba** (1/6) UT Neue Comedyserie, D 2018 Mit Elli Tringou, Anton Weil, Joon Kim u.a.
- 1.05 **Bares für Rares** UT

RTL

20.15 QUIZSHOW

Wer wird Millionär?

Doppelfolge bei Jauch: Zuletzt bekamen ehemalige Kandidaten eine zweite Chance, heute sitzen neue Gesichter auf dem Stuhl.

- 6.00 Guten Morgen Deutschland
- 8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten UT
- 9.00 Unter uns
- 9.30 Betrugsfälle Doku-Soap
- 10.00 Die Trovatos – Detektive decken auf Doku-Soap
- 11.00 Hebammen im Einsatz · Doku-Soap
- 12.00 Punkt 12
- 14.00 **Verdachtsfälle** Doku-Soap
- 17.00 **Betrugsfälle** Doku-Soap
- 17.30 **Unter uns** Daily Soap
- 18.00 **Explosiv** Magazin
- 18.30 **Exclusiv** Magazin
- 18.45 **RTL aktuell**
- 19.05 **Alles was zählt** UT Daily Soap, D 2018
- 19.40 **Gute Zeiten, schlechte Zeiten** UT Laura ist wütend auf sich selbst, weil Philip ihr immer noch nicht egal ist.
- 20.15 **Wer wird Millionär?** Quizshow, D 2018
- 22.15 **Extra – Das RTL Magazin** Mod.: Birgit Schrowange
- 23.30 **30 Minuten Deutschland** Reportagereihe, D 2018 Teures Straßenpflaster – Wenn Anwohner zahlen müssen
- 0.00 **Nachtjournal**
- 0.30 **10 vor 11** Magie der Worte – Durs Grünbein: „Die unsicheren Meere, auf denen die Ratio schwimmt“
- 0.55 **CSI: Miami** UT 4 Folgen · U.a.: Das Todescamp
- 4.10 **Betrugsfälle**

SAT.1

20.15 ACTIONSERIE

Lethal Weapon

Murtaughs (D. Wayans, l.) Weihnachtsurlaub samt Familie auf Hawaii fällt ins Wasser – sein Schützling Diego wurde erschossen.

- 5.30 Sat.1-Frühstücksfernsehen · Mod.: Matthias Killing, Daniel Boschmann, Marlene Lufen, Alina Merkau · Live
- 10.00 Total gesund! Magazin
- 10.30 Klinik am Südring
- 11.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie!
- 12.00 Anwälte im Einsatz
- 13.00 **Anwälte im Einsatz**
- 14.00 **Auf Streife** Doku-Soap
- 15.00 **Auf Streife – Berlin** Doku-Soap
- 16.00 **Klinik am Südring** Doku-Soap
- 17.00 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
- 17.30 **Schicksale**
- 18.00 **Auf Streife – Die Spezialisten** Doku-Soap
- 19.00 **Die Ruhrpottwache** Doku-Soap
- 19.55 **Sat.1 Nachrichten**
- 20.15 **Lethal Weapon** Actionserie, USA '17 Stille kracht
- 21.15 **Navy CIS: L.A.** Krimiserie, USA 2017 Ein schwerer Start
- 22.15 **Hawaii Five-0** Krimiserie, USA 2017 Zurück in die Zukunft
- 23.15 **Scorpion** Actionserie, USA '17 Die Frau der Stunde
- 0.05 **Lethal Weapon** Stille kracht
- 1.00 **Navy CIS: L.A.** Ein schwerer Start
- 1.45 **Hawaii Five-0** Zurück in die Zukunft
- 2.30 **Scorpion** Die Frau der Stunde
- 3.05 **Criminal Minds** 3 Folgen (bis 5.15)

PRO 7

20.15 COMEDYSERIE

The Big Bang Theory

Raj (Kunal Nayyar) beginnt eine Affäre mit der verheirateten Nell (Beth Behrs). Derweil nistet sich Sheldon bei Leonard und Penny ein.

- 5.40 Undateable
- 6.20 Worst Week
- 7.10 Last Man Standing
- 8.30 Odd Couple
- 9.20 The Real O'Neals
- 10.10 The Middle
- 11.00 Mike & Molly
- 11.50 How I Met Your …
- 12.40 2 Broke Girls
- 13.30 Two and a Half Men U.a.: Ich mach bei Hochzeiten immer das Gleiche
- 14.50 **The Middle** Die Aufführung / Das Kuscheltier
- 15.45 **The Big Bang Theory** Die Wahrheit über den Fahrstuhl / Nie mehr dumme Typen / 31 Liebhaber, aufgerundet
- 17.00 **taff** Boulevardmag.
- 18.00 **Newstime**
- 18.10 **Die Simpsons** Zeichentrickserie, USA 2011 · Die Farbe Grau / Wütender Dad – Der Film
- 19.05 **Galileo** Magazin
- 20.15 **The Big Bang Theory** Comedyserie, USA 2018 · Die Zeitzonen-Klausel
- 20.45 **The Middle** Comedyserie, USA 2016 Die bittere Pille
- 21.15 **The Big Bang Theory** Comedyserie, USA 2017 · Die retrospektive Retrospektive / Der Stelzen-Traum (2014) / Das Princeton-Problem / Die Nowitzki-Provokation
- 23.00 **Late Night Berlin** Show, D 2018
- 0.00 **The Big Bang Theory** (Wh. ab 20.15)
- 2.05 **The Middle**
- 2.30 **Wilfred** Intuition / Perspektive

VOX

20.15 DOKU-SOAP

Goodbye Deutschland

Doris und Kay Becker aus dem niedersächsischen Lüchow bieten auf Teneriffa Diamanten und Goldringe zum Schnäppchenpreis an.

- 5.10 CSI: NY UT
- 6.50 Verklag mich doch!
- 10.50 vox nachrichten
- 10.55 4 Hochzeiten und eine Traumreise Tag 5: Finale
- 12.00 Shopping Queen In Karlsruhe
- 13.00 Zwischen Tüll und Tränen · Doku-Soap
- 14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Doku-Soap
- 15.00 **Shopping Queen** Doku-Soap, D 2018 Motto in Darmstadt: Summer Beats – Treffe mit deinem Festival-Outfit den richtigen Ton! Tag 1: Pia
- 16.00 **4 Hochzeiten und eine Traumreise**
- 17.00 **Zwischen Tüll und Tränen** Doku-Soap
- 18.00 **First Dates – Ein Tisch für zwei**
- 19.00 **Das perfekte Dinner** Doku-Soap, D 2018
- 20.00 **Prominent!** Magazin
- 20.15 **Goodbye Deutschland! Die Auswanderer** Doku-Soap, D 2018 Geli und René wollen auf Gran Canaria mit ihre Bar „Rumpelstilzchen“ durchstarten. / Die Berlinerin Jessi plant, auf Gran Canaria einen Dönerladen zu eröffnen. Doch die Ablöse ist sehr hoch.
- 23.10 **Goodbye Deutschland! Die Auswanderer** Doku-Soap
- 0.10 **vox nachrichten**
- 0.30 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin** UT 6 Folgen (bis 5.00)

3SAT

9.05 Kulturzeit **9.45** nano **10.15** Riverboat **12.15** sonntags **12.45** Schätze der Welt **13.00** ZIB **13.20** Capri, da will ich hin! **13.50** Rom, da will ich hin! **14.20** St. Tropez, da will ich hin! **14.50** Die Kanarischen Inseln (1–2/3) Lanzarote und Fuerteventura / Teneriffa, El Hierro und La Palma / Gran Canaria und La Gomera **17.00** Die Balearischen Inseln (1/2) Mallorca und Menorca / Ibiza und Formentera **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau

20.15 Die Rückkehr der Wildnis
Reno Sommerhalders Suche nach der intakten Natur
Dok.-Film, CH 2017

21.45 10 vor10 extra
Reportagereihe, CH 2015 · Bahnhöfe dieser Welt

22.00 ZIB 2

22.25 Die Sonneninsel
Dok.-Film, D 2017

23.55 Nach dem Anschlag
Terroropfer auf ihrem Weg zurück ins Leben

0.25 10vor10

ARTE

10.40 360° · Auf der Spur des spanischen Luchses **11.30** Die Kunst der Anpassung (1/6) Afrika, der Albert-Graben **12.15** Re: **12.50** Arte Journal **13.00** Stadt Land Kunst **14.15** FILM **In ihrem Haus** Mysterythriller, F 2012 **16.00** Grenzenloses Frankreich (3/5) **16.55** X:enius **17.20** Magische Gärten **17.50** Dänemark zwischen den Meeren: Nordjütland **18.35** Lungau – Wildnis im Herzen der Tauern **19.20** Journal **19.40** Re: Kulturkampf in Lettland

20.15 Die Akte Odessa
FILM ★★★ Thriller, D/GB 1974
Mit Jon Voight, Maximilian Schell u.a.
Regie: Ronald Neame

22.20 Point Blank
FILM ★★★ Thriller, USA 1967
Mit Lee Marvin, Angie Dickinson, K. Wynn
Regie: John Boorman

23.50 Wien vor der Nacht
Dok.-Film über jüd. Identität, F/D/A 2016
Erstausstrahlung

1.05 Die Unsterblichkeits-Formel
Dok.-Film, F 2014

KABEL 1

5.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum **8.40** The Closer **9.35** Navy CIS: L.A. **10.25** Navy CIS **11.20** Without a Trace **12.15** Cold Case **13.10** Castle Fenton O'Connell **14.00** The Mentalist · Kleine graue Männchen **14.55** Navy CIS: L.A. · Zwei Arten Schuld **15.50** News **16.00** Navy CIS **16.55** Abenteuer Leben täglich **17.55** Mein Lokal, dein Lokal – Wo schmeckt's am besten? „Caruso", Wildeshausen **18.55** Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum

20.15 Aliens – Die Rückkehr
FILM ★★★ Sci-Fi-Film, USA 1986 · Mit Sigourney Weaver, Carrie Henn · Regie: James Cameron

23.30 Universal Soldier: Regeneration
FILM ★★ Actionfilm, BUL/USA 2009 · Mit Jean-Claude Van Damme

1.15 Operation: Endgame
FILM ★★ Actionkomödie, USA 2010 · Mit Joe Anderson u.a.

2.45 Universal Soldier
FILM (Wh. von 23.30)

WEITERE SENDER

SPORT1 **13.30** Storage Wars **15.30** Container Wars **16.30** Storage Wars **18.30** BK aktuell **19.00** Volkswagen Pokalfieber Live **19.45** Die Premier League Highlights **21.00** Goooal! **21.30** BL aktuell **22.15** Die Premier League Highlights **23.30** Goooal! **0.00** Sport-Clips

EUROSPORT **12.30** Rad: Amstel Gold Race **14.00** Rad · Tour of the Alps · Live **15.30** Soccer **17.00** Superbike-WM **18.00** Formel E **18.30** Soccer **20.00** Rad · Tour of the Alps **20.45** Beyond Champions **21.15** Olympische Spiele **23.15** WATTS **23.30** Rad · Tour of the Alps (bis 1.30)

SIXX **13.50** Der Hundeflüsterer **15.45** Notruf Hund **16.40** Private Practice **17.35** The Closer **18.30** Gilmore Girls **19.25** Grey's Anatomy **20.15** Gilmore Girls **22.15** Famous in Love **23.10** Reign **0.55** Medium – Nichts bleibt verborgen

RTL PLUS **12.25** Strafgericht **14.50** Familiengericht **17.15** Staatsanwalt Posch ermittelt **18.05** Mein himmlisches Hotel **18.55** Unsere erste gemeinsame Wohnung **20.15** Dr. Stefan Frank **22.00** Hinter Gittern **0.30** Jeopardy! **0.55** Familien-Duell

ARD ALPHA **19.15** Werner Heisenberg (1/6) **19.30** alpha-Demokratie **20.00** Tagesschau **20.15** #Beckmann **21.00** Planet Wissen **22.00** Infektionskrankheiten **22.15** Campus Doku **22.45** service: gesundheit **23.15** The Day **23.45** Tagesschau 1998 **0.00** Bob Ross

PHOENIX **16.00** Estland – Lettland – Litauen **16.45** Doku **17.30** Der Tag **18.00** Reportage **18.30** Mythos Kongo (1+2/2) **20.00** Tagess. **20.15** Die Trumps **21.00** WELTjournal + **21.45** heute-journal **22.15** Unter den Linden **23.00** Der Tag **0.00** Unter den Linden

WELT **18.15** Börse **18.25** Auf Leben und Tod **19.10** Welt der Wunder **20.05** Chain Gang – Häftlinge in Ketten **21.05** Überleben hinter Gittern **22.05** New Yorks härtester Knast (1+2/2) **0.05** Lou Ferrante: Das organisierte Verbrechen

N-TV **17.30** News Spezial **18.15** Telebörse **18.30** PS – Porsche Carrera Cup **19.15** Spiegel TV Magazin **20.15** Der Phoenix-Effekt – Aus Alt wird Neu **21.05** Battle Factory **22.10** Nazi-Bauwerke **0.10** PS – Porsche Carrera Cup

ONE **16.35** Verbotene Liebe **17.20** Lindenstraße **17.50** Hart aber herzlich **18.40** Sturm der Liebe **20.15** FILM **Zwei Leben** Thriller, D/N 2012 **21.45** My Mad Fat Diary **23.20** Sträters Männerhaushalt **0.05** Shuffle **0.20** FILM **Macht Euch keine Sorgen** TV-Drama, D 2018

ZDF NEO **20.15** FILM **Inspector Barnaby** Brennen sollst du! TV-Krimi, GB 2004 **21.50** FILM **Inspector Barnaby** Nachts, wenn du Angst hast · TV-Krimi, GB 2004 **23.25** FILM **Vera – Ein ganz spezieller Fall** Natürliche Selektion · TV-Krimi, GB 2017 *Erstausstrahlung* **0.55** Spooks

ZDF INFO **19.30** Die Geheimnisse der Geschichte **20.15** Aliens **21.00** Geheimnisse des Universums: Rätsel der Menschheit **22.30** Morgan Freeman: Mysterien des Weltalls **23.15** Wetterextreme im Universum **0.00** Morgan Freeman …

SONNENKLAR TV **19.15** Urlaub für ALLE **19.30** Reisecharts **20.15** Die AdT Show **20.30** Urlaubsträume **21.00** sonnenklar.TV **21.15** Reiseticker **21.30** Die AdT Show **21.45** Reiselounge **22.30** Die AdT Show **22.45** Der Tag **23.00** Infomercial

Der Treppenlift 1

- Die Nr. 1 für gebrauchte Markenlifte
- Generalüberholt mit Hersteller-Originalteilen
- Deutschlandweit 365 Tage Service
- Bis zu € 4.000,– staatliche Zuschüsse*

Bis zu 50% Ersparnis

www.der-treppenlift.de

*Zuschüsse bei Pflegebedürftigkeit für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes

gebührenfrei 0800 - 434 44 04

quickmaxx
Elektromobile aus Deutschland
mit Abstand besser
Führerscheinfrei 6 - 15 km/h
Bundesweiter Kundendienst
Gratis Probefahrt bei Ihnen zu Hause!
Tel. 0800 - 33 666 55
PKW-Inzahlungnahme

Gratis-Katalog für Sie reserviert
Lofty
Hochwertige Perücken schon ab **nur € 99,95!**
Noch heute anfordern:
Tel. 06106-870 30 oder www.lofty.de
Perücke zum Nulltarif auf Rezept, bequeme Direktabrechnung mit Ihrer Krankenkasse.
Lofty
Ihr Perücken-Spezialist
Lofty · 63110 Rodgau · Henschelstr. 10 u

DAS CHINESISCHE HOROSKOP
von Kung C. Weng
Jahrtausende alte Weisheiten können nicht irren. Täglich neu!
Rufen Sie unsere Hotline an:
0900 / 330 9030
(€ 0,65/Min. a. d. dt. Festnetz, Mobilfunk höher) FSK 18

Sexuelle Schwäche?
euviril – natürliche Hilfe für den aktiven Mann
Euviril ist wirksam – sehr gut verträglich & für Diabetiker geeignet. Rezeptfrei in Apotheken.
euviril Complex
Bei Erektionsschwäche
euviril Aprosta
Für Blase und Prostata
www.euviril.de
Diskret für Ihren Apotheker:
euviril Complex PZN 02497424
euviril Aprosta PZN 10013334

Montag | 16.4.

Ihr Gewinn in rtv: ein Auto! **BMW, Mercedes, Audi, VW**. Sie haben die Wahl. Auto-Gewinnspiel: Seite 42

WDR

20.15 MAGAZIN

Doc Esser

Esser begleitet eine Patientin ins Kopfschmerzzentrum in Essen. Virtuell erfährt er hier selbst, wie schmerzvoll Migräneattacken sind.

- **9.45** Tamina auf Spiekeroog UT
- **10.15** Aktuelle Stunde UT
- **10.35** Westpol UT
- **11.05** Panda, Gorilla & Co.
- **11.55** Am Kap der wilden Tiere UT Dokureihe
- **12.45** Aktuell UT
- **13.00** Planet Wissen
- **14.00** Zoo-Babies UT
- **14.25** Dings vom Dach UT
- **15.10** Wer weiß denn sowas
- **16.00** Aktuell UT
- **16.15** Hier und heute
- **18.00** Aktuell / Lokalzeit UT
- **18.15** Servicezeit UT
- **18.45** Aktuelle Stunde UT
- **19.30** Lokalzeit / Tagess.

- **20.15** **Doc Esser** UT Mag. Kopfschmerzen
- **21.00** **Abenteuer Diagnose** (5/6) UT Dokureihe, D 2018 · Alarmierende Ergebnisse
- **21.45** **Aktuell** UT
- **22.10** **Brandgefahr! Wie machtlos sind die Mieter?** Marode Hochhäuser in NRW · Doku, D '18
- **22.40** **Westart** UT Magazin
- **23.20** **Kill Your Darlings –** FILM ★★★ **Junge Wilde** UT Biografie, USA 2013 Mit Daniel Radcliffe *Free-TV-Premiere*
- **1.00** **Doc Esser** UT

BR

20.15 DOKUREIHE

Heimat der Rekorde

2018 wird der Freistaat Bayern 100 Jahre alt. Claudia Pupeter präsentiert ein Bundesland voller Überraschungen und Rekorde.

- **10.25** Unbekanntes Afrika
- **11.10** Bergbauern in den Schweizer Alpen UT
- **11.55** London UT
- **12.40** Dings vom Dach
- **13.25** In aller Freundschaft
- **14.10** Kunst + Krempel
- **14.40** Wer weiß denn sowas
- **15.30** Aufgegabelt vor Alexander Herrmann
- **16.00** Rundschau UT
- **16.15** Wir in Bayern UT
- **17.30** Regional
- **18.00** Abendschau UT
- **18.30** Rundschau UT
- **19.00** Unkraut UT
- **19.30** Dahoam is Dahoam
- **20.00** Tagesschau UT

- **20.15** **Heimat der Rekorde** (1/5) UT Neue Dokureihe, D 2018
- **21.00** **Bayern erleben** UT Dokureihe, D 2017 Augsburg – Stadt des Wassers
- **21.45** **Rundschau Magazin**
- **22.00** **Lebenslinien** UT Porträtreihe, D 2017 Andreas Kuhnlein (Holzbildhauer)
- **22.45** **Löwengrube** UT Veränderungen
- **23.45** **Schlachthof**
- **0.30** **Rundschau Nacht**
- **0.40** **Ringlstetter** Talk
- **1.30** **Dahoam is Dahoam**

SWR

21.00 DOKUREIHE

Schatzsuche im ...

Auf dem Geschwinghof: Familie Weber empfängt den Schwarzwald-Reisenden Frithjof Hampel (r.) in traditioneller Kleidung.

- **8.05** Auf dem Härtsfeld
- **8.50** Landleben4.0 UT
- **9.35** Seehund, Puma & Co.
- **10.25** Nashorn, Zebra & Co.
- **11.15** Planet Wissen Endlich schmerzfrei
- **12.15** Die Quiz-Helden UT
- **13.00** Meister des Alltags UT
- **13.30** Verstehen Sie was?
- **14.15** Eisenbahn extra
- **14.45** Tiere bis unters Dach
- **15.15** Tierarztgeschichten
- **16.05** Kaffee oder Tee
- **18.00** Aktuell
- **18.15** Mensch, Leute!
- **18.45** Landesschau UT
- **19.30** Aktuell UT
- **20.00** Tagesschau UT

- **20.15** **Die Sofa-Richter** UT Best-of
- **21.00** **Schatzsuche im Südwesten** (2/10) UT Dokureihe, D 2018 In der Ortenau und im Hochschwarzwald
- **21.45** **Aktuell** Magazin
- **22.00** **Sag die Wahrheit** UT Show · Verhörspezialist / Langhaar-Dackel-Züchterin
- **22.30** **Meister des Alltags** UT Rateshow
- **23.30** **Wer weiß denn sowas?** UT Quizshow
- **0.15** **Die Quiz-Helden** UT
- **1.00** **Stadt – Land – Quiz**
- **1.45** **Wer weiss es?**

HR

21.00 DOKUMENTATION

Hessen-Reporter

Bangen um den kleinen Emilio. Im Kinderherzzentrum des Uniklinikums Gießen und Marburg wartet er auf ein Spenderorgan.

- **10.35** Engel fragt UT
- **11.05** Herkules
- **11.35** Hessen à la carte UT
- **12.50** **Das Wunder von** FILM ★★ **Merching** UT Hf TV-Heimatfilm, D '12
- **14.20** Panda, Gorilla & Co.
- **15.10** Giraffe & Co.
- **16.00** hallo hessen
- **16.45** hessenschau
- **17.00** hallo hessen
- **17.50** hessenschau
- **18.00** Maintower
- **18.25** Brisant UT
- **18.50** service: zuhause UT
- **19.15** alle wetter
- **19.30** hessenschau UT
- **20.00** Tagesschau UT

- **20.15** **defacto** UT Magazin mit Robert Hübner
- **21.00** **Hessen-Reporter** UT Doku, D 2018 · In der Kinderherzklinik
- **21.30** **hessenschau**
- **21.45** **Tatort** UT Hf Dicker als Wasser · TV-Krimi, FILM ★★★ D 2015 · Mit Klaus J. Behrendt, D. Bär u.a. R.: Kaspar Heidelbach
- **23.15** **Heimspiel!**
- **0.00** **Die durch die Hölle** FILM ★★★ **gehen** UT Drama, USA '78 · Mit Robert De Niro, Christopher Walken, John Savage R.: Michael Cimino
- **3.00** **alle wetter**

NDR

20.15 MAGAZIN

Markt

Das eigene Foto auf einer Leinwand. Immer mehr Anbieter versprechen hochwertige Produkte. Stimmen Qualität, Service und Preis?

- **11.00** Hallo Niedersachsen
- **11.30** Mein Norden
- **11.35** Einfach genial UT
- **12.00** Elefant, Tiger & Co. UT
- **12.25** In aller Freundschaft
- **13.10** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte Hf
- **14.00** NDR//aktuell UT
- **14.15** die nordstory UT
- **15.15** Wer weiß denn sowas
- **16.00** NDR//aktuell UT
- **16.20** Mein Nachmittag UT
- **17.10** Eisbär, Affe & Co. UT
- **18.00** Regional UT
- **18.15** Die Nordreportage
- **18.45** DAS! UT
- **19.30** Regional UT
- **20.00** Tagesschau UT

- **20.15** **Markt** UT Magazin Foto-Services: Wo stimmen Qualität, Kundendienst und Preis?
- **21.00** **NDR WissensCheck** (1/4) UT Neue Dokureihe, D 2018 · Brot
- **21.45** **NDR//aktuell** UT
- **22.00** **45 Min** UT Doku, D 2017 · Artgerecht? Das Schweine-Experiment
- **22.45** **Kulturjournal** UT
- **23.15** **The Company Men** FILM ★★★ UT Drama, GB/USA '10 · Mit Ben Affleck, Tommy Lee Jones
- **0.55** **Anne Will** UT

MDR

20.15 GAUNERKOMÖDIE

Die Olsenbande ...

Pech für die Olsenbande: Die erbeuteten vier Millionen aus einem Geldtransport schnappt ihnen ein Ganove namens „König“ weg.

- **9.20** Wer weiß denn sowas
- **10.05** Elefant, Tiger & Co. UT
- **11.00** MDR um elf UT
- **11.45** In aller Freundschaft Triumph der Vernunft
- **12.30** **Leichtmatrosen –** FILM ★★ **Drei Mann in einem Boot** UT TV-Komödie, D 2017 · Mit G. Euler
- **14.00** MDR um zwei UT
- **15.00** LexiTV UT
- **16.00** MDR um vier UT
- **17.45** Aktuell UT
- **18.10** Brisant UT
- **18.54** Sandmännchen UT
- **19.00** Regional UT
- **19.30** Aktuell UT
- **19.50** Mach dich ran! UT

- **20.15** **Die Olsenbande und ihr großer** FILM ★★★ **Coup** UT Hf Gaunerkomödie, DK 1972 · Mit Ove Sprogøe, Morten Grunwald, Poul Bundgaard u.a. · Regie: Erik Balling
- **21.50** **Aktuell** UT
- **22.10** **Fakt ist!** UT Talkshow
- **23.10** **Der Vorleser** UT Hf Drama, USA/D 2008 FILM ★★★ Mit Kate Winslet, Ralph Fiennes u.a. R.: Stephen Daldry
- **1.05** **MDR Kultur** Magazin
- **1.20** **Fakt ist!** UT Talkshow
- **2.20** **Anne Will** UT

RTL 2

10.55 Family Stories **12.00** Die Wollnys **13.00** Die Reimanns **14.00** Köln 50667 **15.00** Berlin – Tag & Nacht **16.00** Einfach hairlich – Die Friseure **17.00** Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt ... **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin – Tag & Nacht **20.00** News **20.15** Stahl:hart gegen Mobbing **22.15** Armes Deutschland: Stempeln oder abrackern? **0.20** exklusiv · 4 Folgen · U.a.: Sparen, feilschen, Schnäppchen jagen / Transsexuell (bis 3.25)

SERVUS TV

13.05 Moderne Wunder – Spezial **14.05** David Attenboroughs Great Barrier Reef (1/4) **15.05** Auf Entdeckungsreise – durch Europa **16.00** McLeods Töchter **17.00** Moderne Wunder **18.05** Auf legendären Routen **19.15** Auf Entdeckungsreise – durch Europa **20.15** Australien (1/4): Im Reich der Roten Kängurus **21.15** Bergwelten **22.15** Abenteuer Tauchen **23.10** Sport und Talk **0.40** Ultimate Rush – Der ultimative Kick

RBB

15.15 Abenteuer Panamericana (1/5) **16.00** Aktuell **16.15** Wer weiß denn sowas? **17.05** Nashorn, Zebra & Co. **17.55** Sandmann **18.00** Um sechs **18.30** zibb **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Super. Markt – Neues für Verbraucher **21.00** Viel für wenig (1/5) **21.45** Aktuell **22.15** FILM **Tatort** Tot bist Du! · TV-Krimi, D '01 **23.45** FILM **Polizeiruf 110** Vermisst wird Peter Schnok · TV-Krimi, DDR 1977 **0.45** Fuchs und Gans

TELE 5

16.05 Star Trek – Raumschiff Voyager **17.05** Raumschiff Enterprise **18.10** Star Trek – Raumschiff Voyager **19.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **20.15** FILM **Quatermain – Auf der Suche nach dem Schatz der Könige** Abenteuerfilm, USA 1985 **22.15** FILM **Quatermain – Auf der Suche nach der geheimnisvollen Stadt** Abenteuerfilm, USA 1986 **0.20** FILM **Invasion vom Mars** Sci-Fi-Horror **2.05** FILM **River of Death**

SRTL

12.20 Friends – Tierisch gute Freunde **12.40** Spirit: wild und frei **13.10** Coop **13.35** Tom und Jerry **14.10** Nexo Knights **14.35** Angelo! **15.05** King Julien **15.30** Sally **16.00** Inspector Gadget **16.25** Zak Storm – Super Pirat **16.50** Coop **17.20** Scooby-Doo **17.45** Trolljäger **18.10** Sally **18.40** Einfach tierisch **19.10** Tom und Jerry **19.45** Angelo! **20.15** On the Case – Unter Mordverdacht **22.15** Verzweifelt gesucht **0.25** Infomercials

KIKA

12.05 Pippi Langstrumpf **12.25** Die Maus **12.55** Sherlock Yack **13.20** Das Green Team **13.40** Die Pfefferkörner **14.10** Schloss Einstein **15.00** Lenas Ranch **15.45** H2O **16.35** Mirette ermittelt **17.00** Hexe Lilli **17.25** Insectibles **18.00** Shaun **18.20** Ben & Holly **18.40** Tilda Apfelkern **18.50** Sandmännchen **19.00** Tashi **19.25** pur+ **19.50** logo! **20.00** Ki.Ka Live **20.10** Das erste Mal ... Europa! **20.35** Durch die Wildnis

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hf Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

Kräuterhaus Sanct Bernhard

www.kraeuterhaus.de/A35
Bestell-Telefon: 07334/96540

Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus

Ginkgo Kapseln

240 Kapseln schon ab € 16,00

Jede Kapsel enthält **75 mg Ginkgo-biloba-Spezialextrakt 50:1.**

Best.-Nr. **78**	240 Kapseln	**€ 17,50**
	ab 3 Packungen	nur **€ 16,00**

2 zum Preis von 1

Hyaluronsäure 200 mg

Hyaluronsäure ist ein **natürlicher Bestandteil** der Haut, des Bindegewebes und der Gelenkflüssigkeit. Bemerkenswert ist ihre Fähigkeit, große Mengen Wasser an sich zu binden. Jede Kapsel enthält **200 mg reine Hyaluronsäure** und 40 mg **Vitamin C**, das zur **Kollagenbildung** beiträgt.

Sonderaktion bis 30.04.2018:

Best.-Nr. **843**	120 Kapseln	**€ 24,50**
	+ 1 Packung gratis im April 2018!	

Aktion bis 30.04.2018

Vitamin-B12-Supra-100 µg-Tabletten

Vitamin B12 spielt eine wichtige Rolle unter anderem für die **gesunde Funktion von Gehirn und Nervensystem**, das **Zellwachstum** und die Zellteilung sowie im **Energiestoffwechsel** des Menschen.

Im Sonderangebot bis 30.04.2018:

Best.-Nr. **118**	240 Tabletten für 4 Monate	~~€ 6,50~~ **5,00**
	ab 3 Packungen	nur ~~€ 5,95~~ **4,50**

Magnesium 400 supra 1 x täglich!

Magnesium trägt zu einer normalen Funktion der Muskeln, insbesondere bei Sport und körperlicher Anstrengung bei. Magnesium fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, **entspannte Muskeln und Waden.** Jede Kapsel enthält **400 mg reines Magnesium**.

Best.-Nr. **129**	120 Kapseln für 4 Monate	**€ 8,50**
Best.-Nr. **135**	300 Kapseln für 10 Monate	nur **€ 17,50**

Gelenkfit-Kapseln mit Glucosamin + Chondroitin

Gelenkfit-Kapseln enthalten Calcium, Magnesium, die Vitamine B1, B2, B6, B12, C, Niacin, Pantothensäure, Folsäure und Biotin sowie die Mucopolysaccharide **Glucosamin und Chondroitin,** die natürliche **Bestandteile des Bindegewebes,** der Knorpel und der Gelenkflüssigkeit sind.

Best.-Nr. **1790**	240 Kapseln für 40 Tage	**€ 21,50**
Best.-Nr. **1791**	3er-Packung	nur **€ 57,00**

Grünlippmuschel-Kapseln

Neuseeländische Grünlippmuscheln (Perna canaliculus) enthalten Glycosaminoglykane (GAG), die beim Menschen natürlicherweise im Bindegewebe, den Gelenkknorpeln und der Gelenkflüssigkeit („Gelenkschmiere") vorkommen. Jede Kapsel enthält **500 mg reines Grünlippmuschel-Konzentrat.**

Best.-Nr. **805**	150 Kapseln für 2 Monate	**€ 12,50**
Best.-Nr. **1850**	300 Kapseln für 4 Monate	nur **€ 23,00**

Augenfit-Kapseln mit 12 mg Lutein!

Jede Kapsel enthält **12 mg Lutein**, 2 mg Beta-Carotin, 0,6 mg Zeaxanthin, **100 mg Heidelbeer-Extrakt** und 10 mg Vitamin E. Außerdem Zink und die Vitamine A und B2 die zur Erhaltung einer normalen Sehkraft beitragen.

Best.-Nr. **105**	90 Kapseln für 6 Wochen	**€ 12,50**
	ab 3 Packungen	nur **€ 11,00**

Erotisan-Manneskraft

Zur Anregung + Stärkung für IHN.
Unterstützt die sexuelle Leistungsfähigkeit.

Best.-Nr. **142**	1 Liter	**€ 17,50**
Best.-Nr. **1042**	3er-Packung	nur **€ 48,00**

Kürbiskernöl-Kapseln

Gut für Blase und Prostata. Kürbiskernöl aus kontrolliert biologischem Anbau.

Best.-Nr. **162**	130 Kapseln à 500 mg	**€ 7,50**
Best.-Nr. **161**	400 Kapseln	nur **€ 19,50**

GRATIS-TEST-Bestell-Coupon hier abtrennen, ausfüllen und einsenden!

GRATIS-TEST* GUTSCHEIN-Nr. 35

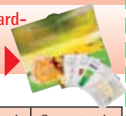
auch online einlösbar!

2-Monatspackung
*FÜR ALLE NEUKUNDEN

JA, ich möchte mich selbst überzeugen! Ich erhalte GARANTIERT als Dankeschön **unverbindlich, kostenlos** und **versandkostenfrei*** **Magnesium 400 supra Kapseln, 60 Stück**

Magnesium fördert das Wohlbefinden durch lockere, entspannte Muskeln und Waden.

Außerdem erhalte ich **kostenlos** den großen **Sanct-Bernhard-Gesundheitskatalog** mit über 600 Naturheilmittel- und Kosmetikartikeln sowie ein wertvolles **Kosmetik-Probeset!**



Ich bestelle **mit 14-tägigem Rückgaberecht** folgende Artikel:

Bestell-Nr.	Artikel	Menge	Einzelpreis	Gesamtpreis
96076	Magnesium 400 supra Kapseln	1	GRATIS	
	versandkostenfrei*			

Alle Informationen zu unseren Produkten finden Sie unter www.kraeuterhaus.de rtv181535

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

/

Telefon (falls Rückfragen) Geburtsdatum

✗

Datum, Unterschrift

Bestellung bitte an:

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstr. 47, Abt. 35
73342 Bad Ditzenbach

Tel.: 07334/96540
Fax: 07334/965444

Abteilung 35
www.kraeuterhaus.de/A35

www.kraeuterhaus.de/A35 Bestell-Telefon: 07334/96540

ARD

20.15 DFB-POKAL

Leverkusen – Bayern

Sandro Wagner will mit den Bayern in sein erstes Pokalfinale einziehen. Dort stünden die Leverkusener nach 2009 auch gerne wieder.

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.05 Rote Rosen UT
9.55 Sturm der Liebe
10.45 Meister des Alltags UT
11.15 Gefragt – Gejagt UT
12.00 Tagesschau UT
12.15 ARD-Buffet UT
Topfennocken mit Frühlingslauch und Chorizoschmelze
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 Tagesschau UT
14.10 Rote Rosen UT
15.00 **Tagesschau** UT
15.10 **Sturm der Liebe**
16.00 **Tagesschau** UT
16.10 **Giraffe, Erdmännchen & Co.** UT
Wischen putzen saugen – alles für die Seebären
17.00 **Tagesschau** UT
17.15 **Brisant** UT
18.00 **Quizduell** UT Show
18.50 **WaPo Bodensee** UT
Blutsbrüder
19.45 **Wissen vor acht – Natur** UT Korallen
19.50 **Wetter / Börse** UT
20.00 **Tagesschau** UT
20.15 **DFB-Pokal** UT LIVE TIPP S. 10
Halbfinale: Bayer 04 Leverkusen – FC Bayern München Anstoß: 20.45 Uhr Mod.: Alexander Bommes · Kommentar: Gerd Gottlob In der Pause: ca. 21.35 Tagesthemen
23.00 **Weissensee** UT
(5+6/6) Der Überfall / Morgenluft
0.35 **Nachtmagazin** UT
0.55 **Hannah Arendt** UT
FILM ★★★ Biografie, D/LUX/F/ISR '12 · Mit Barbara Sukowa, Janet McTeer · Regie: Margarethe von Trotta
2.45 **Weissensee** UT
(Wh. von 23.00)

ZDF

20.15 TV-ROMANZE

Rosamunde Pilcher

Zoe (J. Biedermann) ist fassungslos: Ihre große Liebe Gordon (Sam Blythe) betrügt sie. Sie flüchtet zu ihrer Tante, einer Richterin.

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.00 heute Xpress
9.05 Volle Kanne – Service täglich
10.30 Notruf Hafenkante UT
Wo ist Mama?
11.15 SOKO Wismar UT
Fotofalle
12.00 heute
12.10 drehscheibe
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 heute – in Deutschl.
14.15 Die Küchenschlacht
15.00 **heute Xpress** UT
15.05 **Bares für Rares** UT
16.00 **heute – in Europa** UT
16.10 **Die Rosenheim-Cops** UT Krimiserie
Tödliche Neugier
17.00 **heute** UT
17.10 **hallo deutschland**
17.45 **Leute heute** UT
18.00 **SOKO Hamburg** UT
Krimiserie, D 2018
Hansa Harmonia
19.00 **heute / Wetter** UT
19.25 **Die Rosenheim-Cops** UT Krimiserie, D 2015 · Wahlkampf in Ganting
20.15 **Rosamunde Pilcher: Ghostwriter** UT FILM ★★
TV-Romanze, D 2014
Mit Patrik Fichte, Angela Roy u.a.
21.45 **heute-journal** UT
22.15 **Inga Lindström: Familienbande** UT FILM ★★
TV-Melodram, D 2016
Mit Gesine Cukrowski, Thure Riefenstein
23.45 **Mann, Sieber!** Show
0.15 **heute+**
0.30 **Neu im Kino** Mag.
0.35 **Hard Sun** (1/3) UT FILM ★★
TV-Krimi, GB 2018
(Wh. von gestern)
2.20 **Camilla Läckberg: Morde in Fjällbacka** FILM ★★
UT Der Tod taucht auf
TV-Krimi, S 2012

RTL

20.15 ANWALTSSERIE

Jenny – echt gerecht!

Jenny (Birte Hanusrichter) wird mal wieder gebraucht. Für den Mandanten ihres Chefs soll sie eine Familie zum Ausziehen bewegen.

6.00 Guten Morgen Deutschland
8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten UT
9.00 Unter uns
9.30 Betrugsfälle
10.00 Die Trovatos – Detektive decken auf
Doku-Soap
11.00 Hebammen im Einsatz · Doku-Soap
12.00 Punkt 12
Das Mittagsjournal
14.00 **Verdachtsfälle**
Doku-Soap
17.00 **Betrugsfälle**
Doku-Soap
17.30 **Unter uns** Daily Soap
18.00 **Explosiv** Magazin
18.30 **Exclusiv** Magazin
18.45 **RTL aktuell**
19.05 **Alles was zählt** UT
Daily Soap, D 2018
19.40 **Gute Zeiten, schlechte Zeiten** UT
Zwischen Katrin und Jo bricht ein heftiger Streit aus, den ausgerechnet das Jugendamt mitbekommt.
20.15 **Jenny – echt gerecht!** Anwaltsserie, D 2018 · Der Miethai / Fahrerflucht
22.15 **Doctor's Diary – Männer sind die beste Medizin**
Comedyserie, D 2010
Oh je! Dein Ex auf Wein, das lass sein! / Autsch! Sturz von der Karriereleiter!
0.00 **Nachtjournal**
0.35 **Bones – Die Knochenjägerin**
UT Krimiserie · Der Doktor und das böse Vieh / Wissenschaft, die Leichen schafft
2.20 **CSI: Miami** UT
3 Folgen
4.35 **Verdachtsfälle**

SAT.1

20.15 LIEBESKOMÖDIE

Mein Lover, sein …

Nicky (K. Müller-Elmau) begegnet ihrem alten Schulschwarm Axel (H. Duryn). Als sie seinen Sohn trifft, ist die Überraschung groß.

5.30 Sat.1-Frühstücksfernsehen · Mod.: Matthias Killing, Daniel Boschmann, Marlene Lufen, Alina Merkau · Live
10.00 Klinik am Südring
11.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie!
12.00 Anwälte im Einsatz
Doku-Soap
13.00 Anwälte im Einsatz
14.00 **Auf Streife**
15.00 **Auf Streife – Berlin**
Doku-Soap
16.00 **Klinik am Südring**
Doku-Soap
17.00 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
17.30 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
18.00 **Auf Streife – Die Spezialisten**
Doku-Soap
19.00 **Die Ruhrpottwache**
Doku-Soap
19.55 **Sat.1 Nachrichten**
20.15 **Mein Lover, sein Vater und ich!** FILM ★★
TV-Liebeskomödie, D 2014 · Mit Hendrik Duryn, Lucas Prisor
Regie: Holger Haase
22.25 **akte 20.18**
Magazin · Live
23.10 **Spiegel TV Reportage** Fahrrad-Cops gegen PS-Protzer
0.15 **Dinner Party – Der Late-Night-Talk**
Single-Shaming
1.15 **So gesehen** Magazin
1.20 **The Biggest Loser**
(11/12) Show, D '18
3.05 **Auf Streife – Die Spezialisten**
Doku-Soap
3.50 **Auf Streife – Berlin**
4.45 **Auf Streife**

PRO 7

20.15 TRICKSERIE

Die Simpsons

Bart sucht eine Begleitung für eine Party. Seine letzte Hoffnung ist seine Exfreundin Mary Spuckler. Hat sie noch was für ihn übrig?

5.45 New Girl
6.05 Mike & Molly
6.45 2 Broke Girls
7.40 The Big Bang Theory
8.55 Two and a Half Men
10.10 The Middle
11.00 Mike & Molly
11.50 How I Met Your …
12.40 2 Broke Girls
13.30 Two and a Half Men
U.a.: Vergiss Fernando / Teddy ist unser Daddy
14.50 **The Middle** Das Weihnachtsgeschenk / Das Heck-Jahr
15.45 **The Big Bang Theory** Comedyserie, USA 2010 · Der sicherste Ort der Welt / Paradoxe Psychologie / Und jetzt mit Zunge
17.00 **taff** Boulevardmag.
18.00 **Newstime**
18.10 **Die Simpsons** Zeichentrickserie, USA 2011 · Skorpione wie wir / Ein Sommernachtstrip
19.05 **Galileo** Magazin
20.15 **Die Simpsons** Trickserie, USA 2012
Moonshine River / Die unheimlich verteufelte Zeitreise durch das schwarze Loch
21.10 **The Orville**
Armors Dolch
22.10 **Family Guy** Peters Schwester / Der Hosentaschenanruf
23.05 **Die Simpsons** Trickserie, USA 1991
6 Folgen · U.a.: Ein Fluch auf Flanders / Einmal Washington und zurück
1.50 **ran eSports – Professional. Gaming. Magazine.**
2.45 **The Flash** 2 Folgen

VOX

20.15 DOKU-SOAP

Hot oder Schrott

Diaprojektor, Slimy und Daumenkino: In der Spezialausgabe nehmen Kinder Produkte unter die Lupe, die es nicht mehr gibt.

5.10 CSI: NY UT
6.50 Verklag mich doch!
10.50 vox nachrichten
10.55 4 Hochzeiten und eine Traumreise
Birgit, Traunkirchen
12.00 Shopping Queen
In Darmstadt
13.00 Zwischen Tüll und Tränen · Doku-Soap
14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Doku-Soap
15.00 **Shopping Queen**
16.00 **4 Hochzeiten und eine Traumreise**
Tag 2: Mascha, Heusenstamm
17.00 **Zwischen Tüll und Tränen** Doku-Soap
18.00 **First Dates – Ein Tisch für zwei**
19.00 **Das perfekte Dinner**
Pascaline, „Französische Küche": Kohl-Hühnerbrust Roulade / Hauptspeise: Saibling- und Forellenzopf mit Morcheln
20.00 **Prominent!** Magazin
20.15 **Hot oder Schrott – Die Allestester**
Vorerst letzte Folge der Doku-Soap, D '18
U.a.: Slimy & Klebehand / Schallbildkarte / Frühstück aus Japan / Daumenkino / Erwachsene testen neue Produkte. Etwa das Hoverkart Speedslide 360°
22.15 **Detlef baut ein Haus**
(4/4) Doku-Soap
23.15 **Die Beet-Brüder**
In Siegburg
0.15 **vox nachrichten**
0.35 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin** UT
5 Folgen · Überführt / Tödliches Blei (–5.10)

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

3SAT

9.05 Kulturzeit **9.45** nano **10.15** Hart aber fair **11.40** Der Geschmack Europas · Das spanische Galicien **12.10** Am Schauplatz **13.00** ZIB **13.15** Universum History **14.05** Kellergassen in Niederösterreich **14.50** Universum · Weinviertel – Weites Land **15.35** Österreich-Bild **16.05** Universum · Der Fluss Kamp **16.50** Universum Auenwildnis an der March **17.40** Universum · Mariazeller Land **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau

20.15 **Der Verdacht** FILM ★★ TV-Psychothriller, D 2011 · Mit Christiane Paul, Mina Tander
21.45 **kinokino**
22.00 **ZIB 2**
22.25 **Kleine Helden – Zwischen Hoffnung und Heimweh** Doku, A 2016
23.15 **Brandmal** Doku, CH 2016 · Gezeichnet fürs Leben
0.05 **Reporter** Der Überlebenskünstler Cristian Reymond
0.30 **10vor10**

ARTE

8.40 Straße der Achttausender (1/4) **9.40** Wilde Inseln · Amazonas / Philippinen / Japan **11.50** Magische Gärten **12.15** Re: **12.50** Journal **13.00** Stadt Land Kunst **14.05** FILM ◧ **Karawane der Frauen** Western, USA 1951 **16.00** Grenzenloses Frankreich (4/5) **16.50** X:enius **17.20** Magische Gärten · Freÿr (Belgien) **17.45** mareTV (1/5) **18.35** Wildnis am Lago Maggiore **19.20** Arte Journal **19.40** Re: Klappt die Inklusion? Eine Schule für alle Kinder

20.15 **Mittelmeer in Gefahr** Dokumentarfilm, F 2017
21.45 **Gesprächsrunde** Gast: Béligh Nabli
22.00 **Frühjahr 48** Dok.-Film, D 2018 *Erstausstrahlung*
23.30 **Inkotanyi – Das Ruanda des Paul Kagame** Dok.-Film, F/B 2016
1.10 **Die Knastchefin** Porträt einer Gefängnisdirektorin, F 2013
2.05 **Bhutan – Königreich der Glücklichen**

KABEL 1

7.40 The Closer **9.30** Navy CIS: L.A. **10.25** Navy CIS **11.20** Without a Trace **12.15** Cold Case **14.05** The Mentalist · Keine Rose ohne Dornen **14.55** Navy CIS: L.A. · Wenn die Lichter ausgehen **15.50** News **16.00** Navy CIS **16.55** Abenteuer Leben täglich Ungewöhnliche Russen wie Pyramidenbauer Alexander Golod **17.55** Mein Lokal, dein Lokal – Wo schmeckt's am besten? „Die Jungen Wilden Oldenburger", Oldenburg **18.55** Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum

20.15 **Rosins Restaurants – Ein Sternekoch räumt auf!** Kochshow, D 2018 „Trattoria Nonna Concetta", Dortmund
22.30 **K1 Magazin**
23.30 **Abenteuer Leben** Ferrari-Feeling – Das spanische Freizeitresort Port Aventura rüstet auf
1.25 **Mein Revier**
3.15 **Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum** 2 Folgen

WEITERE SENDER

SPORT1 **6.00** Shopping **13.00** Normal **13.30** Storage Wars **14.30** Storage Wars – Geschäfte in Texas **15.30** Container Wars **16.30** Storage Wars · 4 Folgen **18.30** Bundesliga aktuell **19.15** Scooore! **20.00** Storage Wars – Die Geschäftemacher · Acht Folgen **0.00** Sport-Clips

EUROSPORT **12.30** Superbike-WM **13.00** Rad · Tour of the Alps. Ab 14.00 Live **15.30** Rad Tour of Croatia · Live **17.00** FIFA World **17.30** Soccer **18.00** Dressurreiten **19.00** Springreiten **20.00** Horse Excellence **20.30** Rad **22.00** Formel E **23.00** Spezial **23.30** Rad

SIXX **13.50** Der Hundeflüsterer **15.45** Notruf Hund **16.40** Private Practice **17.35** The Closer **18.30** Gilmore Girls **19.25** Grey's … **20.15** Unforgettable **22.15** Profiling Paris **23.20** Dem Mörder auf der Spur **1.10** Stalked – Leben in Angst

RTL PLUS **9.50** Jugendgericht **12.25** Das Strafgericht **14.50** Das Familiengericht **17.15** Staatsanwalt Posch ermittelt **18.05** Mein himmlisches Hotel **18.55** Unsere erste gemeinsame Wohnung **20.15** Im Namen des Gesetzes **0.35** Jeopardy!

ARD ALPHA **19.15** Werner Heisenberg **19.30** alpha-Demokratie **20.00** Tages. **20.15** Big Five Asien **21.00** Sind Frauen Gesundheitsfreaks? **21.45** Faszination Wissen **22.15** alpha-Campus TALKS **22.45** freizeit **23.15** The Day **23.45** Tagesschau 1998 **0.00** Bob Ross

PHOENIX **16.45** Schöne neue Essenswelt **17.30** Der Tag **18.00** ZDF-Reportage **18.30** Die Trumps **19.15** WELTjournal + **20.00** Tagesschau **20.15** St. Petersburg **21.00** Georgien – Von null auf 5000 **21.45** heutejournal **22.15** Phoenix-Runde **23.00** Tag **0.00** Phoenix-Runde

WELT **18.15** Börse **18.25** WELT Drive **19.10** Welt der Wunder **20.05** Der Phoenix-Effekt – Aus Alt wird Neu **22.05** Hell Roads – Die gefährlichsten Straßen der Welt **23.05** Abgefahren – Die spektakulärsten Dashcam Clips **0.05** Horrorflüge

N-TV **17.30** News Spezial **18.20** Telebörse **18.35** Ratgeber – Hightech **19.05** Achtung, Kamera! **20.15** Soldaten im Einsatz **21.05** Die Polizeitaucher **22.10** Polizei im Einsatz **23.30** Klamroths Konter **0.10** Russische Hooligans

ONE **14.25** FILM **Praxis mit Meerblick** Brüder und Söhne TV-Komödie, D 2018 **15.55** Party of Five **16.35** Verbotene Liebe **17.20** Lindenstraße **17.50** Hart aber herzlich **18.40** Sturm der Liebe **20.15** Doctor Who **22.25** Torchwood **23.10** Doctor Who **1.20** Torchwood

ZDF NEO **16.15** FILM **Columbo** Tödliche Kriegsspiele (1989) **17.45** Clever abgestaubt **18.30** Bares für Rares **20.15** FILM **Nord Nord Mord – Clüver und die fremde Frau** TV-Krimi, D 12 **21.45** Death in Paradise **22.35** Blockbustaz **23.05** Im Knast **23.30** Death in Paradise

ZDF INFO **12.45** ZDF-History **13.30** Komplizen des Bösen · 7 Folgen **18.45** Mythen der Geschichte **20.15** Imperium Der Fluch des Diamanten / Das Schwert der Shogune **21.45** Mythen der Geschichte · 4 Folgen **0.45** Welt der Mumien

SONNENKLAR TV **19.15** Urlaub für ALLE **19.30** Reisecharts **20.15** Die AdT Show **20.30** Urlaubsträume **21.00** sonnenklar.TV **21.15** Reiseticker **21.30** Die AdT Show **21.45** Reiselounge **22.30** Die AdT Show **22.45** Der Tag **23.00** Infomercial

Mobile Treppensteighilfe
scalamobil®
Einfach sicher Treppensteigen.
- Schafft auch gewendelte Treppen
- Akku für bis zu 300 Stufen
- Auch mit Sitz erhältlich
- Passt an die meisten Rollstühle
- Erstattungsfähiges Hilfsmittel
Gratis-Prospekt anfordern: **0800 1224567** (Geb.-frei)
Alber GmbH, Vor dem Weißen Stein 21, Abt. 112, 72461 Albstadt, www.alber.de

Treppenlifte
direkt von Deutschlands größtem Hersteller
MADE IN GERMANY
Bis zu 4.000 € Zuschüsse*
Schnelle Lieferung, saubere Montage
Bundesweit zuverlässiger Service
*bei vorliegendem Pflegegrad laut Pflegestärkungsgesetz
Jetzt gebührenfrei anrufen
0800 - 36 38 38 48
www.hiro.de
HIRO LIFT

SENIOMOBIL®
Elektromobile und Badelifte
aktiv & mobil...
Jetzt Probefahrt machen

GRATIS Katalog anfordern
500 € Gutschein
▶ Führerscheinfrei ▶ Kundendienst
▶ Bis 15 km/h ▶ Bundesweit
0800-10 15 926
Kostenlose Rufnummer · www.seniomobil.de

Badewannenlift
Endlich wieder unbeschwert baden

Service bundesweit!
Kassenzuschuss möglich
Mietkauf · Akkubetrieb · bis 10 J. Garantie
Kostenfrei anrufen:
0800 960 1000
24h / 7 Tage die Woche erreichbar
www.idumo.de
iDuMo®

TAROT-LIVE
Und morgen?
Was wird Ihnen die Zukunft bringen? Wie geht es weiter in Job und Partnerschaft? Wenn Sie es wissen wollen, rufen Sie an. In einfühlsamen Gesprächen geben Ihnen unsere Berater gerne Auskunft.
Hotline:
0900 / 3333 725
Täglich von 8 Uhr morgens bis 2 Uhr nachts
KARTEN · NUMEROLOGIE
ASTROLOGIE · PENDEL
(€ 1,59/Min. a. d. dt. Festnetz, Mobilfunk höher) FSK 18

Impressum

Verlag rtv media group GmbH, Breslauer Str. 300, 90471 Nürnberg, Tel. 0911 - 8920 - 10

Geschäftsführer Ulrich Buser, Niklas Darijtschuk

Leitung rtv media solutions & digital sales Stefan Wattendorff (verantwortlich für Anzeigen) Fax Anzeigen: 0911 - 8920 - 135, E-Mail: anzeigen@rtv.de, www.rtv-mediasolutions.de

Chefredakteur Matthias Roth (V.i.S.d.P.), Andreas Herden (Stellv. Chefredakteur)

Redaktion Oliver Kinser, Sebastian Zapf (Text), Birgit Frank (Programm), Fred Kreutzer (Bild), Stefanie Dörrer (Grafik), Klaus Meßler (Schlussredaktion), Yvonne Betz (CvD)

Vertrieb Gabriele Meister

Druck Prinovis, Ahrensburg

Gültige Anzeigenpreisliste: Nr. 62 (1.1.2018)

Dienstag 17.4.

rtv Wissen, was läuft!

WDR

20.15 DOKUREIHE

Abenteuer Erde

Stauseen wie die Urfttalsperre in der Nordeifel sind nicht nur Trinkwasserreservoirs, sondern bieten auch Freizeitmöglichkeiten.

8.35 Hart aber fair UT
9.50 Aktuelle Stunde UT
10.35 Lokalzeit
11.05 Panda, Gorilla & Co.
11.55 Am Kap der wilden Tiere UT Dokureihe
12.45 Aktuell UT
13.00 Planet Wissen
14.00 Zoo-Babies UT
14.25 Dings vom Dach UT
15.10 Wer weiß denn sowas
16.00 Aktuell UT
16.15 Hier und heute
18.00 Aktuell / Lokalzeit UT
18.15 Servicezeit UT
18.45 Aktuelle Stunde UT
19.30 Lokalzeit
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Abenteuer Erde** UT Dokureihe, D '18
NRW – Land der Talsperren
21.00 **Quarks** UT Magazin
Vierbeinige Verführer – Warum wir verrückt nach Katzen sind
21.45 **Aktuell** UT
22.10 **Die Füchsin – Spur auf der Halde** UT FILM ★★ TV-Krimi, D 2017
Mit Lina Wendel, Karim Cherif u.a.
23.40 **Hotel Lux** Tragikomödie, D 2011 FILM ★★
Mit Michael Bully Herbig, Jürgen Vogel
1.15 **Quarks** UT Magazin

BR

20.15 TV-KRIMI

Tatort

Der Radiomoderator Nico (F. Pazner) wird Opfer eines Anschlags. Ritter und Stark stoßen auf Ungereimtheiten in seiner Vergangenheit.

9.35 Elefant, Tiger & Co. UT
10.25 Der Gesang der Buckelwale UT
11.10 Die Toskan. Inseln
11.55 Andalusien (1/2) UT
12.40 Dings vom Dach
13.25 In aller Freundschaft
14.10 Kunst + Krempel
14.40 Wer weiß denn sowas
15.30 Querbeet UT
16.00 Rundschau UT
16.15 Wir in Bayern UT
17.30 Regional
18.00 Abendschau UT
18.30 Rundschau UT
19.00 Gesundheit! UT
19.30 Dahoam is Dahoam
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Tatort** UT Großer schwarzer Vogel FILM ★★ TV-Krimi, D 2013
Mit Dominic Raacke, Boris Aljinovic u.a.
21.45 **Rundschau Magazin**
22.00 **Capriccio** UT
22.30 **Mythos '68** (2/2) UT Doku, D 2018
Ein wildes Jahr und seine Folgen
23.15 **nacht:sicht**
Der Rabbiner Dr. Henry G. Brandt
23.45 **Wiegenlied und Schlachtgesang** UT
Dem Geheimnis der Musik auf der Spur
0.40 **Rundschau Nacht**

SWR

21.00 DOKUMENTATION

Die Lachs-Industrie

Früher galt Lachs als Delikatesse, heute ist er Massenprodukt. Thomas Sampl geht der modernen Fischproduktion auf den Grund.

8.50 ARD-Buffet UT
9.35 Seehund, Puma & Co.
10.25 Nashorn, Zebra & Co.
11.15 Planet Wissen · Der Weg zu einem starken Immunsystem
12.15 Wer weiß denn sowas
13.00 Meister des Alltags UT
13.30 Verstehen Sie was?
14.15 Eisenbahn-Romantik
14.45 Tiere bis unters Dach
15.15 Tierarztgeschichten
16.05 Kaffee oder Tee
18.00 Aktuell
18.15 natürlich! UT
18.45 Landesschau UT
19.30 Aktuell UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Marktcheck** UT Magazin
21.00 **Die Lachs-Industrie** UT Doku, D 2016
21.45 **Aktuell** Magazin
22.00 **Familie Heinz Becker** Im Taxi
22.30 **Schreinerei Fleischmann und Freunde** Comedyshow, D '17
23.00 **So lacht der Südwesten** D 2016
23.30 **Die Pierre M. Krause Show** D 2018
23.55 **kabarett.com** D 2016 · Paul Weigl
0.25 **Fam. Heinz Becker**
0.55 **Spätschicht – SWR Comedy-Bühne**

HR

20.15 DOKUMENTATION

Erlebnis Hessen

Simon führt einen Imbiss mit Regionalwarenladen, den „Worschtkopp". Typisch hessische Produkte vertreibt er sogar weltweit.

11.00 service: zuhause UT
11.25 defacto UT
12.10 Brisant UT
12.50 **Der Mann an ihrer Seite** UT FILM ★★ TV-Romanze, D 2007 · Mit E. Uhlig
14.20 Panda, Gorilla & Co.
15.10 Giraffe & Co.
16.00 hallo hessen
16.45 hessenschau
17.00 hallo hessen
17.50 hessenschau
18.00 Maintower
18.25 Brisant UT
18.50 service: reisen UT
19.15 alle wetter
19.30 hessenschau UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Erlebnis Hessen** UT Doku, D 2018
Regional schmeckt!
21.00 **Erlebnis Hessen** UT Doku, D 2015
Regionale Küche aus der Wetterau
21.45 **Engel fragt** UT Reportagereihe, D '18
Wie sieht die perfekte Kindheit aus?
22.15 **hessenschau**
22.30 **Sven Hieronymus live – „Rocker unter Strom"** Comedy, '17
23.15 **Comedy Tower**
0.00 **strassen stars**
0.30 **Mord mit Aussicht** UT Spätlese

NDR

20.15 MAGAZIN

Visite

Die Operation nach einem Leistenbruch ist ein kompliziertes Verfahren. Mediziner haben eine neue und einfachere Technik entwickelt.

10.30 buten un binnen
11.00 Hallo Niedersachsen
11.30 Typisch! UT
12.00 Brisant UT
12.25 In aller Freundschaft
13.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
14.00 NDR//aktuell UT
14.15 die nordstory UT
15.15 Wer weiß denn sowas
16.00 NDR//aktuell UT
16.20 Mein Nachmittag UT
17.10 Eisbär, Affe & Co. UT
18.00 Regional UT
18.15 Das Rätsel der Trüffel
18.45 DAS! UT
19.30 Regional UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Visite** UT Magazin
Moderation: Susanne Stichler · U.a.: Gedächtnistests
21.15 **Panorama 3** UT Mag.
21.45 **NDR//aktuell** UT
22.00 **Tatort** UT Borowski und die Rückkehr des stillen Gastes FILM ★★ TV-Krimi, D 2015
Mit Axel Milberg, Sibel Kekilli u.a.
23.30 **Weltbilder** UT Auslandsmagazin
0.00 **Alles gut – Ankommen in Deutschland** Dok.-Flm, D 2017
1.35 **Tietjen und Bommes**
3.50 **Mein Norden**

MDR

20.45 REPORTAGEREIHE

Der Osten

Zu DDR-Zeiten war das Meissener Porzellan wichtiger Exportschlager. Auch heute hat es nichts von seiner Faszination verloren.

8.30 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
9.20 Wer weiß denn sowas
10.05 Elefant, Tiger & Co. UT
11.00 MDR um elf UT
11.40 In aller Freundschaft
12.25 **Die Olsenbande und ihr großer Coup** UT FILM ★★★ Gaunerkomödie, DK 1972
14.00 MDR um zwei UT
15.00 LexiTV UT
16.00 MDR um vier UT
17.45 Aktuell UT
18.10 Brisant UT
18.54 Sandmännchen UT
19.00 Regional / Aktuell UT
19.50 Einfach genial UT

20.15 **Umschau** UT Mag.
20.45 **Der Osten – Entdecke wo du lebst** UT Reportagereihe, D '15. Echt Meissener
21.15 **MDR Zeitreise Spezial** UT Sexshop DDR
21.45 **Aktuell** UT
22.05 **Von Lust und Laster – Deutsche Sittengeschichten** (2/2) Im geteilten Deutschland
22.50 **Polizeiruf 110** UT FILM ★★ Der Mann im Baum TV-Krimi, DDR 1988
Mit Lutz Riemann u.a.
0.15 **Prey – Die Beute** UT Serie · Fallstricke
1.00 **Umschau** UT

RTL 2

10.55 Family Stories **12.00** Die Wollnys **13.00** Die Reimanns **14.00** Köln 50667 **15.00** Berlin – Tag & Nacht **16.00** Einfach hairlich – Die Friseure **17.00** Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt ... **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin – Tag & Nacht **20.00** News **20.15** Hartz und herzlich – Rückkehr in die Benz-Baracken **22.20** Der Jugendknast – Deutschlands jüngste Verbrecher **0.30** The Closer **1.15** Autopsie (bis 2.45)

SERVUS TV

14.05 David Attenboroughs Great Barrier Reef **15.05** Auf Entdeckungsreise – durch Europa **16.00** McLeods Töchter **17.00** Moderne Wunder **18.05** Auf legendären Routen **19.00** Im Auge des Sturms **19.15** Auf Entdeckungsreise – durch Europa **20.15** FILM **Die Königin und der Leibarzt** Drama, DK/S/CZ 2012 **22.50** FILM **Der Geist und die Dunkelheit** Abenteuerfilm, USA 1996 **0.40** Juliette Lewis: Hard Lovin' Woman

RBB

12.15 Panda & Co. **13.05** Verrückt nach Meer **13.50** Nashorn & Co. **14.15** Planet Wissen **15.15** Abenteuer Panamericana (2/5) **16.00** Aktuell **16.15** Wer weiß denn sowas? **17.05** Nashorn & Co. **17.55** Sandmann **18.00** Um sechs **18.30** zibb **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Tatort Berlin **21.45** Aktuell **22.15** Thadeusz und die Beobachter **23.15** Nuhr im Ersten **0.00** Nuhr ab 18 – Junge Comedy (2/6)

TELE 5

7.55 Werbung **15.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **16.05** Star Trek – Raumschiff Voyager **17.05** Raumschiff Enterprise **18.05** Star Trek – Raumschiff Voyager **19.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **20.15** FILM **Bloodsport** Actionfilm, USA 1987 · Mit Jean-Claude Van Damme **22.00** FILM **Ninja, die Killermaschine** Actionfilm, USA 1981 · Mit Franco Nero **0.05** FILM **Die Rückkehr der Ninja** Actionfilm, USA 1983 (bis 1.45)

SRTL

14.10 Nexo Knights **14.35** Angelo! **15.05** King Julien **15.30** Sally Bollywood **16.00** Inspector Gadget **16.25** Zak Storm – Super Pirat **16.50** Coop **17.20** Scooby-Doo **17.45** Trolljäger **18.10** Sally **18.40** Einfach tierisch **19.10** Tom und Jerry **19.45** Angelo! **20.15** FILM **6 Tage, 7 Nächte** Komödie, USA 1998 **22.15** FILM **Blind Date – Verabredung mit einer Unbekannten** Komödie, USA 1986 **0.05** In jeder Beziehung (2/8)

KIKA

11.40 Marco Polo **12.05** Pippi Langstrumpf **12.30** Garfield **12.55** Sherlock Yack **13.20** Das Green Team **13.40** Pfefferkörner **14.10** Schloss Einstein **15.00** Lenas Ranch **15.45** H2O **16.35** Mirette ermittelt **17.00** Hexe Lilli **17.25** Insectibles **18.00** Shaun **18.20** Ben & Holly **18.40** Tilda Apfelkern **18.50** Sandmann **19.00** Tashi **19.25** pur+ **19.50** logo! **20.00** Ki.Ka Live **20.10** Das erste Mal ... Europa! (6/12) **20.35** Durch die Wildnis

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

blackday © Fotolia

Bleiben Sie fit mit
www.Spa-dich-fit.de
Ausgewählte Wellnessreisen zu allerbesten Preisen

Let's SPA!®

Über 299 tagesaktuelle Wellness-Angebote: Jetzt buchen unter www.Spa-dich-fit.de

6 Tage | Bad Birnbach mit XL-Suite & 4x Thermen-Eintritt

Best Western Aparthotel Birnbachhöhe, Bad Birnbach / Bayern: Im Herzen von Bad Birnbach mit weitem Blick ins Rottaler Hügelland liegt das Best Western Aparthotel Birnbachhöhe, nur 250 m von der Rottal Terme Bad Birnbach und 150 m zur Ortsmitte entfernt. Genießen Sie die entspannte Atmosphäre des Hauses und lassen Sie die Seele baumeln. Der kleine Ort **Bad Birnbach ist ein Paradies für alle, die Ruhe, Gesundheit, Wellness & Auszeit suchen**. Die Jahreszeit spielt dabei keine Rolle. Abtauchen können Sie in den wohlig warmen Fluten der **Rottal Terme** das ganze Jahr über Open-Air unter „weiß-blauem" Himmel oder in den schönen Innenbecken. **Tipp:** Im Wellness-Bereich können Sie sich mit Aroma-Massagen verwöhnen lassen, zwischen einer Vielzahl an Bädern wählen und unterschiedlichste Beauty-Anwendungen in Anspruch nehmen (g.G.).

Exklusives inklusive: 5 Ü/F in der Grand-Suite (50 qm) inklusive eine Flasche Prosecco zur Begrüßung auf Ihrem Zimmer. Gönnen Sie sich einen Wellnessurlaub in Bad Birnbach mit 10% Rabatt fürs hauseigene „Wellarium", 4x 4h-Eintritt in die Thermen- & Erlebnis-Welt der Rottal Terme (Wert € 68,- p.P.), bis zu 20% auf weitere Eintritte und gratis Zimmer-WLAN. Sie sparen über 40%! **Top:** Bis 30.04.2018 Upgrade auf VIP-Tageseintritt in die Rottal Terme!

TOP 1: Sparangebot! — **5 Ü/F (Komplett-Preis p.P. im Grand Suite)** — **ab € 289,-**

Grand Suite / Einzebel. inkl. Extras p.P.	nur €	335,-	2 Ü/F + 1x Therme p.P.	ab €	104,-
Verl.-Nacht Suite inkl. Frühstück p.P.	nur €	43,-	3 Ü/F + 2x Therme p.P.	ab €	189,-
Verl.-Nacht Suite / Einzelbel. inkl. Frühstück	nur €	53,-	**Reisezeit: bis 31.03.2019, Anreise täglich**		

3 Tage | Bad Brückenauer Barock: Wellnesstage mit Pfiff

Dorint Resort & Spa**S, Bad Brückenau | Bayern:** Sie müssen im Hotel Dorint und Spa Bad Brückenau nichts tun außer nichts tun. Ihr fürstliches „Wellnest" bildet mit historischen Gebäuden im 40.000 qm großen Schlosspark ein einzigartiges Ensemble für Seelenbaumler und Genießer. **2.800 qm SPA-Vergnügen mit In- und Outdoor-Pool**, Quellbad, Saunen, Solegrotte, 4.000 qm Liegewiese, Health- und Beauty-Center. Das Vital Spa und Garden wurde vom Relax Guide 2018 mit einer Lilie und 13 Punkten ausgezeichnet. **Seit 2013 durchgehend vom Slow Food Genussführer empfohlen**, kommen Liebhaber von Bio-Produkten aus heimischen Höfen ins Schwärmen. Geheimtipps wie Bio-Leberkäse, Bio-Burger & Bio-Dry Age Steaks sowie saisonale Pralinen-Kreationen lassen jedes Genießerherz höher schlagen.

Exklusives inklusive: 2 Ü/F in der ehemaligen Residenz König Ludwig I. mit 40.000 qm barockem Schlosspark. Täglicher Eintritt „Vital Spa & Garden" (auch am An- & Abreisetag bis 21.00 Uhr) mit In- und Outdoor-Pool, Saunen, Solegrotte, Health- und Beauty-Center **zzgl. € 30 Wellness-Gutschein p.P. Anreise So-Mi, bzw. € 10 p.P. Anreise Do-Sa**, 20% Rabatt auf Ligne St. Barth-Pflege-Produkte, gratis WLAN + Parken. **Top!** Bei Anreise bis 15.05.18 1x Welcomedrink gratis.

TOP 2: Best Preis-Garantie! — **2 Ü/F (Komplett-Preis p.P. im Standard DZ „Parkhotel")** — **ab € 169,-**

Superior DZ „Parkflügel" inkl. Extras p.P.	ab €	189,-	Verl.-Nacht DZ inkl. Frühstück p.P.	ab €	70,-
Deluxe DZ „Parkflügel" inkl. Extras p.P.	ab €	209,-	Verl.-Nacht DZ / Einzelbel. inkl. Frühstück	ab €	130,-
DZ / Einzelbel. inkl. Extras	ab €	288,-	**Reisezeit: bis 21.12.2018, Anreise täglich**		

3 Tage | Sparpreis: Bad Lauterberg Wellness-Special

Mühl Vital Resort, Bad Lauterberg | Niedersachsen, Harz: Genießen Sie den Harz auf ganz besondere Weise: gemütlich, abwechslungsreich & ganz persönlich. Das traditionsreiche, familiengeführte Wellnesshotel liegt mitten im Zentrum der malerischen Stadt Bad Lauterberg. Frisch renoviert, mit vielfältigen Wellness-Angeboten und den kulinarischen Genüssen der ausgezeichneten Küche bietet es Entspannung pur. Die Harzer Herzlichkeit im Vital Resort Mühl wurde **mehrfach mit der „Goldenen Servicekrone" ausgezeichnet**. Vitalität und pure Lebensfreude tanken Sie im 1.800 qm großen Spa-Bereich mit großzügiger Badelandschaft und Sauna-Oase mit Bio-, Dampf-, Infrarot- & Finnischer Sauna sowie bei Wanderungen durch den wildromantischen Harz. **Tipp:** Badevergnügen in subtropischer Pflanzenwelt das Jahr über bietet die Kirchberg-Therme auf über 4.500 qm mit Saunalandschaft (g.G.).

Exklusives inklusive: 2 Ü/F + 1 HP. Begrüßungsdrink, Vital-Frühstücksbuffet mit Sekt & Fitnesscorner, leckeres 3-Gang-Dinner am zweiten Abend. Inklusive **1x Prickelndes Pharaonenbad in der Whirlpool-Wanne + 1 Glas Sekt oder Saft** (Wert € 29,-), 15% Wellness-Rabatt, 1.800 qm Wellness-Oase mit Pools und Saunen, täglich Aquagym, gratis Leihrad, Infopaket & Wanderkarte Harz, gratis WLAN + Parken.

TOP 3: Top bewertet! Top Preis! — **2 Ü/F + 1 HP (Komplett-Preis p.P. im DZ „Landh. Stübchen")** — **nur € 149,-**

Studio „Landhaus" inkl. Extras p.P.	nur €	169,-	Verl.-Nacht DZ / Einzelbel. inkl. Frühstück	nur €	100,-
DZ / Einzelbel. inkl Extras	nur €	209,-	Aufschlag bei Anreise Fr + Sa p.P. / Nacht	€	15,-
Verl.-Nacht DZ inkl. Frühstück p.P.	ab €	70,-	**Reisezeit: bis 21.12.2018, Anreise täglich**		

+ + + Spa-dich-fit Service-Telefon: 07621 - 425 15 55 + + +

Wir sind persönlich für Sie erreichbar: Mo – Fr: 9.00 – 19.00 Uhr, Sa + So: 10.00 – 18.00 Uhr

(Keine versteckten Kosten – Sie zahlen nur Ihren üblichen Telefontarif – Angebote buchbar bis zum 31.05.2018, Verfügbarkeit vorbehalten, Eigenanreise)

Wellvoyage AG, Güterstrasse 9, CH-4133 Pratteln • Phone: DE +49 (0) 7621 - 425 15 0 • CH +41 (0) 61 - 588 02 29 • www.spa-dich-fit.de

Mittwoch 18.4.

Achtung, schnell weiterblättern und **Auto** gewinnen!

ARD

20.15 DFB-POKAL

Schalke – Frankfurt

Guido Burgstaller will mit seinen Toren dafür sorgen, dass es die Königsblauen ins Endspiel schaffen. Zuletzt war das 2011 der Fall.

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.05 Rote Rosen UT
9.55 Sturm der Liebe
10.45 Meister des Alltags UT
11.15 Gefragt – Gejagt UT
12.00 Tagesschau UT
12.15 ARD-Buffet UT Geschmortes Rind mit Sellerieblättern, Minze und Reis
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 Tagesschau UT
14.10 Rote Rosen UT
15.00 **Tagesschau** UT
15.10 **Sturm der Liebe**
16.00 **Tagesschau** UT
16.10 **Giraffe, Erdmännchen & Co.** UT Fossa Sissi in Love
17.00 **Tagesschau** UT
17.15 **Brisant** UT
18.00 **Quizduell** UT Show
18.50 **Hubert und Staller** UT Krimiserie, D 2016 · Ein Tattoo für die Ewigkeit
19.45 **Wissen vor acht** UT Sekundenkleber
19.50 **Wetter / Börse** UT
20.00 **Tagesschau** UT
20.15 **DFB-Pokal** UT LIVE Halbfinale: FC Schalke 04 – Eintracht Frankfurt Anstoß: 20.45 Uhr Kommentar: Steffen Simon · ca. 21.35 Tagesthemen
23.00 **Sportschau Club** UT Moderation Alexander Bommes · Live
23.30 **Maischberger** UT
0.45 **Nachtmagazin** UT
1.05 **Global Player – Wo wir sind isch vorne** FILM ★★ UT TV-Komödie, D 2013 · Mit Christoph Bach, Walter Schultheiß u.a.
2.40 **Maischberger** UT
3.55 **Raubkatzen** (2/2) UT Heimliche Jäger

ZDF

20.15 TV-KRIMI

Ein Taunuskrimi

Ein Scharfschütze erschießt drei Menschen. Bodenstein (T. Bergmann) und Kirchhoff (F. Woll) erhalten Hilfe vom LKA-Fallanalytiker Neff.

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.00 heute Xpress
9.05 Volle Kanne – Service täglich
10.30 Notruf Hafenkante UT Hart an der Kante
11.15 SOKO Wismar UT Der Stachel in mir
12.00 heute
12.10 drehscheibe
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 heute – in Deutschl.
14.15 Die Küchenschlacht
15.05 **Bares für Rares** UT
16.00 **heute – in Europa** UT
16.10 **Die Rosenheim-Cops** UT Krimiserie, D '11 · Erbschaft mit Folgen · Staffelfinale
17.00 **heute** UT
17.10 **hallo deutschland**
17.45 **Leute heute** UT
18.00 **SOKO Wismar** UT Taxi-Blues · Staffelfin.
18.54 **Lotto am Mittwoch**
19.00 **heute / Wetter** UT
19.25 **Heldt** UT Krimiserie, D 2018 Abgeschminkt Finale der 6. Staffel
20.15 **Ein Taunuskrimi** FILM ★★ UT Die Lebenden und die Toten (1+2/2) TV-Krimi, D 2016 Mit Michael Schenk Regie: Marcus O. Rosenmüller
23.10 **heute-journal** UT
23.40 **Markus Lanz** UT
0.55 **heute+**
1.10 **Jagd auf Schleuser** Doku, D 2017 · Bundespolizei im Einsatz
1.55 **Die Tricks der Lebensmittelindustrie** (1/2) UT Reportagereihe, D 2017 Fertiggerichte, Pausensnacks & Co.
2.40 **Im Kampf gegen den IS** Doku · Ist das Kalifat am Ende?

RTL

20.15 SHOW

Die 25 ...

Sheriff Wayne Anderson aus Tennessee hat „Busted Bingo“ eingeführt. Damit beteiligt er die Bevölkerung an der Verbrecherjagd.

6.00 Guten Morgen Deutschland
8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten UT
9.00 Unter uns
9.30 Betrugsfälle
10.00 Die Trovatos – Detektive decken auf Doku-Soap
11.00 Hebammen im Einsatz · Doku-Soap
12.00 Punkt 12 Mit Katja Burkard
14.00 **Verdachtsfälle** Doku-Soap
17.00 **Betrugsfälle** Doku-Soap
17.30 **Unter uns** Daily Soap
18.00 **Explosiv** Magazin
18.30 **Exclusiv – Das Star-Magazin**
18.45 **RTL aktuell**
19.05 **Alles was zählt** UT Daily Soap, D 2018
19.40 **Gute Zeiten, schlechte Zeiten** UT Maren überrumpelt Alexander mit ihrem Wunsch, Berlin zu verlassen.
20.15 **Die 25 ...** unvorstellbarsten Storys – Kann das wahr sein? Show, D 2018 U.a.: „Swim Reaper“, eine Person im Sensenmannkostüm warnt in Neuseeland vor den Tücken des Meeres. / Hat Jasmine Tridevil aus den USA drei Brüste?
22.15 **stern TV** Magazin mit Steffen Hallaschka
0.00 **Nachtjournal**
0.30 **CSI: Den Tätern auf der Spur** UT 5 Folgen der Krimiserie, CDN/USA 2008 · Tausend Tage Leben / Bündnis mit dem Bösen
4.40 **Verdachtsfälle**

SAT.1

20.15 SHOW

Start Up!

„Horse Coaching“ heißt es heute. Wer hat gute Führungsqualitäten und die passende Strategie, um mit Pferden zu arbeiten?

5.30 Sat.1-Frühstücksfernsehen · Mod.: Matthias Killing, Daniel Boschmann, Marlene Lufen, Alina Merkau · Live
10.00 Klinik am Südring
11.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie!
12.00 Anwälte im Einsatz Doku-Soap
13.00 Anwälte im Einsatz
14.00 **Auf Streife**
15.00 **Auf Streife – Berlin** Doku-Soap
16.00 **Klinik am Südring** Doku-Soap
17.00 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
17.30 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
18.00 **Auf Streife – Die Spezialisten** Doku-Soap
19.00 **Die Ruhrpottwache** Doku-Soap
19.55 **Sat.1 Nachrichten**
20.15 **Start Up! Wer wird Deutschlands bester Gründer?** (5/8) Show, D 2018 Jury: Carsten Maschmeyer, Lea Lange, Klaus Schieble, Matthew Mockridge
22.45 **SAT.1 Reportage** Schönheits-OP: Im Ausland verpfuscht
23.40 **Focus TV – Reportage** Heilen auf Ostfriesisch
0.40 **Start Up! Wer wird Deutschlands bester Gründer?** (5/8) Show (Wh.)
2.45 **Auf Streife – Die Spezialisten**
3.30 **Auf Streife – Berlin**

PRO 7

20.15 MYSTERYSERIE

Akte X

Das Ende der Menschheit naht, und der Sohn von Scully (G. Anderson) und Mulder (D. Duchovny) spielt dabei eine wichtige Rolle.

5.50 New Girl
6.10 Mike & Molly
6.50 2 Broke Girls
7.40 The Big Bang Theory
8.55 Two and a Half Men
10.10 The Middle
11.00 Mike & Molly
11.50 How I Met Your ...
12.40 2 Broke Girls
13.30 Two and a Half Men U.a.: Der Genius des Bösen / Flibber-Flabber-Schlabber
14.50 **The Middle** Das Schulprojekt / Das neue Auto
15.40 **The Big Bang Theory** Der Gestank der Verzweiflung / Finger weg von meiner Schwester / Besuch vom FBI
17.00 **taff** Boulevardmag.
18.00 **Newstime**
18.10 **Die Simpsons** Trickserie · Denn sie wissen nicht, wen sie würgen / Die große Simpsina
19.05 **Galileo** Magazin
20.15 **Akte X** Mysteryserie, USA/CDN 2018 Der Kampf
21.10 **Lucifer** Krimiserie, USA 2016 · Ein guter Tag zum Sterben / Candy Morningstar
23.05 **The Exorcist** Horrorserie, USA '16 Die dritte Pupille
0.00 **Akte X** Der Kampf
0.50 **The Orville** Sci-Fi-Serie, USA 2017 Armors Dolch
1.40 **Lucifer** Ein guter Tag zum Sterben / Candy Morningstar
3.10 **Spätnachrichten**
3.15 **Family Guy** Peters Schwester / Der Hosentaschenanruf
3.50 **How I Met Your ...**

VOX

20.15 KRIMISERIE

Rizzoli & Isles

Korsak (B. McGill) war 18, als die junge Wendy ermordet wurde. Nun, 40 Jahre später, fällt ihr Vater einem Verbrechen zum Opfer.

5.10 CSI: NY UT U.a.: Tod in der Badewanne
6.50 Verklag mich doch!
10.50 vox nachrichten
10.55 4 Hochzeiten und eine Traumreise
12.00 Shopping Queen In Darmstadt
13.00 Zwischen Tüll und Tränen · Doku-Soap
14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Doku-Soap
15.00 **Shopping Queen**
16.00 **4 Hochzeiten und eine Traumreise** Tag 3: Katharina, Heroldsbach-Poppendorf
17.00 **Zwischen Tüll und Tränen** Doku-Soap
18.00 **First Dates – Ein Tisch für zwei**
19.00 **Das perfekte Dinner** Tag 3: Jutta Vorspeise: Blumenkohlmousseline mit Garnelen und gratiniertem Gemüse sowie Meeresfrüchten
20.00 **Prominent!** Magazin
20.15 **Rizzoli & Isles** UT Krimiserie, USA 2016 Gestern, heute, morgen
21.15 **Rizzoli & Isles** UT Dienstschluss · Finale der 7. und letzten Staffel der Serie
22.10 **Rizzoli & Isles** UT Krimiserie, USA 2013 Mord in der Kirche
23.05 **Major Crimes** Krimiserie, USA 2015 Im Netz
0.00 **vox nachrichten**
0.20 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin** 6 Folgen · U.a.: Kalte Herzen / Verwischte Spuren / Tödliche Gefahr (bis 5.10)

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

3SAT

10.15 Anne Will **11.15** Jesus und die verschwundenen Frauen **12.00** God's Cloud **12.30** Reporter **13.00** ZIB **13.20** Schätze der Welt **13.35** Kulinarische Schatzsuche in Asien (1+2/2) **15.00** Nuomin He, der fliegende mongolische Fotograf **15.45** Chinas wilder Fluss **16.15** Der Kaiserkanal in China **17.00** Chinas letzter Dampfzug **17.45** mareTV China unter Palmen – Die Tropeninsel Hainan **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau

20.15 Die Schweizer Rettungsflugwacht – Rega
1414 Dokumentarfilm, CH 2018
21.45 10 vor10 extra
Reportage, CH 2014
Hochhäuser der Welt
22.00 ZIB 2
22.25 Der Goalie bin ig
FILM ★★★ Drama, CH 2014
Mit Marcus Signer
Erstausstrahlung
23.55 Wir kriegen dich! Pfarrer im Visier der Rechten Doku, D '17
0.25 10vor10

ARTE

9.35 Konfuzius **11.05** Die Kunst der Anpassung (4/6) **11.50** Magische Gärten **12.15** Re: **12.50** Journal **13.00** Stadt Land Kunst **14.00** FILM **Die Dame, die im Meer spazierte** Tragikomödie, F/I 1991 **15.30** Magische Gärten Gravetye **16.00** Grenzenloses Frankreich (1/5) **16.50** X:enius **17.20** Magische Gärten **17.45** mareTV (4/5) Danziger Bucht **18.35** Wildes Deutschland **19.20** Arte Journal **19.40** Re: Jagd auf Vogeljäger – Kampf gegen den Vogelmord auf Malta

20.15 21 Nächte mit Pattie Komödie, F 2015 · Mit Isabelle Carré, Karin Viard u.a. R.: Arnaud Larrieu, Jean-Marie Larrieu
FILM ★★ TIPP S. 10
Erstausstrahlung
22.05 Das Schwarze Museum Doku, D '17
23.00 Mittwoch 04:45
FILM ★★★ Thriller, GR/D/ISR '15
Mit Stelios Mainas
Erstausstrahlung
0.50 Wild Drama, D 2016
FILM ★★★ Mit Lilith Stangenberg, Georg Friedrich
2.25 Tracks Magazin

KABEL 1

5.55 Ghost Whisperer **7.40** The Closer **9.30** Navy CIS: L.A. **10.25** Navy CIS **11.20** Without a Trace **12.15** Cold Case · WASP **13.10** Castle · Bigfoot ist der Mörder **14.00** The Mentalist · Ein Akt der Liebe **14.55** Navy CIS: L.A. Geschichte ohne Happy End **15.50** News **16.00** Navy CIS Alte Flieger **16.55** Abenteuer Leben täglich **17.55** Mein Lokal, dein Lokal – Wo schmeckt's am besten? · „proSecCo", Oldenburg **18.55** Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum

20.15 Tron: Legacy
FILM ★★★ Actionfilm, USA 2010
Mit Jeff Bridges, Garrett Hedlund, Olivia Wilde · Regie: Joseph Kosinski
22.50 Aliens – Die Rückkehr Sci-Fi-Film, USA 1986 · Mit Sigourney Weaver, Carrie Henn, Michael Biehn u.a. R.: James Cameron
FILM ★★★
1.45 Watch Me Kinomag.
2.00 Tron: Legacy
FILM ★★★ Actionfilm, USA 2010 (Wh. von 20.15)
4.05 Late News

WEITERE SENDER

SPORT1 **13.30** Storage Wars **15.30** Container Wars **16.30** Storage Wars **17.25** Fußball Badischer Pokal · Halbfinale: Karlsruh – Waldhof Mannheim · Live **19.25** DEL · Finale, Spiel 3 · Live **22.00** Darts Premier League Nachholtermin · Live aus Rotterdam **0.45** Teleshopping-Nacht

EUROSPORT **10.30** Snooker **12.00** Rad · Tour of the Alps. Ab 13.00 Live **14.30** Rad · Wallonischer Pfeil · Live **17.00** Rad Tour of the Alps **18.00** Formel E **19.00** Rad · Wallonischer Pfeil **21.00** Rad · Tour of Croatia **22.00** Snooker WM 2017 **23.30** Rad · Wallonischer Pfeil (–1.00)

SIXX **16.40** Private Practice **17.30** The Closer **18.30** Gilmore Girls **19.25** Grey's Anatomy **20.15** Fixer Upper – Spezial **21.15** Fixer Upper **22.15** Good Bones – Mutter, Tochter, Home-Makeover **23.15** Die Super-Makler **1.00** Fixer Upper Spezial

RTL PLUS **12.25** Strafgericht **14.50** Familiengericht **17.15** Staatsanwalt Posch ermittelt **18.05** Mein himmlisches Hotel **18.55** Unsere erste gemeinsame Wohnung **20.15** Vermisst **22.05** Versicherungsdetektive **23.40** Vermisst **0.40** Jeopardy!

ARD ALPHA **19.30** alpha-Demokratie **20.00** Tagesschau **20.15** Insel der Frauen – Palau in der Südsee **21.00** Sind Männer Gesundheitsmuffel? **21.45** freizeit **22.15** Die Zukunft unserer Kinder **22.45** Unkraut **23.15** The Day **23.45** Tagesschau 1998 **0.00** Bob Ross

PHOENIX **17.30** Der Tag **18.00** Reportage **18.30** St. Petersburg **19.15** Georgien – Von Null auf 5000 **20.00** Tagesschau **20.15** Stonehenge **21.00** Wie viel Steinzeit steckt in uns? **21.45** heute-journal **22.15** Phoenix-Runde **23.00** Der Tag **0.00** Phoenix-Runde

WELT **17.05** Rettung in letzter Sekunde **18.15** Börse **18.25** Auf Leben und Tod **19.10** Welt der Wunder **20.05** Die Erde: Ein Planet von innen **22.05** Geheimakte Amerika **23.05** Nazis in den USA **0.05** Geheimakte Amerika **1.05** Krieger der Vergangenheit

N-TV **17.30** Klamroths Konter **18.20** Telebörse **18.35** Ratgeber: Geld **19.10** PS – Das Automag. **20.15** Der Weg des Gemüses **21.05** In 80 Steaks um die Welt – Österreich und die Schweiz **22.10** Geniale Technik **1.10** Der Weg des Gemüses

ONE **17.50** Hart aber herzlich **18.40** Sturm der Liebe **20.15** FILM **Agatha Christies Poirot** Der Todeswirbel · TV-Krimi, GB '06 **21.45** FILM **Agatha Christie: Mörderische Spiele** Mit offenen Karten · TV-Krimi, F '13 **23.20** FILM **Agatha Christies Poirot** (Wh. von 20.15; bis 0.55)

ZDF NEO **16.15** FILM **Columbo** Selbstbildnis eines Mörders (1988) **17.45** Clever abgestaubt **18.30** Bares für Rares **20.15** FILM **Ein starkes Team** Die Frau des Freundes · TV-Krimi, D 2013 **21.40** FILM **Wilsberg** Morderney · TV-Krimi, D 2017 **23.10** Coppers **23.55** Code 37

ZDF INFO **13.00** ZDF-History 12 Folgen · U.a.: Marilyn Monroe / Mensch Adenauer! / Mythos Autobahn / Udo Jürgens / Hannelore Kohl **21.45** Gefangen im Kreml – Die russischen First Ladies **22.30** ZDF-History **0.45** Komplizen des Bösen

SONNENKLAR TV **19.15** Urlaub für ALLE **19.30** Reisecharts **20.15** Die AdT Show **20.30** Urlaubsträume **21.00** sonnenklar.TV **21.15** Reiseticker **21.30** Die AdT Show **21.45** Reiselounge **22.30** Die AdT Show **22.45** Der Tag **23.00** Infomercial

rtv.de

Neu im Netz

Foto: Concorde Video

1967: Die afroamerikanische Bevölkerung von Detroit leidet unter dem Rassismus der zutiefst gespaltenen amerikanischen Gesellschaft. Der Konflikt eskaliert, Straßenschlachten brechen aus.

Machtspiele

Mittendrin: Der schwarze Wachmann Melvin (John Boyega), der in eine Schießerei mit der Polizei und dem aggressiven Weißen Philip (Will Poulter, Foto) gerät. Im Verhör lassen die Beamten ihre Macht spielen, um Melvin unter Druck zu setzen. Nach einer wahren Begebenheit und 2018 leider immer noch aktuell.

Das Politdrama „Detroit", bereits im Handel. Gewinnen Sie bei uns online eine von 5 DVDs: **www.rtv.de/quiz**

Schwindel?

Vertigoheel®

Natürliche Hilfe bei Schwindel.

— wirkt gegen Schwindel
— besonders gut verträglich

Mehr Infos unter www.vertigoheel.de

*Insight Health, Absatz 2017

Hinweis: Schwindelsymptome sollten Sie mit Ihrem Arzt besprechen!

Vertigoheel® Tabletten, Zul.-Nr.: 13442.00.00 Anw.geb.: Sie leiten sich von den homöopath. Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Versch. Schwindelzustände. Warnhinweise: Enth. Lactose! Packungsbeilage beachten! 1 Tabl. = 0,025 BE. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Biologische Heilmittel Heel GmbH
Dr.-Reckeweg-Straße 2–4,
76532 Baden-Baden,
www.vertigoheel.de

-Heel

Mittwoch 18.4.

rtv Wissen, was läuft!

WDR

21.00 MAGAZIN

Die Ernährungs-Docs

Der 27-jährige Frederic D. leidet an Gicht. Kardiologin Melanie Hümmelgen erklärt ihm, wie er mit viel Bewegung gegensteuern kann.

9.20 Eins zu eins UT
9.50 Aktuelle Stunde UT
10.35 Lokalzeit
11.05 Panda, Gorilla & Co.
11.55 Am Kap der wilden Tiere UT Dokureihe
12.45 Aktuell UT
13.00 Planet Wissen
14.00 Zoo-Babies UT
14.25 Dings vom Dach UT
15.10 Wer weiß denn sowas
16.00 Aktuell UT
16.15 Hier und heute
18.00 Aktuell / Lokalzeit UT
18.15 Servicezeit UT
18.45 Aktuelle Stunde UT
19.30 Lokalzeit
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Markt** UT Magazin
21.00 **Die Ernährungs-Docs** (7/8) UT Gicht / Morbus Crohn / Diabetes Typ 1
21.45 **Aktuell** UT
22.10 **Die Story** Reportagereihe, D '18 Wie Energiekonzerne den Klimawandel vertuschen
22.55 **sport inside** UT
23.25 **WDR-Crime** UT Dokureihe, D 2016 Die Gen-Jäger
0.10 **Buchela – Die Hellseherin vom Rhein** UT Doku, D '14
0.55 **Maischberger** UT

BR

22.45 DOK.-FILM

Good Luck Finding ...

Vom Krebs gezeichnet, geht Jutta Winkelmann mit ihrem langjährigen Partner, 68er-Ikone Rainer Langhans, in Indien auf Sinnsuche.

10.25 Die größten Wasserfälle der Erde UT
11.10 Die Schweizer – unbekannte Nachbarn?
11.55 Andalusien UT
12.40 Dings vom Dach
13.25 In aller Freundschaft
14.10 Kunst + Krempel
14.40 Wer weiß denn sowas
15.30 Milberg & Wagner UT
16.00 Rundschau UT
16.15 Wir in Bayern UT
17.30 Regional
18.00 Abendschau UT
18.30 Rundschau UT
19.00 Stationen UT
19.30 Dahoam is Dahoam
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Münchner Runde** UT Diskussion
21.00 **Kontrovers** UT Politikmagazin
21.45 **Rundschau Magazin**
22.00 **DokThema** UT
22.45 **Good Luck Finding Yourself** UT Dokumentarfilm, D 2014
0.15 **kinokino** Magazin
0.30 **So a Schmarrn** Kurzfilmnacht: U.a.: Death is so permanent (D '18) / Die Geschichte von der Geschichte (D 2017) / Cornerstorys – Geschichten aus der Heimat (D 15)
2.00 **Rundschau Nacht**

SWR

20.15 DOKUMENTATION

Frisch auf den Tisch?

Fertigprodukte, auch bekannt als Convenience-Food, erobern die Restaurants. Für die Gäste ist das meist nicht zu erkennen.

8.05 Landesschau UT
8.50 ARD-Buffet UT
9.35 Seehund, Puma & Co.
10.25 Nashorn, Zebra & Co.
11.15 Planet Wissen · Antibiotika ohne Wirkung
12.15 Wer weiß denn sowas
13.00 Meister des Alltags UT
13.30 Verstehen Sie was?
14.15 Eisenbahn-Romantik
14.45 Tiere bis unters Dach
15.15 Tierarztgeschichten
16.05 Kaffee oder Tee
18.00 Aktuell
18.15 made in Südwest
18.45 Landesschau UT
19.30 Aktuell UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Frisch auf den Tisch?** UT Doku, D '16 · Die Wahrheit über Restaurants
21.00 **Der Herrgott kocht in Afrika** UT Doku, D 2017 · Schwäbische Spitzenküche in der Wüste
21.45 **Aktuell** Magazin
22.00 **Pfarrer Braun** UT Der unsichtbare Beweis
FILM ★★ TV-Krimikomödie, D 2006 · Mit O. Fischer
23.30 **Mord mit Aussicht** UT Tod am 18. Loch
0.20 **Die Kanzlei** UT Üble Tricks. Staffelfin.
1.05 **Okay S.I.R.** 2 Folgen

HR

22.30 KRIMISERIE

Zwischen den Zeilen

Maja (J. Schmidt) und Rajesh (Parbet Chugh) sind auf der Beerdigung des Elvis-Imitators Bruno Gledinski. Da explodiert der Sarg!

11.25 Edinburgh und die Highlands UT
12.10 Brisant UT
12.50 **Den Tagen mehr**
FILM ★★ **Leben!** UT TV-Melodram, D 2010
14.20 Panda, Gorilla & Co.
15.10 Giraffe & Co.
16.00 hallo hessen
16.45 hessenschau
17.00 hallo hessen
17.50 hessenschau
18.00 Maintower
18.25 Brisant UT
18.50 service: trends UT
19.15 alle wetter
19.30 hessenschau UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **m€x. das marktmagazin** UT Warum die einzige Impfung gegen Krebs kaum einer will
21.00 **12-mal gesund** UT Doku · Ernährung, Bewegung, Medizin
21.45 **kriminalreport**
22.15 **hessenschau**
22.30 **Zwischen den Zeilen** UT Krimiserie, D 2013 · Elvis lebt
23.20 **Der Wolf** UT
FILM ★★ Gefallene Engel Thriller, N/DK/D 2008 Mit Trond Espen Seim
0.50 **Zwischen den Zeilen** UT Elvis lebt

NDR

20.15 DOKUREIHE

Expeditionen ins ...

Im Pfälzerwald überragen farbenprächtige Buntsandsteinfelsen sowie Burgen und Ruinen die nach Pinien duftenden Kiefernwälder.

10.30 buten un binnen
11.00 Hallo Niedersachsen
11.30 Die Nordreportage
12.00 Brisant UT
12.25 In aller Freundschaft
13.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
14.00 NDR//aktuell UT
14.15 die nordstory UT
15.15 Wer weiß denn sowas
16.00 NDR//aktuell UT
16.20 Mein Nachmittag UT
17.10 Eisbär, Affe & Co. UT
18.00 Regional UT
18.15 Wie geht das? UT
18.45 DAS! UT
19.30 Regional UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Expeditionen ins Tierreich** UT Dokureihe, D 2012 Wildes Deutschland – Der Pfälzerwald
21.00 **Der Pferdeversteher** UT Neue Dokureihe, D '18 · Die Zähmung
21.45 **NDR//aktuell** UT
22.00 **Großstadtrevier** UT Nicht mit mir
22.50 **extra 3** UT Magazin
23.20 **Zapp** UT Magazin
23.50 **7 Tage ...** UT unter Pennern · Reportagereihe, D 2013
0.20 **Ida Rogalski** ◧ Familienserie · Dieter
0.45 **Visite** UT Magazin

MDR

20.45 REPORTAGE

Notfall Notaufnahme

Die Notaufnahmen der Kliniken sind permanent überlastet. Wären eine Notfallgebühr oder sogenannte Portalpraxen die Lösung?

8.30 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
9.20 Wer weiß denn sowas
10.05 Elefant, Tiger & Co. UT
11.00 MDR um elf UT
11.45 In aller Freundschaft
12.30 **Für dich dreh ich**
FILM ★★ **die Zeit zurück** UT TV-Drama, A/D 2017
14.00 MDR um zwei UT
15.00 LexiTV UT
16.00 MDR um vier UT
17.45 Aktuell UT
18.10 Brisant UT
18.54 Sandmännchen UT
19.00 MDR Regional UT
19.30 Aktuell UT
19.50 Tierisch, tierisch UT

20.15 **Exakt** UT Magazin
20.45 **Notfall Notaufnahme** Reportage, D 2017
21.15 **Die Spur der Täter** Magazin
21.45 **Aktuell** UT
22.05 **Polizeiruf 110** UT
FILM ★★ Blutige Straße TV-Krimi, D 2011 Mit Jaecki Schwarz, Wolfgang Winkler u.a.
23.35 **Zärtlichkeiten im Bus** Show, D 2017 Gast: Elif (Sängerin)
0.35 **Shuffle** Magazin
0.50 **SWR3 New Pop Festival 2017** (10/10) Rag 'N' Bone Man
1.35 **Lindenstraße** UT

RTL 2

13.00 Die Reimanns **14.00** Köln 50667 **15.00** Berlin – Tag & Nacht **16.00** Einfach hairlich – Die Friseure **17.00** Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt ... **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin – Tag & Nacht **20.00** News **20.15** Wir bekommen dein Baby – Promimütter helfen **21.15** Teenie-Mütter **22.15** Babys! Kleines Wunder – Großes Glück **23.15** Autopsie Spezial: Die letzten Stunden von Elvis Presley **0.15** Autopsie

SERVUS TV

14.05 David Attenboroughs Great Barrier Reef **15.05** Auf Entdeckungsreise – durch Europa **16.00** McLeods Töchter **17.00** Moderne Wunder **18.05** Auf legendären Routen **19.00** Abenteuer in der Tiefe **19.15** Auf Entdeckungsreise durch Europa **20.15** Wunderwesen Schmetterling **21.15** Tierisch abgehoben (2/3) **22.15** Singapur – Im Großstadtdschungel **23.15** On Any Sunday: The Next Chapter **0.45** Die Welt der Düfte (3/4)

RBB

14.15 Planet Wissen **15.15** Abenteuer Panamericana (3/5) **16.00** Aktuell **16.15** Wer weiß denn sowas? **17.05** Nashorn & Co. **17.55** Sandmann **18.00** Um sechs **18.30** zibb **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** rbb Praxis **21.00** Der große Haar-Check **21.45** Aktuell **22.15** Mythos Kongo (1/2) **23.00** FILM **Brothers Bloom** Gaunerkomödie, USA 2008 **0.45** FILM **Suche Mann für meine Frau** TV-Tragikomödie, D 2002

TELE 5

15.10 Star Trek – Das nächste Jahrhundert **16.05** Star Trek – Raumschiff Voyager **17.05** Raumschiff Enterprise **18.10** Star Trek – Raumschiff Voyager **19.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **20.15** FILM **American Fighter** Actionfilm, USA 1985 **22.05** FILM **American Fighter 2 – Der Auftrag** Action, USA '86 **23.55** FILM **American Fighter III – Die blutige Jagd** Actionfilm, USA 1988 **1.35** FILM **Bloodsport** Actionfilm, USA '87

SRTL

11.55 Go Wild! **12.20** Friends **12.40** Spirit: wild und frei **13.10** Coop **13.35** Tom u. Jerry **14.10** Scooby-Doo **14.35** Angelo! **15.05** King Julien **15.30** Sally Bollywood **16.00** Inspector Gadget **16.25** Zak Storm **16.50** Coop **17.20** Scooby-Doo **17.45** Trolljäger **18.10** Sally **18.40** Einfach tierisch **19.10** Tom u. Jerry **19.45** Angelo! **20.15** Dr. House **22.55** Upps! Pannenshow **23.50** Die lustigsten Schlamassel der Welt **0.20** Infomercials

KIKA

11.40 Marco Polo **12.05** Pippi Langstrumpf **12.30** Garfield **12.55** Sherlock Yack **13.20** Das Green Team **13.40** Die Pfefferkörner **14.10** Schloss Einstein **15.00** Lenas Ranch **15.45** H2O **16.35** Mirette ermittelt **17.00** Hexe Lilli **17.25** Insectibles **18.00** Shaun **18.20** Ben & Holly **18.40** Tilda Apfelkern **18.50** Sandmann **19.00** Tashi **19.25** pur+ **19.50** logo! **20.00** Ki.Ka Live **20.10** Das erste Mal ... Europa! **20.35** Durch die Wildnis

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

Im Frühling

Sportlich durchstarten

Wenn die Tage länger werden und die Sonne vom Himmel lacht, bekommen sogar eingefleischte Bewegungsmuffel Lust aufs Laufen. Was müssen **angehende Freizeitsportler** beachten?

Im Frühling erinnern sich viele an die guten Vorsätze, die sie noch Anfang des Jahres gefasst hatten. Jetzt raffen sich die meisten endlich zum Sport auf. Denn die Zeit des Winterschlafs ist vorbei, der Körper kommt langsam auf Touren und stellt sich nach und nach auf die hellere, wärmere Jahreszeit ein. Und so lautet die Devise für viele: Runter vom Sofa, raus in die Natur und bewegen!

Experten empfehlen angehenden Freizeitsportlern, am besten mit einer Sportart zu beginnen, die sich ohne großen Aufwand und mühevolle Vorbereitung direkt vor der Haustür ausüben lässt. Die Lust darauf sollte auch da sein, und Spaß muss das Ganze natürlich auch noch machen. Die erste Wahl ist: Ausdauersport. Denn ein Herz-Kreislauf-Training ist für jeden gut. Ob jung oder alt, ob dick oder dünn – laufen, Rad fahren oder schwimmen kann fast jeder. In den ersten Wochen reicht es, regelmäßig zwei bis dreimal die Woche 30 bis 45 Minuten zu trainieren.

Eine Frage der Motivation

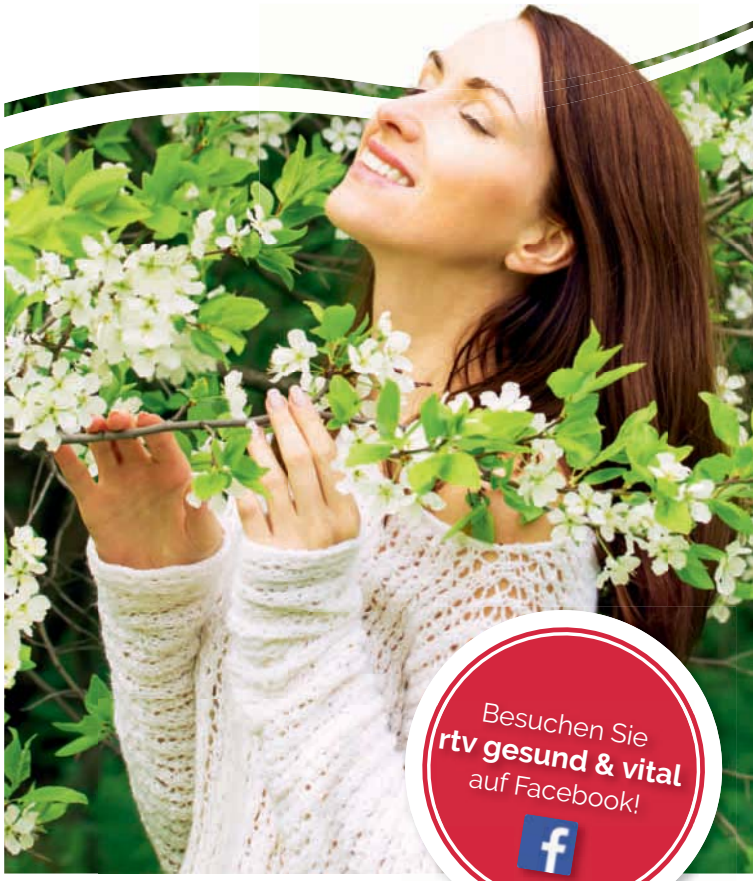
Die schwierigste Hürde ist für die meisten am Anfang, den inneren Schweinehund zu überwinden. Wer Angst hat, dass er es schon nach dem dritten Versuch nicht mehr schafft, sich zum Sport zu motivieren, der sollte sich Verbündete suchen. Am besten ist es, sich mit einem Freund oder einem Kollegen zu verabreden oder gleich in der Gruppe Sport zu treiben. So setzt man sich sanft, aber wirksam selbst unter Druck. Wer sagt anderen schon gerne ab? Ergebnis: Man bleibt dran. Und wer dranbleibt, wird belohnt. Denn schon nach ein paar Wochen verbessert sich die Ausdauer, und der Körper wird geschmeidiger und straffer. Das motiviert zum Weitermachen. Außerdem hat regelmäßige sportliche Betätigung noch mehr positive Effekte. So wird dadurch das Schlaganfall- und Herzinfarktrisiko gesenkt, die Knochen werden gestärkt und so die Gefahr für Osteoporose verringert.

gesund & vital

10 Tipps gegen schwere Beine beim Laufen finden Sie bei uns im Internet: **www.gesund-vital.de**

Foto: Colourbox | Text: Renate Papazoi

rtv gesund & vital
Meine Gesundheit. Mein Portal.



Mehr Energie und Lebensfreude

Machen Sie es wie die Natur: Schöpfen Sie im Frühling neue Kraft und Vitalität! Mit fundierter Information rund um Gesundheit und Wellness möchte rtv gesund & vital Sie dabei unterstützen. Erfahren Sie zum Beispiel, mit welchen Strategien Sie im Alltag Kraft tanken oder probieren Sie unsere Tipps für mehr Beweglichkeit und Fitness aus.

Mehr auf
www.gesund-vital.de

ARD

20.15 SHOW

Hirschhausens Quiz ...

Eckart von Hirschhausen trifft ihn Berlin den gelähmten Andre van Rüschen. Der kann mithilfe eines „Exoskeletts“ wieder laufen.

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.05 Rote Rosen UT
9.55 Sturm der Liebe
10.45 Meister des Alltags UT
11.15 Gefragt – Gejagt UT
12.00 Tagesschau UT
12.15 ARD-Buffet UT Frühlingskräutersüppchen mit Grießklößchen
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 Tagesschau UT
14.10 Rote Rosen UT
15.00 **Tagesschau** UT
15.10 **Sturm der Liebe**
16.00 **Tagesschau** UT
16.10 **Giraffe & Co.** UT Auge in Auge mit Giraffe Gregor
17.00 **Tagesschau** UT
17.15 **Brisant** UT
18.00 **Quizduell** UT Show
18.50 **In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte** UT Hohe Erwartungen
19.45 **Wissen vor acht – Mensch** UT
19.50 **Wetter / Börse** UT
20.00 **Tagesschau** UT
20.15 **Hirschhausens Quiz des Menschen** UT (1/3) Neue Folgen der Show, D 2018 · Gäste: Jürgen von der Lippe, Katrin Bauerfeind
21.45 **Monitor** UT Magazin
22.15 **Tagesthemen** UT
22.45 **Ladies Night** UT Kabarett mit Gerburg Jahnke · Gäste: Tamika Campbell, Anka Zink, 9 Volt Nelly, Frieda Braun
23.30 **Wolfgang Trepper live!** UT Show
0.15 **Nachtmagazin** UT
0.35 **Håkan Nesser's** FILM ★★ **Inspektor Barbarotti – Verachtung** UT TV-Krimi, D 2011

ZDF

20.15 TV-FAMILIENFILM

Tonio & Julia

Pfarrer Tonio Niederegger (Maximilian Grill) und Familientherapeutin Julia Schindel (Oona Devi Liebich) sind nicht immer einer Meinung.

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.00 heute Xpress
9.05 Volle Kanne – Service täglich
10.30 Notruf Hafenkante UT Gefährlicher Verehrer
11.15 SOKO Wismar UT Der letzte Aufguss
12.00 heute
12.10 drehscheibe
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 heute – in Deutschl.
14.15 Die Küchenschlacht
15.05 **Bares für Rares** UT
16.00 **heute – in Europa** UT
16.10 **Die Rosenheim-Cops** UT Hörfilm Wh. von 30 Folgen der Krimiserie, D 2011 · Der Preis der Schönheit
17.00 **heute** UT
17.10 **hallo deutschland**
17.45 **Leute heute** UT
18.00 **SOKO Stuttgart** UT Späte Rache
Finale der 9. Staffel
19.00 **heute / Wetter** UT
19.25 **Notruf Hafenkante** UT Hörfilm Actionserie Elenas letzte Chance
20.15 FILM ★★ **Tonio & Julia** UT Zwei sind noch kein Paar · TV-Familienfilm, D 2018 · Mit Charlotte Schwab u.a. Regie: Kathrin Feistl *Erstausstrahlung*
21.45 **heute-journal** UT
22.15 **maybrit illner** UT Polit-Talk · Live
23.15 **Markus Lanz** UT Talkshow
0.30 **heute+**
0.45 **Heldt** UT Hörfilm Krimiserie, D 2018 Abgeschminkt
1.30 **Notruf Hafenkante** Hörfilm Elenas letzte Chance
2.15 **Notruf Hafenkante** UT Actionserie, D '09 Gefährlicher Verehrer
3.00 **SOKO Stuttgart**

RTL

20.15 ACTIONSERIE

Alarm für Cobra 11

Semir (E. Atalay, r.) nimmt den Obdachlosen Charles (W. Kobus) auf. Der hilft ihm, Waffenhändler Aaron Dumont zu überführen.

6.00 Guten Morgen Deutschland
8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten UT
9.00 Unter uns
9.30 Betrugsfälle
10.00 Die Trovatos – Detektive decken auf Doku-Soap
11.00 Hebammen im Einsatz · Doku-Soap
12.00 Punkt 12 Das Mittagsjournal
14.00 **Verdachtsfälle** Doku-Soap
17.00 **Betrugsfälle** Doku-Soap
17.30 **Unter uns** Daily Soap
18.00 **Explosiv** Magazin
18.30 **Exclusiv** Magazin
18.45 **RTL aktuell**
19.05 **Alles was zählt** UT Daily Soap, D 2018
19.40 **Gute Zeiten, schlechte Zeiten** UT Lilly denkt mit ihren Freundinnen über einen Racheplan für Brückner nach.
20.15 **Alarm für Cobra 11 – Die Autobahnpolizei** UT Actionserie, D 2018 Held der Straße / Babyalarm (2011)
22.15 **Tatverdacht – Team Frankfurt ermittelt** Krimiserie, D 2017 Outing
23.05 **Anwälte der Toten – Die spektakulärsten Mordfälle der USA** Mörderische Besessenheit / Das letzte Abendessen
0.00 **Nachtjournal**
0.35 **Alarm für Cobra** UT (Wh. ab 20.15)
2.25 **Tatverdacht – Team Frankfurt ermittelt**
3.15 **Anwälte der Toten**

SAT.1

20.15 KRIMISERIE

Criminal Minds

Det. Gassner (R. Englund, l.) unterstützt das Team im Fall einer toten Frau. Man fand sie in einer verlassenen psychiatrischen Anstalt.

5.30 Sat.1-Frühstücksfernsehen · Mod.: Matthias Killing, Daniel Boschmann, Marlene Lufen · Live
10.00 Klinik am Südring
11.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie!
12.00 Anwälte im Einsatz Doku-Soap
13.00 Anwälte im Einsatz
14.00 Auf Streife
15.00 **Auf Streife – Berlin** Doku-Soap
16.00 **Klinik am Südring** Doku-Soap
17.00 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
17.30 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
18.00 **Auf Streife – Die Spezialisten** Doku-Soap
19.00 **Die Ruhrpottwache** Doku-Soap
19.55 **Sat.1 Nachrichten** Mod.: Marc Bator u.a.
20.15 **Criminal Minds** Krimiserie, USA 2012 Des Teufels Bräute
21.15 **Criminal Minds** Krimiserie, USA 2009 Das Geschäft der Lust
22.15 **Criminal Minds** Krimiserie, USA 2015 Der Zeuge
23.15 **Profiling Paris** Krimiserie, F 2017 Familiengeheimnisse
0.15 **Criminal Minds** Krimiserie, USA 2007 Masken
1.05 **Criminal Minds** Krimiserie, USA 2007 Teuflisches Glück
1.50 **Criminal Minds** (Wh. ab 20.15)
4.00 **Profiling Paris** Familiengeheimnisse

PRO 7

20.15 CASTINGSHOW

Germany's next ...

Selbst Thomas Hayo ist nicht immer mit Heidis Entscheidungen einverstanden. Etwa als sie Kandidatin Lis nach Hause schickte.

5.40 New Girl · Staffelfin.
6.00 Mike & Molly
6.45 2 Broke Girls
7.35 The Big Bang Theory
8.50 Two and a Half Men
10.10 The Middle
11.00 Mike & Molly
11.50 How I Met Your ...
12.40 2 Broke Girls
13.30 Two and a Half Men U.a.: Die üblichen Nebenwirkungen / Richterin des Jahres
14.50 **The Middle** Der dritte Valentinstag / Das Konzert
15.45 **The Big Bang Theory** Comedyserie, USA 2010 · 21 Sekunden / Der falsche richtige Freund / Die animalische Amy
17.00 **taff** Boulevardmag.
18.00 **Newstime**
18.10 **Die Simpsons** Zeichentrickserie, USA 2011 · Die Mafiosi-Braut / Homer mit den Fingerhänden
19.05 **Galileo** Magazin
20.15 **Germany's next Topmodel – by Heidi Klum** (11/16) Castingshow, D 2018 Jury: Heidi Klum, Thomas Hayo, Michael Michalsky
22.30 **red.** Magazin
23.30 **Big Stories** Show, D 2017 · Die erfolgreichsten deutschen Auswanderer
0.25 **Supernatural** Erzengel / Blutvergießen
2.10 **iZombie** Mysteryserie, USA 2016 Das tote Cowgirl / Liebe & Basketball
3.35 **Spätnachrichten**
3.40 **Late Night Berlin** Show, D 2018
4.30 **How I Met Your ...**

VOX

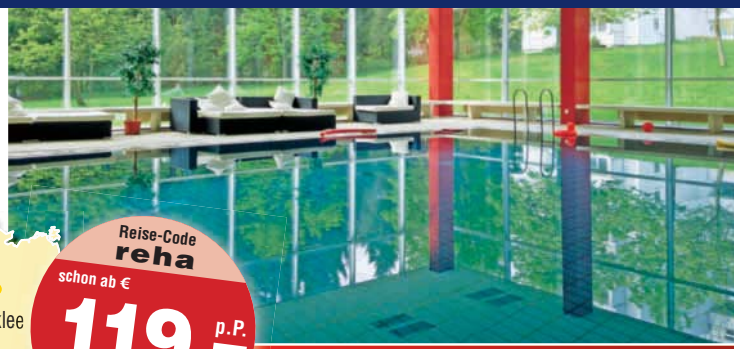
20.15 ACTIONFILM

X-Men Origins

Die Mutanten-Brüder Logan und Victor entwickeln sich zu unerbittlichen Rivalen: zu Wolverine (Hugh Jackman) und Sabretooth.

5.10 CSI: NY UT
6.50 Verklag mich doch!
10.50 vox nachrichten
10.55 4 Hochzeiten und eine Traumreise Katharina, Heroldsbach-Poppendorf
12.00 Shopping Queen
13.00 Zwischen Tüll und Tränen · Doku-Soap
14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Doku-Soap
15.00 **Shopping Queen**
16.00 **4 Hochzeiten und eine Traumreise** Ayten, Bad Oeynhausen
17.00 **Zwischen Tüll und Tränen** Doku-Soap
18.00 **First Dates – Ein Tisch für zwei**
19.00 **Das perfekte Dinner** Tag 4: Remy, „Französische Küche“: Vorspeise: Lachstatar mit Avocado, Garnelen und Jakobsmuscheln auf Schalotten-Konfitüre
20.00 **Prominent!** Magazin
20.15 FILM ★★★ **X-Men Origins: Wolverine** UT Actionfilm, USA 2009 Mit Ryan Reynolds, Lynn Collins u.a. Regie: Gavin Hood
22.20 **Knife Fight Club** (4/6) Kochshow, D '17 Maria Groß vs. Max Stiegl · Jury: Tim Mälzer, Tim Raue. Mod.: Annie Hoffmann
23.25 FILM ★★★ **X-Men Origins: Wolverine** UT (Wh. von 20.15)
1.20 **vox nachrichten**
1.40 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin** UT U.a.: Dokument des Todes / Schicksalsschläge (bis 5.10)

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm Zweikanalton Der besondere Tipp



Reise-Code **reha**
schon ab €
119,– p.P.
ALL INCLUSIVE
4 Tage

Harz

RRRR CAREA Residenz Hotel Harzhöhe in Goslar-Hahnenklee

Urlaub mitten im Grünen! Mit der Bocksbergseilbahn gelangen Sie auf den ca. 726 m hohen Bocksberg, wo Sie neben einer traumhaften Aussicht zahlreiche Wanderwege und Mountainbike-Parcours erwarten. Das Zentrum von Goslar erreichen Sie nach etwa 18 km.
IHR HOTEL umfasst ein Restaurant, Kaminbar, Bierstube, Terrasse, Aufzug, Billard, Lesezimmer, Disco (belegungsabhängig) sowie einen Wellnessbereich mit Hallenbad, Finnischer Sauna und Solarium. Wellnessanwendungen werden angeboten.
IHR ZIMMER ist mit Bad oder Dusche/WC, Fön, TV, Telefon und Balkon ausgestattet.

INKLUSIVLEISTUNGEN

- 3/5/7 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet
- 2/4/6 x Mittagssnack (Suppe/Salatbar)
- 3/5/7 x 1 Tasse Kaffee und 1 Stück Kuchen
- 3/5/7 x Abendessen als Buffet
- Täglich alkoholfreie Getränke, Hauswein und Hausbier (10:00–20:30 Uhr)
- Wellnessbereich mit Hallenbad und Sauna
- **Zahlreiche Ermäßigungen und kostenlose Aktivitäten im Rahmen der Harz-Gastkarte**
- WLAN im öffentlichen Bereich
- Hotelparkplatz (nach Verfügbarkeit)

Die Verpflegung beginnt am Anreisetag mit Kaffee und Kuchen.

Eigene Anreise

TERMINE & PREISE in €/Person im DZ

Saison *letzte Abreise	Anreise Nächte	täglich 3	5	7
04.11.-22.12.18*		119	199	279
17.04.-24.04.18		129	209	289
28.05.-23.06.18		139	229	319
25.04.-27.05.18, 24.06.-03.11.18		149	239	329

Einzelzimmerzuschlag: 10 €/Nacht
Ermäßigungen: 1 Kind 0–6,9 Jahre FREI, 7–12,9 Jahre 50 % Im Doppelzimmer mit Zustellbett bei zwei Vollzahlern.
Hunde: ca. 8 €/Nacht (mit Voranm.; im Restaurant nicht erlaubt)
Kurtaxe: ca. 2,30 € pro Person/Tag, Kinder 6–17,9 Jahre: 1,15 €

Reise-Code **lelo**
schon ab €
129,– p.P.
HALBPENSION
3 Tage

Mosel

RRR+ Hotel Lellmann in Löf

Erleben Sie das romantische Moseltal und erkunden Sie die alten Burgen, die über dem Fluss thronen und in die steilen Weinberge eingebettet sind. Cochem und Koblenz erreichen Sie nach ca. 25 km.
IHR HOTEL begrüßt Sie mit zwei Restaurants, Bar, Fahrradverleih, Aufzug und einem Wellnessbereich mit Hallenbad, Bio-Sauna, Solarium, Fitnessraum, Relax-Lounge sowie Wellnessanwendungen.
IHR ZIMMER bietet Dusche/WC, Fön, TV u. Telefon.

INKLUSIVLEISTUNGEN

- 2/3/5 Übernachtungen
- 2/3/5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 2/3/5 x Abendessen als 3-Gang-Menü o. Buffet
- Wellnessbereich mit Hallenbad, Bio-Sauna und Relaxbereich
- Nutzung des Fitnessraums
- **1 x Ticket für Fahrten mit Bus & Bahn nach Cochem, Koblenz und Andernach**
- WLAN
- Informationen über die Region
- Hotelparkplatz (nach Verfügbarkeit)

Eigene Anreise

TERMINE & PREISE in €/Person im DZ/EZ

Saison *letzte Abreise	Anreise Nächte	täglich 2	3	5
01.11.-21.12.18*		129	199	319
21.10.-31.10.18		139	209	339
16.04.-20.10.18		149	229	359

Kein Einzelzimmerzuschlag!
Wochenendzuschlag (FR+SA): 15 € pro Person/Nacht
Ermäßigungen: 1–2 Kinder 0–1,9 Jahre FREI, 2–11,9 Jahre 50 %, 12–15,9 Jahre 20 %. Im DZ mit Zustellbett bei 2 Vollzahlern.
Hunde: ca. 7 €/Nacht (mit Voranmeldung)
Kurtaxe: ca. 2,50 € pro Person/Nacht

Die angegebene Hotelkategorie entspricht einer Einschätzung der Reisen Aktuell GmbH. Nutzung der Hotel-/Zimmer-/Schiffseinrichtungen ggf. gegen Gebühr (ausgenommen Inklusivleistungen). Änderungen von Leistungen durch Dritte, Verfügbarkeit, Irrtümer und Satzfehler vorbehalten. Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Sicherungsscheines wird eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu tätigen.

Beratung & Buchung **0261-29 35 19 19**
www.reisenaktuell.com Mo.–Fr. 8–19 Uhr sowie Sa., So. und Feiertage 10–19 Uhr
Veranstalter: Reisen Aktuell GmbH, In den Weniken 1, 56070 Koblenz

3SAT

9.05 Kulturzeit **9.45** nano **10.15** Kölner Treff **11.45** Thema **12.30** ECO **13.00** ZIB **13.20** Das Wüstenparadies (1/2) Auf Inseln und Festland **14.05** Sonne, Siesta, Saudade (1–5/10) Galizien / Costa Verde – Portugals grüner Norden / Lissabon, der Tejo und die Kunst / Alentejo – Wo die Langsamkeit zuhause ist / Algarve **17.45** Zauberhaftes Albanien (1/2) Der Süden – Vom Landesinneren an die Küste **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau

20.15 Müll-Meister Deutschland
Doku, D 2017
21.00 scobel Ich kaufe, also bin ich!
22.00 ZIB 2
22.25 Kreuzweg Drama, FILM ★★★ D 2014 · Mit Lea van Acken, Franziska Weisz u.a. · Regie: Dietrich Brüggemann
0.10 10vor10
0.35 Rundschau
1.20 Reporter Überlebenskünstler Cristian Reymond (CH 2018)
1.45 Hessen-Reporter

ARTE

9.25 Die Kathedrale **10.55** Wilde Miezen **11.50** Magische Gärten **12.15** Re: **12.50** Journal **13.00** Stadt Land Kunst **14.00** FILM **Alle Mörder sind schon da** Krimikomödie, USA 1985 **15.30** Magische Gärten **16.00** Grenzenloses Frankreich (2/5) **16.55** X:enius **17.20** Magische Gärten · Ephrussi & Serre de la Madone (Frankr.) **17.50** Sotschi am Schwarzen Meer **18.35** Wildes Deutschland **19.20** Journal **19.40** Re: Fairer Job – Chancengleich am Arbeitsplatz

20.15 Mord im Mittsommer
FILM ★★
Heute Nacht bist du tot · TV-Krimi, S 2014 Mit Jakob Cedergren, Alexandra Rapaport
22.25 Norskov (6–10/10) Krimiserie, DK 2015 Mit Thomas Levin, Jacob Ulrik Lohmann
2.00 Südafrika: Aufstand gegen die Befreier Doku, SA 2016
2.55 Der Teppichhändler von Isfahan Doku Eine alte Tradition wird neu gelebt

KABEL 1

5.55 Ghost Whisperer **7.35** The Closer **9.25** Navy CIS: L.A. **10.20** Navy CIS **11.15** Without a Trace Unter Beschuss **12.10** Cold Case · Totes Rennen **13.05** Castle · Wachtel oder Täubchen **14.00** The Mentalist · Alte Schule **14.55** Navy CIS: L.A. **15.50** News **16.00** Navy CIS · Wasserdicht **16.55** Abenteuer Leben täglich **17.55** Mein Lokal, dein Lokal – Wo schmeckt's am besten? · „Seelig", Oldenburg **18.55** Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum

20.15 Das Kartell
FILM ★★★
Thriller, USA 1993 Mit Harrison Ford, Willem Dafoe, Anne Archer u.a. · Regie: Phillip Noyce
23.10 Alien 3 Sci-Fi-Film, FILM ★★★ USA 1991 · Mit Sigourney Weaver, Charles Dutton, Charles Dance u.a. Regie: David Fincher
1.25 Das Kartell
FILM ★★★ Thriller, USA 1993 (Wh. von 20.15)
3.55 Alien 3 Sci-Fi-Film, FILM USA '91 (von 23.10)

WDR

20.15 DISKUSSION

Ihre Meinung
Bettina Böttinger lässt hundert Zuschauer mit Politikern und Experten in einen lebendigen Meinungsaustausch treten.

9.20 Eins zu eins UT
9.50 Aktuelle Stunde UT
10.35 Lokalzeit
11.05 Panda, Gorilla & Co.
11.55 Am Kap der wilden Tiere UT Dokureihe
12.45 Aktuell UT
13.00 Planet Wissen
14.00 Zoo-Babies UT
14.25 Dings vom Dach UT
15.10 Wer weiß denn sowas
16.00 Aktuell UT
16.15 Hier und heute
18.00 Aktuell / Lokalzeit UT
18.15 Servicezeit UT
18.45 Aktuelle Stunde UT
19.30 Lokalzeit
20.00 Tagesschau UT

20.15 Ihre Meinung UT
Heimat – Wer gehört dazu?
21.45 Aktuell UT
22.10 frauTV UT Magazin mit Lisa Ortgies
22.40 Menschen hautnah UT Dokureihe, D 2018 Die Chemo Chicas – Leben nach dem Krebs
23.25 Menschen hautnah UT Dokureihe, D 2016 Die Chemo-Chicas – Alles ist besser als tot!
0.10 Ihre Meinung UT Diskussion (Wh.)
1.40 Erlebnisreisen

BR

22.45 COMEDYSERIE

Schlawiner
Manu (Michael Ostrowski) will sich mit Maia (Angelika Niedetzky) keinen Liebesfilm anschauen. Er sucht jemanden, der ihn vertritt.

10.25 Dschungelhunde UT
11.10 China – Die Himmelsstürmer von Weifang
11.55 Die großen Seebäder
12.40 Dings vom Dach
13.25 In aller Freundschaft
14.10 Kunst + Krempel
14.40 Wer weiß denn sowas
15.30 Weinwunder Deutschland UT
16.00 Rundschau UT
16.15 Wir in Bayern UT
17.30 Regional
18.00 Abendschau UT
18.30 Rundschau UT
19.00 mehr/wert UT
19.30 Dahoam is Dahoam
20.00 Tagesschau UT

20.15 quer UT Magazin
21.00 SchleichFernsehen Kabarett, D 2018 Mitwirkende: Lothar Bölck, Sebastian Daller, Stimmungsbüro Kreitmeier
21.45 Rundschau Magazin
22.00 Ringlstetter Gäste: Klaus Eberhartinger, Heribert Prantl
22.45 Schlawiner UT Der Schweiger-Effekt
23.15 Woidboyz on the Road Reportagereihe
23.45 Mann/Frau Serie
0.05 Startrampe
0.35 PULS Open Air 2017
2.05 Rundschau Nacht

SWR

21.00 DOKUMENTATION

Wohnen mit Holz
Holzmöbel sind wieder angesagt. In Angelbachtal bauen die Brüder Pfister Vollholzküchen aus den Balken alter Scheunen.

8.05 Landesschau UT
8.50 ARD-Buffet UT
9.35 Seehund, Puma & Co.
10.25 Nashorn, Zebra & Co.
11.15 Planet Wissen Parasiten
12.15 Wer weiß denn sowas
13.00 Meister des Alltags UT
13.30 Verstehen Sie was?
14.15 Eisenbahn-Romantik
14.45 Tiere bis unters Dach
15.15 Tierarztgeschichten
16.05 Kaffee oder Tee
18.00 Aktuell
18.15 Die Rezeptsucherin
18.45 Landesschau UT
19.30 Aktuell UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 Zur Sache BW! UT
Zur Sache Rheinland-Pfalz! / Saar3
21.00 Wohnen mit Holz UT Doku, D 2016
21.45 Aktuell Magazin
22.00 Odysso Magazin Massenware Tier – Alternativen zum Billigfleisch
22.45 Kunscht! Magazin
23.15 Alles gut Dokumentarfilm über die Integration von Flüchtlingen, D 2016
0.50 Allein unter Flüchtlingen Doku, D 2018
1.35 Nachtcafé UT Arm in Deutschland

WEITERE SENDER

SPORT1 **6.00** Shopping **13.30** Storage Wars **15.30** Container Wars **16.30** Storage Wars **17.30** Poker · WSOP 2017 **18.30** Volkswagen Pokalfieber · Live **19.00** Euro Hockey Challenge Deutschland – Frankreich · Live **21.30** Darts · Premier League Live **0.00** Sport-Clips

EUROSPORT **11.00** Snooker UK Championship 2017 **13.00** Rad · Tour of the Alps. Ab 14.00 Live **15.30** Rad · Tour of Croatia 3. Etappe · Live **17.30** Rad · Wallonischer Pfeil **18.30** FIFA World **18.55** Formel E **20.00** Tour of the Alps **22.00** Snooker · UK Championship 2017 **23.30** Rad

SIXX **13.00** Hundetrainer **13.50** Der Hundeflüsterer **15.45** Notruf Hund **16.40** Private Practice **17.35** The Closer **18.30** Gilmore Girls **19.25** Grey's Anatomy **20.15** New Girl **22.15** The Good Place **23.15** How I Met Your Mother **0.05** New Girl

RTL PLUS **14.50** Familiengericht **17.15** Staatsanwalt Posch ermittelt **18.05** Mein himmlisches Hotel **18.55** Unsere erste gemeinsame Wohnung **20.15** Ein Schloss am Wörthersee **22.10** Die Wache **23.45** Im Namen des Gesetzes

ARD ALPHA **19.30** alpha-Demokratie **20.00** Tages. **20.15** Amerikas legendäre Straßen **21.00** Zeuge der Zeit: Senek Rosenblum **21.45** Sonst hätte es keiner geglaubt.... **22.15** Campus Magazin **22.45** Gesundheit! **23.15** The Day **23.45** Tagesschau 98 **0.00** Bob Ross

PHOENIX **18.00** Reportage **18.30** Stonehenge **19.15** Die Akte Mensch – Wie viel Steinzeit steckt in uns? **20.00** Tagesschau **20.15** Kuba – Aufbruch ins Ungewisse **21.15** makro **21.45** heute-journal **22.15** Phoenix-Runde **23.00** Der Tag **0.00** Phoenix-Runde **0.45** Kuba

WELT **18.15** Börse **18.25** Wissenschaft der Missgeschicke **19.10** Welt der Wunder **20.05** Hightech der Antike **21.05** Spektakuläre Konstruktionen **22.05** Spitzenreiter der Technik **23.05** Die fünf Besten **1.05** Das Bermuda-Dreieck

N-TV **15.20** Ratgeber: Geld **15.40** Telebörse **16.30** News Spezial **17.15** Telebörse **17.30** News Spezial **18.20** Telebörse **18.35** Ratgeber – Test **19.10** Wissen **20.15** Animal Fight Club **22.10** Wildtiere vor der Kamera **0.10** Wilde Tierwelt

ONE **15.55** Party of Five **16.35** Verbotene Liebe **17.20** Lindenstraße **17.50** Hart aber herzlich **18.40** Sturm der Liebe **20.15** extra 3 **20.45** NightWash **21.15** Zimmer frei! **22.15** Der Tatortreiniger **23.10** Die Pierre M. Krause Show **23.40** Zapp **0.10** extra 3 **0.40** NightWash

ZDF NEO **16.10** FILM **Columbo** Wer zuletzt lacht (1989) **17.45** Clever abgestaubt **18.30** Bares für Rares **20.15** FILM **Das Duo** Der tote Mann und das Meer · TV-Krimi, D 2012 **21.45** heute-show **22.15** Neo Magazin Royale **23.00** Sketch History **23.30** Orange is the New Black

ZDF INFO **19.30** Waffenschmuggel in Europa **20.15** Der Aufstieg des IS **21.15** Der Kalif des Terrors – Abu Bakr Al-Baghdadi **22.00** Im Kampf gegen den IS **22.45** Osama bin Laden **23.30** 11. September **0.15** Die Vergessenen von Guantanamo

SONNENKLAR TV **19.15** Urlaub für ALLE **19.30** Reisecharts **20.15** Die AdT Show **20.30** Urlaubsträume **21.00** sonnenklar.TV **21.15** Reiseticker **21.30** Die AdT Show **21.45** Reiselounge **22.30** Die AdT Show **22.45** Der Tag **23.00** Infomercial

RTL 2

10.55 Family Stories **12.00** Die Wollnys **13.00** Die Reimanns **14.00** Köln 50667 **15.00** Berlin – Tag & Nacht **16.00** Einfach hairlich – Die Friseure **17.00** Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt ... **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin – Tag & Nacht **20.00** News **20.15** Frauentausch · 2 Folgen **23.55** FILM **10.0 – Das Erdbeben-Inferno** Actionfilm, USA 2014 **1.40** exklusiv · 4 Folgen U.a.: Heiße Trends von der Erotikmesse AVN in Las Vegas

SERVUS TV

13.05 Moderne Wunder **14.05** David Attenboroughs Great Barrier Reef (4/4) **15.05** Auf Entdeckungsreise durch Europa **16.00** McLeods Töchter **17.00** Moderne Wunder **18.05** Auf legendären Routen **19.05** Griechische Inseln (1/5) Kykladen **20.15** FILM **James Dean – Ein Leben auf der Überholspur** Biografie, USA 2001 **22.05** Brain Games **23.05** literaTour **23.35** Talk im Hangar-7 **0.40** Red Bull Soapbox Race

RBB

14.15 Planet Wissen **15.15** Abenteuer Panamericana (4/5) **16.00** Aktuell **16.15** Wer weiß denn sowas? **17.05** Nashorn & Co. **17.55** Sandmännchen **18.00** Um sechs **18.30** zibb **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Abendshow Live **21.00** Jede Antwort zählt **21.45** Aktuell **22.15** FILM **Polizeiruf 110** Silikon Walli · TV-Krimi, D 2002 **23.45** FILM **Zeit der Kannibalen** Satire, D 2014 **1.10** Amok · Kurzfilm, D 2011

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

HR

20.15 MAGAZIN

Alles Wissen

Nach dem Orkan „Friederike“ müssen allein in Hessen 1,5 Millionen Kubikmeter Holz weggeräumt werden. Eine Mammutaufgabe.

11.00 service: trends UT
11.25 m€x. UT
12.10 Brisant UT
12.50 **Der Mann, der alles kann** UT TV-Krimikomödie, D 2011
FILM ★★
14.20 Panda, Gorilla & Co.
15.10 Giraffe & Co.
16.00 hallo hessen
16.45 hessenschau
17.00 hallo hessen
17.50 hessenschau
18.00 Maintower
18.25 Brisant UT
18.50 service: gesundheit
19.15 alle wetter
19.30 hessenschau UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Alles Wissen** UT
Waldbruch in Hessen: das große Aufräumen nach dem Sturm
21.00 **Das große Hessenquiz** UT D 2018
Mod.: Jörg Bombach
21.45 **Dings vom Dach** UT
Quizshow
22.30 **hessenschau**
22.45 **Hauptsache Kultur**
23.15 **Was wurde aus der NVA?** UT Doku, D ’15
0.00 **Zensierte Stimmen** UT
Der Sechstagekrieg im Juni 1967
Dokumentarfilm, ISR/D 2015
1.20 **Lindenstraße** UT

NDR

20.15 MAGAZIN

mareTV

Eine Fahrt auf der Themse, Englands bekanntestem Fluss. Er entspringt nahe Oxford und fließt durch London Richtung Nordsee.

10.30 buten un binnen
11.00 Hallo Niedersachsen
11.30 Das Rätsel der Trüffel
12.00 Brisant UT
12.25 In aller Freundschaft
13.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
14.00 NDR//aktuell UT
14.15 die nordstory
15.15 Wer weiß denn sowas
16.00 NDR//aktuell UT
16.20 Mein Nachmittag UT
17.10 Eisbär, Affe & Co. UT
18.00 Regional UT
18.15 Typisch! UT
18.45 DAS! UT
19.30 Regional UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **mareTV** UT Magazin
TIPP S. 10
D 2018 · Auf der Themse – Englands königlicher Fluss
21.00 **mareTV** UT Magazin
Grafschaft am Meer: Kent – England zwischen Nordsee und Ärmelkanal
21.45 **NDR//aktuell** UT
22.00 **Der Barcelona-Krimi**
FILM ★★
UT Tod aus der Tiefe · TV-Krimi, D ’17
Mit Clemens Schick
23.30 **Der große Kater** UT
FILM ★★
Drama, D/CH 2010
Mit Bruno Ganz u.a.
0.50 **extra 3** UT
1.20 **Zapp** UT Magazin

MDR

21.00 MAGAZIN

Hauptsache gesund

Am Städtischen Klinikum Görlitz setzt man Wirbelsäulenimplantate ein. Sie sind aus Titan – und kommen aus dem 3-Drucker.

8.30 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
9.20 Wer weiß denn sowas
10.05 Elefant, Tiger & Co. UT
11.00 MDR um elf UT
11.45 In aller Freundschaft
12.30 **Eine Frau nach Maß**
FILM ★★
UT TV-Komödie, D/F 1998 · Mit G. Klein
14.00 MDR um zwei UT
15.00 LexiTV UT
16.00 MDR um vier UT
17.45 Aktuell UT
18.10 Brisant UT
18.54 Sandmännchen UT
19.00 MDR Regional UT
19.30 Aktuell UT
19.50 Die Waldklinik (2/5)

20.15 **Voss & Team** UT
Ratgeber
21.00 **Hauptsache gesund** UT Magazin · TCM – Heilen mit Moxibustion / Diabetes
21.45 **Aktuell** UT
22.05 **artour** UT Magazin
22.35 **Wir kriegen dich! Pfarrer im Visier der Rechten** UT
Doku, D 2017
23.05 **Erich Kästner – Das andere Ich** Doku
0.00 **Emil und die Detektive** UT
FILM ★★★
Jugendfilm, D 1931
Mit Rolf Wenkhaus
1.10 **Voss & Team** UT

TELE 5

7.55 Werbung **15.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **16.05** Star Trek – Raumschiff Voyager **17.05** Raumschiff Enterprise **18.10** Star Trek – Raumschiff Voyager **19.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **20.15** FILM **Missing in Action** Actionfilm, USA 1984 **22.05** FILM **Missing in Action 2 – Die Rückkehr** Actionfilm, USA 1984 **0.00** FILM **Braddock: Missing in Action 3** Actionfilm, USA 1987 **1.55** Lucha Underground

SRTL

11.55 Go Wild! **12.20** Friends – Tierisch gute Freunde **12.40** Spirit: wild und frei **13.10** Coop **13.35** Tom und Jerry **14.10** What’s New Scooby-Doo? **14.35** Angelo! **15.05** King Julien **15.30** Sally **16.00** Inspector Gadget **16.25** Zak Storm – Super Pirat **16.50** Coop **17.20** What’s New Scooby-Doo? **17.45** Trolljäger **18.10** Sally **18.40** Einfach tierisch **19.10** Tom und Jerry **19.45** Angelo! **20.15** CSI: Miami **0.00** 30 Rock **0.25** Infomercials

KIKA

11.40 Marco Polo **12.05** Pippi Langstrumpf **12.30** Garfield **12.55** Sherlock Yack **13.20** Das Green Team **13.40** Pfefferkörner **14.10** Schloss Einstein **15.00** Lenas Ranch **15.45** H2O **16.35** Mirette ermittelt **17.00** Hexe Lilli **17.25** Insectibles **18.00** Shaun **18.20** Ben & Holly **18.40** Tilda Apfelkern **18.50** Sandmännchen **19.00** Tashi **19.25** pur+ **19.50** logo! **20.00** Ki.Ka Live **20.10** Das erste Mal ... Europa! **20.35** Durch die Wildnis

rtv Service

Noch Fragen?

Hier finden Sie die Telefonnummern und Mail-Adressen der wichtigsten Sender. Kontaktdaten aller Sender bei **www.rtv.de**

3sat Zuschauerservice, 06131 700, info@3sat.de
ARD Zuschauerredaktion, 089 5900-23344, info@daserste.de
ARD-alpha 089 5900-25528, alpha@br-online.de
ARTE Zuschauerdienst, Mo-Fr 9-12 Uhr & 14-17 Uhr, 0180 5002488
BR 089 5900-25078, zuschauerservice@br.de
DMAX 089 206099-100, kontakt@dmax.de
EUROSPORT info@eurosport.com
HR 069 1555-111, hr-fernsehen@hr-online.de
KABEL 1 089 9507 10, zuschauerservice@kabeleins.de
KI.KA 0180 21515-14, kika@kika.de
MDR 0341 300-9696, zuschauerservice@mdr.de
NDR 040 4156-0, info@ndr.de
N-TV 01805 765476
ORF Telefon 0043 187070-30, kundendienst@orf.at
PHOENIX 01802 82-17, info@phoenix.de
PRO 7 089 9507 10, zuschauerservice@prosieben.de
RBB 030 97993-2171, service-redaktion@rbb-online.de
RTL Zuschauerredaktion 01805 202000
RTL 2 0800 0005675 (Mo–Fr, 12–18 Uhr) zuschauerredaktion@rtl2.de
SAT.1 Zuschauerredaktion, 089 9507-10, zuschauerservice@sat1.de
SF 0041 848305306, sf@sf.tv
Sport1 089 96066-2700, zuschauerredaktion@sport1.de
SUPER RTL 01805 0888-50, kontakt@superrtl.de
SWR Publikumskontakte, 01803 929555, tv@swr.de
Tele 5 info@tele5.de
VOX Zuschauerredaktion, 01805 400800, mail@vox.de
WELT 030 2090-2400, infoservice@welt.de
WDR 0221 56789999, fernsehen@wdr.de
ZDF 06131 7012-161, zuschauerredaktion@zdf.de

Stark gegen Nagelpilz

Ciclopoli

der einzige wasserlösliche Anti-Pilz-Lack

✚ **Starke Wirkung** gegen alle gängigen Pilzerreger

✚ **Einfache Anwendung** ohne Feilen, ohne Nagellackentferner

✚ **Unsichtbar & effektiv** zieht schnell und tief in den Nagel ein, beschleunigt das Nagelwachstum

www.nagelpilz-weg.de

rezeptfrei in Ihrer Apotheke

Ciclopoli® gegen Nagelpilz
Wirkstoff: 8% Ciclopirox. Wirkstoffhaltiger Nagellack zur Anwendung ab 18 Jahren. Anwendungsgebiete: Pilzerkrankungen der Nägel, die durch Fadenpilze (Dermatophyten) und/oder andere Pilze, die mit Ciclopirox behandelt werden können, verursacht wurden. Warnhinweis: Enthält Cetylstearylalkohol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) möglich. Apothekenpflichtig. Stand: Januar 2017. Polichem SA; 50, Val Fleuri; LU-1526 Luxemburg. Mitvertrieb: Almirall Hermal GmbH, Geschäftsbereich Taurus Pharma; Scholtzstraße 3; D-21465 Reinbek; info@almirall.de. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

Freitag 20.4.

JETZT AM KIOSK: DIE NEUE **RTV RÄTSEL**

ARD

20.15 TV-KOMÖDIE

Praxis mit Meerblick

Nora (Tanja Wedhorn) fiebert auf ihren Prozess hin. Sie will die falschen Vorwürfe aus ihrer Zeit als Schiffsärztin ausräumen.

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.00 Tagesschau UT
9.05 Rote Rosen UT
9.55 Sturm der Liebe
10.45 Meister des Alltags UT
11.15 Gefragt – Gejagt UT
12.00 Tagesschau UT
12.15 ARD-Buffet UT
Risotto von grünem und weißen Spargel
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 Tagesschau UT
14.10 Rote Rosen UT

15.00 Tagesschau UT
15.10 Sturm der Liebe
16.00 Tagesschau UT
16.10 Giraffe & Co. UT
17.00 Tagesschau UT
17.15 Brisant UT
18.00 Quizduell – Der Olymp UT
Gäste: Joachim Llambi, Motsi Mabuse
18.50 Quizduell – Der Olymp UT Show
Gäste: Ann-Kathrin Kramer, Katja Flint
19.45 Sportschau vor acht
19.50 Wetter / Börse UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 FILM ★★ **Praxis mit Meerblick** UT Hörfilm Der Prozess · TV-Komödie, D 2018 · Mit Stephan Kampwirth, Patrick Heyn, Anne Werner
Regie: Sibylle Tafel
Erstausstrahlung
21.45 **Tagesthemen** UT
22.00 **Polizeiruf 110** UT Hörfilm
FILM ★★ Im Schatten
TV-Krimi, D 2015
Mit Charly Hübner, Anneke Kim Sarnau
23.30 **Kommissar**
FILM ★★★ **Wallander** UT
Die Brandmauer · TV-Krimi, S/GB/D 2008
1.00 **Nachtmagazin** UT
1.20 **Mord im Spiegel** UT
FILM ★★ Krimi, GB 1980 · Mit Angela Lansbury u.a.

ZDF

20.15 KRIMISERIE

Der Alte

Ein junger Fußballer stürzt in den Tod. Selbstmord war es nicht. Voss (Jan-Gregor Kremp, l.) befragt Trainer Heuring (G. Wittmann).

5.30 ARD-Morgenmagazin
9.00 heute Xpress
9.05 Volle Kanne – Service täglich
10.30 Notruf Hafenkante UT
Familiengeheimnisse
11.15 SOKO Wismar UT
Omelette Surprise
12.00 heute
12.10 drehscheibe
13.00 ZDF-Mittagsmagazin
14.00 heute – in Deutschl.
14.15 Die Küchenschlacht

15.05 **Bares für Rares** UT
16.00 **heute – in Europa** UT
16.10 **Die Rosenheim-Cops** UT Hörfilm Krimiserie
Tod eines Schiris
17.00 **heute** UT
17.10 **hallo deutschland**
Strände – Städte – kurz mal frei
17.45 **Leute heute** UT
18.00 **SOKO Kitzbühel** UT
Krimiserie, A/D 2017
Arktis · Staffelfinale
19.00 **heute / Wetter** UT
19.25 **Bettys Diagnose** UT Hörfilm Krankenhausserie, D '17 · Nachtschicht

20.15 **Der Alte** UT
Krimiserie, D 2018
Aufstiegskampf
21.15 **Letzte Spur Berlin** UT
Schutzengel
22.00 **heute-journal** UT
22.30 **heute-show** UT
23.00 **Sketch History**
Show, D/H 2018
Mitwirkende: Max Giermann, Matthias Matschke, Valerie Niehaus, Isabell Polak
23.25 **Das Literarische Quartett** Talk, D 2018
0.10 **heute+**
0.25 **Neo Magazin Royale**
Show, D 2018
1.10 **Columbo** UT
FILM ★★★ Etude in Schwarz
TV-Krimi, USA 1972
2.40 **Letzte Spur Berlin**

RTL

20.15 SHOW

Let's Dance

Über das frühe Ausscheiden der „Bachelorette" Jessica Paszka waren auch Victoria Swarovski und Daniel Hartwich überrascht.

6.00 Guten Morgen Deutschland
8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten UT
9.00 Unter uns
9.30 Betrugsfälle
10.00 Die Trovatos – Detektive decken auf
Doku-Soap
11.00 Hebammen im Einsatz · Doku-Soap
12.00 Punkt 12
Mit Katja Burkard

14.00 **Verdachtsfälle**
Doku-Soap
16.00 **Verdachtsfälle**
Doku-Soap
17.00 **Betrugsfälle**
Doku-Soap
17.30 **Unter uns** Daily Soap
18.00 **Explosiv** Magazin
18.30 **Exclusiv** Magazin
18.45 **RTL aktuell**
19.05 **Alles was zählt** UT
Daily Soap, D 2018
19.40 **Gute Zeiten, schlechte Zeiten** UT
Lilly macht ihre Geschichte mit Brückner öffentlich.

20.15 LIVE **Let's Dance** (6/13) UT Show · Jury: Joachim Llambi, Motsi Mabuse, Jorge González
Moderation: Victoria Swarovski, Daniel Hartwich
23.15 LIVE **Exclusiv spezial** (1/7) Frauke Ludowig fängt die ersten Emotionen und Stimmungen der Kandidaten und Gäste nach der Show ein.
0.00 **Nachtjournal**
0.30 **Let's Dance** (6/13)
(Wh. von 20.15)
2.55 **Exclusiv spezial**
Magazin (Wh.)
3.35 **Betrugsfälle**
4.00 **Verdachtsfälle**

SAT.1

20.15 SHOW

Luke!

Hier ist Luke Mockridge in seinem Element. Seine Sendung „Mord mit Ansage – Die Krimi-Impro Show" kam dagegen nicht gut an.

5.30 Sat.1-Frühstücksfernsehen · Mod.: Matthias Killing, Daniel Boschmann, Marlene Lufen, Alina Merkau · Live
10.00 Klinik am Südring
11.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie!
12.00 Anwälte im Einsatz
13.00 Anwälte im Einsatz
14.00 Auf Streife

15.00 **Auf Streife – Berlin**
Doku-Soap
16.00 **Klinik am Südring**
Doku-Soap
17.00 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders**
Doku-Soap, D 2018
17.30 **Schicksale – und plötzlich ist alles anders** Doku-Soap
18.00 **Auf Streife – Die Spezialisten**
Doku-Soap
19.00 **Die Ruhrpottwache**
Doku-Soap
19.55 **Sat.1 Nachrichten**

20.15 **Luke! Die Schule und ich – VIPs gegen Kids**
Show, D 2018
22.35 **Die Faisal-Kawusi-Show** D 2018
23.30 **Ladykracher**
Show, D 2011
Mit Anke Engelke u.a.
0.00 **Pastewka** Comedyserie, D 2007
Mein Freund Jo / Der Tricorder
0.55 **Sechserpack**
Comedyshow, D 2007
Heimwerker & Handwerker / Wasser
1.45 **Die dreisten drei – Die Comedy-WG**
3.00 **Die Faisal-Kawusi-Show** D 2018 (Wh.)
3.45 **Genial daneben** UT

PRO 7

20.15 SCI-FI-FILM

Die Insel

Lincoln (Ewan McGregor) und Jordan (S. Johansson) leben als menschliche Organlager in einer Kolonie. Eines Tages fliehen sie.

5.25 Malcolm mittendrin
6.10 Mike & Molly
6.50 2 Broke Girls
7.40 The Big Bang Theory
8.50 Two and a Half Men
10.10 The Middle
11.00 Mike & Molly
11.50 How I Met Your …
12.40 2 Broke Girls
13.30 Two and a Half Men
Wer liebt die Kinder? / Eng ist gut / Der Frauendieb

14.50 **The Middle** Comedyserie, USA 2012
Der Rollentausch / Das Schaltjahr
15.45 **The Big Bang Theory** Comedyserie, USA 2010 · Der peinliche Kuss / Die Bushose / Die neutrale Zone
17.00 **taff** Boulevardmag.
18.00 **Newstime**
18.10 **Die Simpsons**
Zeichentrickserie, USA 2011 · 500 Schlüssel / Nedna
19.05 **Galileo** Magazin

20.15 FILM ★★★ **Die Insel** Sci-Fi-Film, USA 2005 · Mit Scarlett Johansson, Djimon Hounsou, Sean Bean u.a.
Regie: Michael Bay
23.00 **In the Blood**
FILM ★★ Actionfilm, GB/PUR 2014 · Mit Gina Carano, Cam Gigandet, Ismael Cruz Cordova u.a. · Regie: John Stockwell
0.55 **End of Watch**
FILM ★★★ Krimi, USA 2012
Mit Jake Gyllenhaal, Michael Peña u.a.
Regie: David Ayer
2.45 **Watch Me** Magazin
3.00 **In the Blood** Actionfilm, GB/PUR 2014 (Wh. von 23.00)

VOX

20.15 DRAMASERIE

Chicago Fire

Ein Einsatzwagen versagt seinen Dienst. Unerwartet bekommt Casey (Jesse Spencer) von seinem alten Freund Jason Kannell Hilfe.

5.10 CSI: NY UT U.a.: Tod auf dem Schafott
6.50 Verklag mich doch!
10.50 vox nachrichten
10.55 4 Hochzeiten und eine Traumreise
12.00 Shopping Queen
In Darmstadt
13.00 Zwischen Tüll und Tränen · Doku-Soap
14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Doku-Soap

15.00 **Shopping Queen**
Motto in Darmstadt: Summer Beats – Treffe mit deinem Festival-Outfit den richtigen Ton!
Tag 5: Claudia
16.00 **4 Hochzeiten und eine Traumreise**
17.00 **Zwischen Tüll und Tränen** Doku-Soap
18.00 **First Dates – Ein Tisch für zwei**
19.00 **Das perfekte Dinner**
Tag 5: Detlef, „Französische Küche"
20.00 **Prominent!** Magazin

20.15 **Chicago Fire** UT
Dramaserie, USA '17
Sündenbock
21.15 **Chicago Fire** UT
Dramaserie, USA '17
Letzte Worte
22.10 **Chicago Med** UT
Arztserie, USA 2017
White Butterflies
23.05 **Chicago Med** UT
Arztserie, USA 2016
Lebensgefährlich
0.00 **vox nachrichten**
0.20 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin**
Böses Blut / Bis dass der Tod uns scheidet / Handschrift Mord / Spur für Spur / Hund, Katze, Mord
4.35 **auto mobil** Magazin

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm ○○ Zweikanalton Der besondere Tipp

Reise-Code **dobi**
schon ab € **129,–** p.P.
HALBPENSION 3 Tage

Eifel – Bitburg

RRRR Dorint Seehotel & Resort Bitburg Südeifel

Urlaub in der Südeifel bietet für jeden Geschmack den idealen Rahmen. Ihr Hotel liegt im „Grünen Herzen Europas", direkt am idyllischen Stausee. **IHR HOTEL** verfügt über zwei Restaurants, Terrasse, Bar, Bowlingbahnen, Billardtisch, Spielautomaten, Tennis- und Squashhallen, Tischtennisplatten, Klettermöglichkeiten, Kinderland und einen Wellnessbereich mit Hallenbad, Whirlpool, Finnischer Sauna, Dampfbad, Tepidarium, Schwall- und Aromaduschen, Fußbecken, Ruheraum und Massagen. **IHR ZIMMER** umfasst Bad oder Dusche/WC, Fön, TV und Telefon. Doppelzimmer Komfort bieten bei gleicher Ausstattung einen Ausblick auf den See.

INKLUSIVLEISTUNGEN

- 2/3/5 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet
- 2/3/5 x Abendessen als 3-Gang-Menü o. Buffet
- Wellnessbereich mit Hallenbad, Sauna, Dampfbad, Tepidarium, Außen-Hot-Whirlpool, Schwall- und Aromaduschen, Fußbecken und Ruheraum
- 10 % Ermäßigung auf Wellnessanwendungen (mit Voranmeldung) ✓ Nutzung des Fitnessraums
- 1 x Tennis, Squash oder Bowling pro Zimmer (1 Stunde) ✓ WLAN

Eigene Anreise

TERMINE & PREISE in €/Person im DZ

Saison *letzte Abreise	Anreise Nächte	täglich 2	3	5
30.11.-21.12.18*		129	189	309
16.04.-28.06.18, 04.11.-29.11.18		139	199	319
01.07.-30.10.18		159	219	359

Zuschläge: Einzelzimmer: 20 € pro Nacht
Doppelzimmer Komfort (DZ KOM): 15 € pro Person/Nacht
Ermäßigungen: 1 Kind 0–1,9 Jahre FREI, 2–11,9 Jahre 75 %, 12–15,9 Jahre 25 %. Im DZ KOM mit Zustellbett bei 2 Vollzahlern.
Hotelparkplatz: ca. 3 €/Tag (nach Verfügbarkeit)
Hunde: ca. 15 €/Nacht (mit Voranm.; im Restaurant nicht erlaubt)

Reise-Code **buai**
schon ab € **119,–** p.P.
ALL INCLUSIVE 4 Tage

Bayerischer Wald

RRR+ Burghotel Am Hohen Bogen in Neukirchen beim Heiligen Blut

Umgeben von den Bergen Hoher Bogen, Arber, Osser und Dreisessel liegt das Burghotel idyllisch am Waldrand von Neukirchen beim Heiligen Blut. **IHR HOTEL** besteht aus mehreren Gebäuden und begrüßt Sie mit drei Restaurants, Bar, Panorama-Dachterrasse, Tennisplatz, Tischtennis und einem Aufzug. Über einen Bademantelgang (teilweise) erreichen Sie die etwa 2.000 m² große Bade- und Wellnesslandschaft mit Innen- und Außenpool (saisonal), Finnischer und Bio-Sauna, Whirlpool, Dampfbad und einer wohltuenden Beautyfarm. **IHR ZIMMER** ist mit Bad oder Dusche/WC, Fön, Safe und TV ausgestattet. DZ Komfort und Familienzimmer sind größer und bieten Balkon/Terrasse. DZ Komfort befinden sich im Haupthaus.

INKLUSIVLEISTUNGEN

- 3/5/7 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet
- 2/4/6 x Mittagssnack (Suppe oder Salat)
- 2/4/6 x Kaffee/Tee und Gebäck
- 3/5/7 x Abendessen als Buffet
- Täglich ausgewählte alkoholfreie und alkoholische Getränke (10–21 Uhr)
- Bade- und Wellnesslandschaft mit Innen- und Außenpool (saisonal), Finnischer Sauna, Bio-Sauna, Whirlpool und Dampfbad
- **Bus- und Bahnfahren im Landkreis Cham sowie zahlreiche Ermäßigungen im Rahmen der Gästekarte** ✓ WLAN im öffentlichen Bereich
- Hotelparkplatz (nach Verfügbarkeit)

Die Verpflegung beginnt am Anreisetag mit dem Abendessen.

Eigene Anreise

TERMINE & PREISE in €/Person im DZ

Saison *letzte Abreise	Anreise Nächte	täglich 3	5	7
01.12.-21.12.18*		119	199	279
03.11.-30.11.18		129	209	279
16.04.-19.04.18		139	219	299
01.05.-16.05.18, 10.09.-02.11.18		149	239	329
21.05.-29.06.18		159	269	369
30.06.-09.09.18		169	279	379

Zuschläge: Einzelzimmer und DZ Komfort: 10 € p. P./Nacht
Familienzimmer: 12 € pro Person/Nacht
Ultra-All-Inclusive: 13 € pro Person/Nacht
Ermäßigungen: 1–2 Kinder 0–6,9 Jahre FREI, 7–14,9 Jahre 50 %, 3.–4. Person ab 15 Jahren 20 %. Im DZ Komfort mit Zustellbett (3 Pers.) bzw. Familienzimmer (4 Pers.) bei zwei Vollzahlern.
Single mit 1 Kind: 2–14,9 Jahre 50 % im Doppelzimmer.
Kur- und Hotelabgabe: ca. 2 € pro Person/Nacht

Die angegebene Hotelkategorie entspricht einer Einschätzung der Reisen Aktuell GmbH. Nutzung der Hotel-/Zimmer-/Schiffseinrichtungen ggf. gegen Gebühr (ausgenommen Inklusivleistungen). Änderungen von Leistungen durch Dritte, Verfügbarkeit, Irrtümer und Satzfehler vorbehalten. Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Sicherungsscheines wird eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu tätigen.

Freitag 20.4.

JETZT AM KIOSK: DIE NEUE **RTV RÄTSEL**

3SAT

9.05 Kulturzeit **9.45** nano **10.15** Markus Lanz **11.30** Stöckl. **12.30** OmU Sehen statt Hören **13.00** ZIB **13.20** Das Wüstenparadies (2/2) **14.05** Sonne, Siesta, Saudade (6–10/10) Andalusien / Costa del Sol – Küste der Sonne / Costa Blanca – von Almeria bis Valencia / Costa Brava / Spaniens magischer Norden **17.45** Zauberhaftes Albanien (2/2) Der Süden – Vom Landesinneren an die Küste **18.30** nano **19.00** heute **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau

20.15 Protokoll einer Abschiebung
Doku, D 2016
21.00 makro Magazin
Trumps Strafzölle
21.30 auslandsjournal extra Magazin
22.00 ZIB 2
22.25 Jade Erotikthriller, FILM ★★ USA 1995 · Mit David Caruso, Linda Fiorentino, Chazz Palminteri
23.55 Verhängnisvolle Freundschaft FILM ★★ Drama, F 1978 · Mit Geraldine Chaplin u.a.
1.30 Zapp Magazin

ARTE

8.40 Straße der Achttausender (4/4) **9.30** Die Klimagötter **10.55** Zentralasiens Kampf ums Wasser **11.50** Magische Gärten **12.15** Re: **12.50** Journal **13.00** Stadt Land Kunst **14.00** FILM **Weint um die Verdammten** Melodram, USA 1957 **16.00** Grenzenloses Frankreich (5/5) **16.55** X:enius **17.20** Magische Gärten (15/20) · Rayol **17.50** China unter Palmen **18.35** Wildes Elsass **19.20** Arte Journal **19.40** Re: Der Kampf um Neapels verlorene Jugend

20.15 Seit du da bist FILM ★★ TV-Komödie, D/A '15
Mit Martina Gedeck, Manuel Rubey u.a.
R.: Michael Hofmann
21.45 Palace of Groove (1–3/8) Dokureihe, F 2013 · Die Soultrain-Archive: James Brown / Aretha Franklin / Marvin Gaye
23.10 ARTE Concert Festival Paris 2018
0.40 Abgedreht! Mai 68
1.20 Heute trage ich Rock! FILM ★★★ Drama, F 2008
Mit Isabelle Adjani

KABEL 1

6.05 Ghost Whisperer **6.50** Ghost Whisperer **7.40** The Closer **9.35** Navy CIS: L.A. **10.30** Navy CIS **11.20** Without a Trace **12.15** Cold Case · Zwischen den Zeilen **13.10** Castle **14.00** The Mentalist · Hortensien lügen nicht **14.55** Navy CIS: L.A. **15.50** News **16.00** Navy CIS Teamplayer **16.55** Abenteuer Leben täglich **17.55** Mein Lokal, dein Lokal – Wo schmeckt's am besten? · „Nordenholzer Hof", Hude **18.55** Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum

20.15 Stalker
Dramaserie, USA '14
Verrückt nach dir
21.15 Navy CIS: New Orleans Krimiserie, USA 2017 · Eine Frage der Zeit
22.15 Navy CIS
Krimiserie, USA 2015
Kinder des Krieges
23.20 Navy CIS Wh. der 9. Staffel · Krimiserie, USA '11 · Phantom 8
0.15 Navy CIS Tot im Eis
1.10 Navy CIS: New Orleans Krimiserie
2.00 Stalker Dramaserie

WDR

20.15 DOKUMENTATION

Paläste der Macht
Die Villa Hügel in Essen, einst Wohnsitz der Krupp-Dynastie, ist ein imposantes Symbol der Schwerindustrie im Ruhrgebiet.

8.50 Europamagazin UT
9.20 Monitor UT
9.50 Aktuelle Stunde UT
10.35 Lokalzeit
11.05 Panda, Gorilla & Co.
11.55 Abenteuer Erde UT Hörfilm
12.45 Aktuell UT
13.00 Planet Wissen
14.00 Zoo-Babies UT
14.25 Dings vom Dach UT
15.10 Wer weiß denn sowas
16.00 Aktuell UT
16.15 Hier und heute
18.00 Aktuell / Lokalzeit UT
18.15 Servicezeit Reportage
18.45 Aktuelle Stunde UT
19.30 Lokalzeit
20.00 Tagesschau UT

20.15 Paläste der Macht UT Hörfilm Doku, D 2018 · U.a.: Kanzlerbungalow, Bonn
21.00 Der Vorkoster UT
Reportagereihe, D '18
In die Pfanne – fertig, los! Schnelle Kost
21.45 Aktuell UT
22.00 Kölner Treff UT Talk
Gäste: Ralph Caspers, Martin Grubinger, Reinhold Beckmann, Christiane Stenger, Ilka Brühl
23.30 Stratmanns UT
Kabarett, D 2015
0.30 Kölner Treff UT (Wh.)
2.00 Lokalzeiten

BR

20.15 FAMILIENSERIE

München Grill
Toni (Christine Neubauer), Fanny (Christine Eixenberger) und Christa (S. Camp, v.l.) sind das neue Team des Lokals „München Grill".

8.45 Seehund, Puma & Co.
9.35 Elefant, Tiger & Co. UT
10.25 In den Tiefen des Pazifiks UT
11.10 Querbeet Classix UT
11.55 Erlebnisreise Rhön UT
13.25 In aller Freundschaft
14.10 Kunst + Krempel
14.40 Wer weiß denn sowas
15.30 freizeit
16.00 Rundschau UT
16.15 Wir in Bayern UT
17.30 Regional
18.00 Abendschau UT
18.30 Rundschau UT
19.00 Unser Land UT
19.30 Milberg & Wagner UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 München Grill UT
6 neue Folgen der Familienserie, D 2018 (2. Staffel) Alles neu
Lesen Sie dazu S. 19
21.00 Vorstadtweiber UT Hörfilm (1/10) Wh. der Dramaserie, A 2015
21.50 Rundschau Magazin
22.05 Heißmann & Rassau UT Kabarett, D 2013
Ein armes Würstla!
22.50 Schnell ermittelt UT
Krimiserie · Karl Esch
23.35 Fluss ohne Wiederkehr UT FILM ★★ Western, USA 1954 · Mit Robert Mitchum, M. Monroe
1.05 Rundschau Nacht

SWR

20.15 REPORTAGEREIHE

Expedition in die ...
Anna Lena Dörr reist nach Traben-Trarbach an der Mosel, das um 1900 größtes Weinhandelszentrum im Deutschen Kaiserreich war.

8.05 Landesschau UT
8.50 ARD-Buffet UT
9.35 Seehund, Puma & Co.
10.25 Nashorn, Zebra & Co.
11.15 Planet Wissen · Patient Krankenkassen
12.15 Wer weiß denn sowas
13.00 Meister des Alltags UT
13.30 Verstehen Sie was?
14.15 Eisenbahn-Romantik
14.45 Tiere bis unters Dach
15.15 Tierarztgeschichten
16.05 Kaffee oder Tee
18.00 Aktuell
18.15 An der Donauquelle
18.45 Landesschau UT
19.30 Aktuell UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 Expedition in die Heimat UT
Reportagereihe, D '18
Traben-Trarbach an der Mosel
21.00 Landleben4.0 UT
Dokureihe, D 2018
In Wutöschingen / Hochrhein
21.45 Aktuell Magazin
22.00 Nachtcafé UT Rache – auf der Spur eines dunklen Gefühls
23.30 Alfons und Gäste Mit Lisa Fitz, Vocal Recall
0.15 Nuhr im Ersten UT
1.00 Vince Ebert live – „Zukunft is the future" Show, D '17

WEITERE SENDER

SPORT1 **13.30** Storage Wars **15.30** Container Wars **16.00** Dein NBA Week-Pass **16.30** UEFA Youth League · Halbfinale: Manchester City – FC Barcelona Live **19.00** BL aktuell **19.25** DEL Finale, Spiel 4 · Live **22.00** BL aktuell **22.15** Sky Sport News Die 2. BL **23.30** BL aktuell

EUROSPORT **11.00** Snooker **13.00** Rad · Tour of the Alps **15.30** Motorrad · GP von Argentinien **16.00** Motorrad · Grand Prix of the Americas · Freies Training · Live aus Austin **18.45** #TGIM **20.00** Motorrad · Grand Prix of the Americas · Live **22.05** Rad **22.45** #TGIM **0.15** WATTS

SIXX **16.40** Private Practice **17.35** The Closer **18.30** Gilmore Girls **19.25** Grey's Anatomy **20.15** Germany's next Topmodel – by Heidi Klum **22.25** red.Style **23.00** Paula kommt – Sex und Gute Nacktgeschichten **1.15** Tattoo Nightmares (bis 2.50)

RTL PLUS **17.15** Staatsanwalt Posch ermittelt **18.05** Mein himmlisches Hotel **18.55** Unsere erste gemeinsame Wohnung **20.15** Ritas Welt **21.05** Nikola **22.00** Mein Leben und ich **22.55** Die Camper **23.40** Ritas Welt **0.35** Jeopardy!

ARD ALPHA **17.30** Quarks **18.15** Planet Wissen **19.15** Werner Heisenberg (5/6) **19.30** Global 3000 **20.00** Tagesschau **20.15** Der Zweite Weltkrieg in Farbe **22.00** Horrible Histories **22.55** Das Institut – Oase des Scheiterns **23.20** The Day **23.50** Tagesschau 98 **0.05** Bob Ross

PHOENIX **14.30** Kuba **15.30** makro **16.00** maybrit illner **17.05** Augstein und Blome **17.15** Reportage **17.30** Der Tag **18.00** Im Dialog **18.30** Mein Ausland **20.00** Tagesschau **20.15** Terra X · Die Europa-Saga (1–3/6) **22.30** Sanssouci von oben **23.00** Tag **0.00** Im Dialog

WELT **18.15** Börse **18.25** Die Scouts **19.10** Welt der Wunder **20.05** Stephen Hawking – Visionen eines Genies **22.05** Year Million – Blick in die Zukunft **0.05** Die Reise zum Mars – Ein großer Schritt für die Menschheit? **1.05** Aliens

N-TV **17.15** Telebörse **17.30** Auslandsreport **18.15** Telebörse **18.30** n-tv Dokumentation **19.05** Top Gear **20.15** Schwimmender Luxus – Das Super-Schiff (1+2/2) **22.10** Geniale Technik **23.10** Deluxe **0.10** Das Leben der Milliardäre

ONE **17.50** Hart aber herzlich **18.40** Sturm der Liebe **20.15** Kebekus feiert Jürgen von der Lippe **21.00** Shuffle **21.15** FILM **Was weg is, is weg** Heimatkomödie, D 2012 **22.35** FILM **Zwei Leben** Thriller, D/N 2012 **0.05** FILM **Polizeiruf 110** Im Schatten · TV-Krimi, D 2015

ZDF NEO **17.45** Clever abgestaubt **18.30** Bares für Rares **20.15** FILM **Lewis** Mord in bester Gesellschaft · TV-Krimi, GB 2008 **21.45** Falco **23.35** FILM **Mörderische Ferien** Mystery-Thriller, USA/F/ARG 2010 **0.55** FILM **Arne Dahl: Opferzahl** TV-Krimi, S/D 2015

ZDF INFO **18.00** Die Bibeljäger **19.30** Der Hof von Heinrich VIII. **20.15** Das Jahr des Schwarzen Todes **21.00** Tod auf dem Scheiterhaufen – Hexenjagd in Großbritannien **21.45** Geheimnisse d. Kirche (1–4/4) **0.45** heute-journal **1.15** Von d. Keule zur Rakete

SONNENKLAR TV **19.15** Urlaub für ALLE **19.30** Reisecharts **20.15** Die AdT Show **20.30** Urlaubsträume **21.00** sonnenklar.TV **21.15** Reiseticker **21.30** Die AdT Show **21.45** Reiselounge **22.30** Die AdT Show **22.45** Der Tag **23.00** Infomercial

RTL 2

10.55 Family Stories **12.00** Die Wollnys **13.00** Die Reimanns **14.00** Köln 50667 **15.00** Berlin – Tag & Nacht **16.00** Einfach hairlich – Die Friseure **17.00** Hilf mir! Jung, pleite, verzweifelt ... **18.00** Köln 50667 **19.00** Berlin – Tag & Nacht **20.00** News **20.15** FILM **Hulk** Fantasyfilm, USA 2003 · Mit Eric Bana **23.00** FILM **Underworld: Evolution** Horrorfilm, USA 2006 **1.05** FILM **Doom – Der Film** Actionfilm, GB/CZ/USA/D 2005 (bis 3.00)

SERVUS TV

10.10 Helden des Alltags **11.15** Retter der Wildnis **12.10** Giganten der Geschichte **13.05** Moderne Wunder **14.05** Wunderwesen Schmetterling **15.05** Griechische Inseln (1/5) **16.00** McLeods Töchter **17.00** Moderne Wunder – Spezial **18.05** Auf legendären Routen **19.05** Griechische Inseln (2/5) Dodekanes **20.15** Miss Fishers mysteriöse Mordfälle **22.25** Hell on Wheels **0.05** Miss Fishers mysteriöse Mordfälle **1.55** Hell on Wheels

RBB

12.15 Panda, Gorilla & Co. **13.05** Verrückt nach Meer **13.50** Elefant, Tiger & Co. **14.15** Planet Wissen **15.15** Abenteuer Panamericana (5/5) **16.00** Aktuell **16.15** Wer weiß denn sowas? **17.05** Nashorn, Zebra & Co. **17.55** Sandmann **18.00** Um sechs **18.30** zibb **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Große Klappe, großes Herz **21.45** Aktuell **22.00** NDR Talk Show **0.15** 10 Jahre Barbara und Hubertus **1.15** Abendshow

★★★ top ★★ gut ★ schwach ◧ schwarzweiß UT Untertitel Hörfilm OO Zweikanalton Der besondere Tipp

HR

20.15 DOKUMENTATION

Kitzbühel und das ...

Die Ferienregion Alpbachtal-Seenland bei Kitzbühel ist ein Paradies für Wanderer. Auch ihr Brauchtum lockt viele Besucher an.

9.15 Maintower
11.25 Alles Wissen UT
12.10 Brisant UT
12.50 **Das Glück kommt unverhofft** UT
FILM ★★ TV-Komödie, D 2010
14.20 Panda, Gorilla & Co.
15.10 Giraffe & Co.
16.00 hallo hessen
16.45 hessenschau
17.00 hallo hessen
17.50 hessenschau
18.00 Maintower
18.25 Brisant UT
18.45 Hessentipp
19.15 alle wetter
19.30 hessenschau UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **Kitzbühel und das Alpbachtal** UT Doku, D 2016
21.00 **Berge, Seen und wilder Wald** UT Doku, D 2015 Traumziele in Bayern
21.45 **hessenschau**
22.00 **NDR Talk Show** Gäste siehe NDR
0.15 **Zeit der Trauer** UT
FILM ★★★ Drama, USA 2009 Mit Pierce Brosnan, Susan Sarandon u.a. Regie: Shana Feste
1.45 **Kitzbühel und das Alpbachtal** UT (Wh.)
2.30 **Berge, Seen und wilder Wald** UT (Wh.)

NDR

20.15 REPORTAGEREIHE

die nordstory

Auf Gut Darß bereitet man sich auf das jährliche Hoffest vor. Eine Hüpfburg muss gebaut, eine Treckerwippe aufgestellt werden.

10.30 buten un binnen
11.00 Hallo Niedersachsen
11.30 Wie geht das? UT
12.00 Brisant UT
12.25 In aller Freundschaft
13.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
14.00 NDR//aktuell UT
14.15 die nordstory UT
15.15 Wer weiß denn sowas
16.00 NDR//aktuell UT
16.20 Mein Nachmittag UT
17.10 Eisbär, Affe & Co. UT
18.00 Regional UT
18.15 Lust auf Norden UT
18.45 DAS! UT
19.30 Regional UT
20.00 Tagesschau UT

20.15 **die nordstory** UT Reportagereihe, D '18 Trecker, Trubel, tausend Tiere
21.15 **Ackern bis zum Umfallen?** UT Doku, D 17 Landwirte am Limit
21.45 **NDR//aktuell** UT
22.00 **NDR Talk Show** UT Gäste: Simone Thomalla, Birgit Schrowange, Kaya Yanar, Sasha, Rolf Zuckowski, der Elbkinderchor u.a.
0.15 **Inas Nacht** UT Show Gäste: Samu Haber, Sven Martinek
1.15 **NDR Talk Show** UT

MDR

20.15 SHOW

Musik auf dem Lande

Maximilian Arland schaut sich die „Nackten Jungfern" in Drebach im Erzgebirge an und trifft die Radsportlegende Täve Schur.

8.30 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
9.20 Wer weiß denn sowas
10.05 Elefant, Tiger & Co. UT
11.00 MDR um elf UT
11.40 In aller Freundschaft
12.25 **Was eine Frau im Frühling träumt** UT
FILM ★★ Liebeskomödie, D '58
14.00 MDR um zwei UT
15.00 LexiTV UT
16.00 MDR um vier UT
17.45 Aktuell UT
18.10 Brisant UT
18.54 Sandmännchen UT
19.00 MDR Regional UT
19.30 Aktuell UT
19.50 Elefant, Tiger & Co. UT

20.15 **Musik auf dem Lande** UT Show, D '17 · Mitwirkende: Maite Kelly, Nino de Angelo, Mark Pircher, Jürgen Walter, Story of Dakota u.a.
21.45 **Aktuell** UT
22.00 **Riverboat** UT Gäste: Patrick Bach, Enrico Lübbe, Anja Schüte, Inger Nilsson, Klaus D. Schleiter (Verleger), Thomas Schiewer, „Hein" Simons, Michael Patrick Kelly
0.00 **MDR Kultur** Magazin
0.15 **Animationsfilme im MDR** Magazin

TELE 5

7.55 Werbung **15.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **16.05** Star Trek – Raumschiff Voyager **17.05** Raumschiff Enterprise **18.10** Star Trek – Raumschiff Voyager **19.10** Star Trek – Das nächste Jahrhundert **20.15** FILM **SchleFaZ: Herkules** Fantasy, I/USA 1983 **23.00** FILM **Masters of the Universe** Sci-Fi, USA 1986 **1.10** FILM **Missing in Action 2 – Die Rückkehr** Actionfilm, USA 1984 **2.40** Star Trek – Raumschiff Voyager

SRTL

12.40 Spirit: wild und frei **13.05** Tom u. Jerry **13.10** Coop **13.35** Tom u. Jerry **14.10** Scooby-Doo **14.35** Angelo! **15.05** 5 Freunde **15.30** Sally **16.00** Inspector Gadget **16.25** Zak Storm **16.50** Coop **17.20** Scooby-Doo? **17.45** Trolljäger **18.10** Sally **18.40** Einfach tierisch **19.10** Tom und Jerry **19.45** Angelo! **20.15** FILM **Einmal Mond und zurück** Animation, E 2015 *Free-TV-Premiere* **22.00** Alf · Der Tramp / Die Erde bebt u.a. **0.10** Infomercials

KIKA

11.15 Tashi **11.40** Marco Polo **12.05** Pippi Langstrumpf **12.30** Garfield **12.55** Sherlock Yack **13.20** Das Green Team **13.40** Pfefferkörner **14.10** Schloss Einstein **15.00** Stoked **15.45** H2O **16.35** Mirette ermittelt **17.00** Hexe Lilli **17.25** Insectibles **18.00** Shaun **18.20** Ben & Holly **18.40** Tilda Apfelkern **18.50** Sandmann **19.00** Tashi **19.30** TIPP FILM **Tzatziki: Papa und der Olivenkrieg** Kinderfilm, S 2015 *Erstausstrahlung*

ORF und SRF

Wochenprogramm vom 14. – 20.4.

Samstag 14.4.

ORF 1 **18.40** Newton **19.10** MacGyver **20.00** ZIB 20 **20.15** Verstehen Sie Spaß? **23.30** ZIB Flash mit Bundesliga **23.45** FILM **Indiana Jones und der Tempel des Todes** Abenteuerfilm, USA '84

ORF 2 **19.55** Sport **20.05** Seitenblicke **20.15** FILM **Der Barcelona-Krimi** Tod aus der Tiefe · TV-Krimi, D 2017 **21.50** ZIB **22.00** FILM **Der Bulle von Tölz** Die Leonhardifahrer · TV-Krimi, D 2008

SRF 1 **19.20** Lotto **19.30** Tagesschau **20.00** Wort zum Sonntag **20.10** Ursus & Nadeschkin **22.00** Tagesschau **22.20** Der große Paola und Kurt Felix Abend **0.20** Die besten Teleboy-Streiche

Sonntag 15.4.

ORF 1 **20.15** FILM **Kill the Boss 2** Komödie, USA 2014 **21.55** ZIB **22.05** FILM **She's Funny That Way** Komödie, USA/D 2014 **23.30** Blue Bloods **0.15** FILM **Kill the Boss 2** (Wh. von 20.15)

ORF 2 **19.55** Sport **20.05** Seitenblicke **20.15** FILM **Tatort** Ich töte niemand · TV-Krimi, D 2018 **21.50** ZIB **22.00** Im Zentrum · Live **23.05** FILM **Geschwister** Drama, D/A/RUM/SRB/MTN 2016 (–0.50)

SRF 1 **20.05** FILM **Tatort** Ich töte niemand · TV-Krimi, D '18 **21.40** Reporter **22.10** Aeschbacher **23.05** Tagess. **23.25** Marianne Faithfull – Der raue Glanz der Seele **0.30** BekanntMachung

Montag 16.4.

ORF 1 **19.45** ZIB Magazin **20.00** ZIB 20 **20.15** Schnell ermittelt **21.05** Grey's Anatomy **21.45** ZIB **21.55** Liar – Labyrinth der Lügen **23.35** ZIB 24 **23.55** Shades of Blue **0.35** Supernatural

ORF 2 **19.00** BL heute **19.30** ZiB **19.55** Sport **20.05** Seitenblicke **20.15** Die Millionen-Show **21.10** Thema **22.00** ZIB 2 **22.30** kulturMontag **0.00** FILM **Tatort** Ich töte niemand · TV-Krimi, D 2018

SRF 1 **18.40** Glanz & Gloria **19.00** Aktuell **19.30** Tagesschau **20.05** 1 gegen 100 **21.05** Puls **21.50** 10vor10 **22.25** ECO **22.55** Schawinski **23.30** Tagesschau **23.45** The Missing **0.45** FILM **The Grandmaster** Actionfilm, HK/CHN 2013

DIENSTAG, 17.4.

Universum
ORF 2, 20.15 Uhr

Mehr Programm unter **www.rtv.de**

Dienstag 17.4.

ORF 1 **20.00** ZIB 20 **20.15** SOKO Wien **21.05** Fokus Mord – wahre österreichische Kriminalfälle **21.50** ZIB **22.00** Willkommen Österreich **23.00** Pratersterne **23.30** Sendung ohne Namen **23.55** ZIB 24

ORF 2 **19.00** BL heute **19.30** ZiB **19.55** Sport **20.05** Seitenblicke **20.15** Universum **21.05** Report **22.00** ZIB 2 **22.25** Euromillionen **22.35** kreuz und quer **0.05** FILM **Renoir** Biografie, F 2012

SRF 1 **18.15** Mini Beiz, dini Beiz **18.40** Glanz & Gloria **19.00** Aktuell **19.30** Tagesschau **20.05** Der Alte **21.05** Kassensturz **21.50** 10vor10 **22.25** Club **23.45** Tagesschau **0.00** nachtwach

Mittwoch 18.4.

ORF 1 **19.45** ZIB Magazin **20.00** ZIB 20 **20.15** Fußball ÖFB-Cup · Halbfinale: Puntigamer Sturm Graz – Rapid Wien **22.50** Hawaii Five-0 **23.35** ZIB 24 **23.55** Franklin & Bash **0.40** House of Cards

ORF 2 **20.15** FILM **Marie fängt Feuer** Für immer und ewig · TV-Film, D 2016 **21.50** Autofocus **22.00** ZIB 2 **22.30** WELTjournal **23.05** WELTjournal + **23.50** FILM **Captain Phillips** Thriller, USA 2013

SRF 1 **19.00** Aktuell **19.30** Tagesschau **20.05** Top Secret **20.55** Rundschau **21.35** Lotto **21.50** 10vor10 **22.25** Kulturplatz **22.55** Ausgeschafft **23.55** Tagesschau **0.05** Die Vater-Spur

Donnerstag 19.4.

ORF 1 **20.00** ZIB 20 **20.15** FILM **Stirb langsam 4.0** Actionfilm, USA 2007 **22.15** ZIB **22.25** Navy CIS: L.A. **23.10** Covert Affairs **23.55** ZIB 24 **0.15** FILM **Ein MordsTeam** Actionkomödie, F 2012

ORF 2 **19.30** ZiB **19.55** Sport **20.05** Seitenblicke **20.15** Die Rosenheim-Cops **21.05** Am Schauplatz Gericht **22.00** ZIB 2 **22.30** Eco **23.05** Stöckl. **0.05** FILM **Omamamia** Komödie, D 2012 (bis 1.40)

SRF 1 **19.30** Tagess. **20.05** Der Prozess **21.05** Liebesleben **21.50** 10vor10 **22.25** Einstein **23.00** NZZ Format **23.40** Tagesschau **23.50** FILM **Am Ende ein Fest** Tragikomödie, ISR/D 2014

Freitag 20.4.

ORF 1 **20.00** ZIB 20 **20.15** Meine Mama kocht besser als deine **21.05** Zur Hölle damit **21.50** ZIB **22.00** Was gibt es Neues? **22.45** Gemischtes Doppel **23.10** Vitasek? **23.40** ZIB 24 **0.00** Fußb. · Erste Liga

ORF 2 **19.55** Sport **20.05** Seitenblicke **20.15** Der Alte **21.20** Vera **22.00** ZIB 2 **22.25** Euromillionen **22.35** 1948 – Die Geburt Israels **23.20** FILM **Columbo** Blumen des Bösen TV-Krimi, USA 1972 (–1.50)

SRF 1 **18.15** Mini Beiz, dini Beiz **18.40** Glanz & Gloria **19.00** Aktuell **19.30** Tagesschau **20.05** SRF bi de Lüt **21.00** Hin und weg **21.50** 10vor10 **22.25** Arena **23.40** Deville **0.15** Tagess.

Geflügel oder Rind

Aber bitte mit Salsa!

Üppige Saucen waren gestern – wie wäre es zum Start in den Frühling stattdessen mit einer Salsa aus **frischem Obst oder Gemüse**? Diese leckeren Geschmacksträger kommen mit deutlich weniger Fett aus und sind ein sehr aromatischer Begleiter zu Geflügel und Rind. Zwei Beispiele lesen Sie hier:

Putenschnitzel mit Käse auf Avocado-Salsa

Zutaten für 4 Personen:

8	Putenschnitzel à 75 g
100 g	Mais aus der Dose
1	Papaya
4	Tomaten
1	rote Paprikaschote
1	feste Avocado
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
1/2 TL	scharfes Paprikapulver
2 TL	Zitronensaft
2 EL	Rapsöl
50 g	geriebener Emmentaler

1 Den Mais abtropfen lassen. Die Papaya und Avocado halbieren, das Fruchtfleisch herauslösen und zusammen mit der Paprika und den Tomaten in kleine Würfel schneiden. Die vorbereiteten Zutaten miteinander vermengen. Die Salsa mit Salz, Pfeffer, Paprika und Zitronensaft abschmecken.

2 Die Putenschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Putenschnitzel darin von beiden Seiten ca. zwei Minuten anbraten. Mit etwas geriebenem Emmentaler bestreuen und zugedeckt weitere zwei Minuten bei mittlerer Hitze garen. Die Schnitzel zusammen mit der Avocado-Salsa servieren.

Fotos: Birkel, Deutsches Geflügel

Rindersteakstreifen mit Tomaten-Birnen-Salsa und Penne

Zutaten für 4 Personen:

2	rote Paprikaschoten
2	reife Birnen
200 g	gelbe Kirschtomaten
8 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)
	einige Kräuterzweige (z.B. Thymian, Rosmarin, Oregano)
320 g	Penne
4	Rindersteaks (à ca. 150 g)
	Chiliflocken

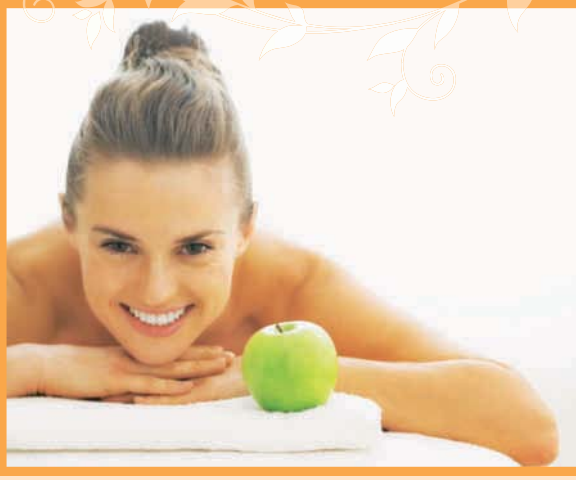
1 Für die Salsa Paprikaschoten halbieren, putzen und waschen. Birnen schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und das Paprikafruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Tomaten waschen und vierteln.

2 Paprikaschoten, Birnen und Tomaten mit sechs Esslöffeln Öl, Salz, Pfeffer und Kräutern vermischen, in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 30–40 Minuten garen.

3 Penne nach Packungsanweisung zubereiten. Steaks waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Anschließend das Fleisch in Streifen schneiden, salzen und pfeffern und im restlichen erhitzten Öl von beiden Seiten ca. 5–8 Minuten braten.

4 Nudeln und Salsa vermischen, mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken. Dann mit den Steakstreifen auf vier Tellern anrichten und servieren.

Viele weitere leckere rtv-Rezepte finden Sie auf unserer Homepage unter: **www.rtv.de/rezepte**



Gesund durch den Frühling

Erleben Sie naturnahen Gesundheits- und Verwöhnurlaub.
Genießen Sie 4-Sterne Hotelkomfort mit einer Vielfalt an Therapien, Bootsfahrten auf der Müritz, Ausflüge in den Müritz Nationalpark, entspannende Wohlfühlmomente in der großzügigen Sauna- und Badelandschaft und nutzen Sie die Kraft der Sole für Ihre Gesundheit.

Gesundheitswoche

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension (Frühstücksbuffet, 3-Gänge-Wahlmenü/Buffet)
- 2 Arztgespräche
- 1 Blutuntersuchung
- 14 auf Ihre Gesundheit abgestimmte Therapien

pro Person im DZ
ab **€ 680,–**
im EZ ab € 760,–

- freie Nutzung der großzügigen Sauna- und Badelandschaft mit beheiztem Thermalsoleaußenbecken
- Bademantel für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- kostenfreier PKW-Tiefgaragenplatz pro Zimmer
- vielseitiges Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm

Jetzt buchen unter Tel. 03991 1824-0

Weitere Angebote finden Sie unter
www.kurzentrum.com/waren-mueritz

Waren (Müritz)
KUR ZENTRUM

Preise je nach Saison und Zimmerkategorie.
Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

17192 Waren (Müritz) . Am Kurpark 2 . waren@kurzentrum.com

So geht's: 1. Rätsel oder Sudoku lösen 2. Wunschpreis(e) aussuchen 3. Nummer(n) wählen (Beispiel für 20.000 €: 01378 / 4201-26)

Traumauto oder 20.000 Euro!

Für alle, die Autos lieben: Einen der hier abgebildeten Klassewagen können Sie gewinnen (und zwar in Serienausstattung). Sie bevorzugen Geld? Sie haben die Wahl. Einfach Rätsel lösen, anrufen, gewinnen. Ein bisschen Glück braucht es natürlich schon. Wir wünschen viel davon!

20.000 Euro in bar
Am Telefon die **Durchwahl: 26** oder per SMS: **rtv26**

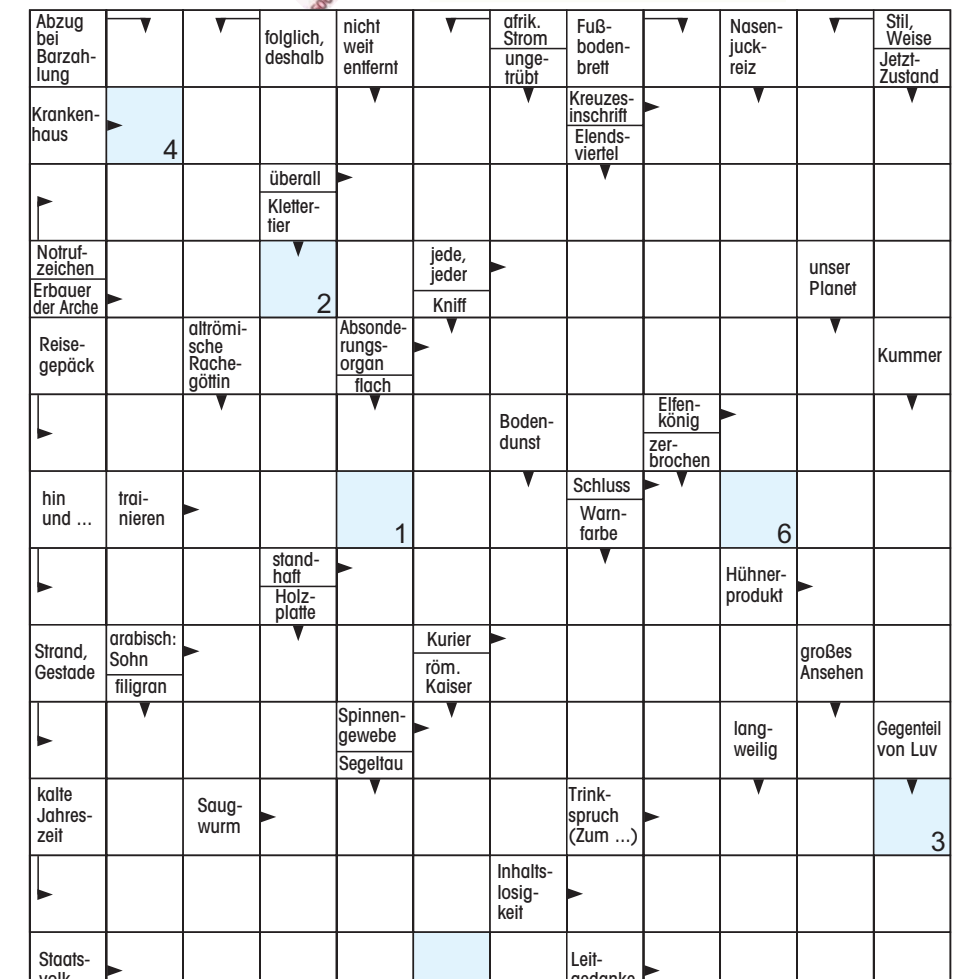
Audi Q3 1.4 TFSI
(SUV, 92 kW / 125 PS)
Am Telefon die **Durchwahl: 22** oder per SMS: **rtv22**

VW Touran Comfortline 1.4 TSI
(Kompaktvan, 110 kW / 150 PS)
Am Telefon die **Durchwahl: 24** oder per SMS: **rtv24**

Alle Auto-Abbildungen ähnlich

BMW 318i Touring
(Kombi, 100 kW / 136 PS)
Am Telefon die **Durchwahl: 23** oder per SMS: **rtv23**

Mercedes GLA 180 (SUV, 90 kW / 122 PS)
Am Telefon die **Durchwahl: 25** oder per SMS: **rtv25**



6	2		5				7	
3	a		1	4				
		8				2	3	5
		1	4	2	b	3		6
5			6		9			8
9		4		1	3	7		
1	9	5				8		
				8	7			3
	7				1	c	6	4

Fotos: Hersteller

Lösung Rätsel 1 2 3 4 5 6 — **Lösung Sudoku** a b c — **Teilnahmeschluss 12.08.2018**

Telefon:

EINFACH-CHANCE:
01378/42 01 + Durchwahl Wunschgewinn *

MEHRFACH-CHANCE:
0900/3333 5 + Durchwahl Wunschgewinn **

Bei der MEHRFACH-CHANCE können Sie mit einem Anruf durch die Beantwortung von 10 Fragen Ihre Gewinnchance bis um das 100-Fache (je richtige Antwort um das 10-Fache) erhöhen.

* € 0,50/Anruf a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters
** € 0,65/Minute a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters

SMS: Senden Sie **rtvDurchwahl.Lösung.Anschrift** an die Kurzwahl **99 6 99** (€ 0,50/SMS)

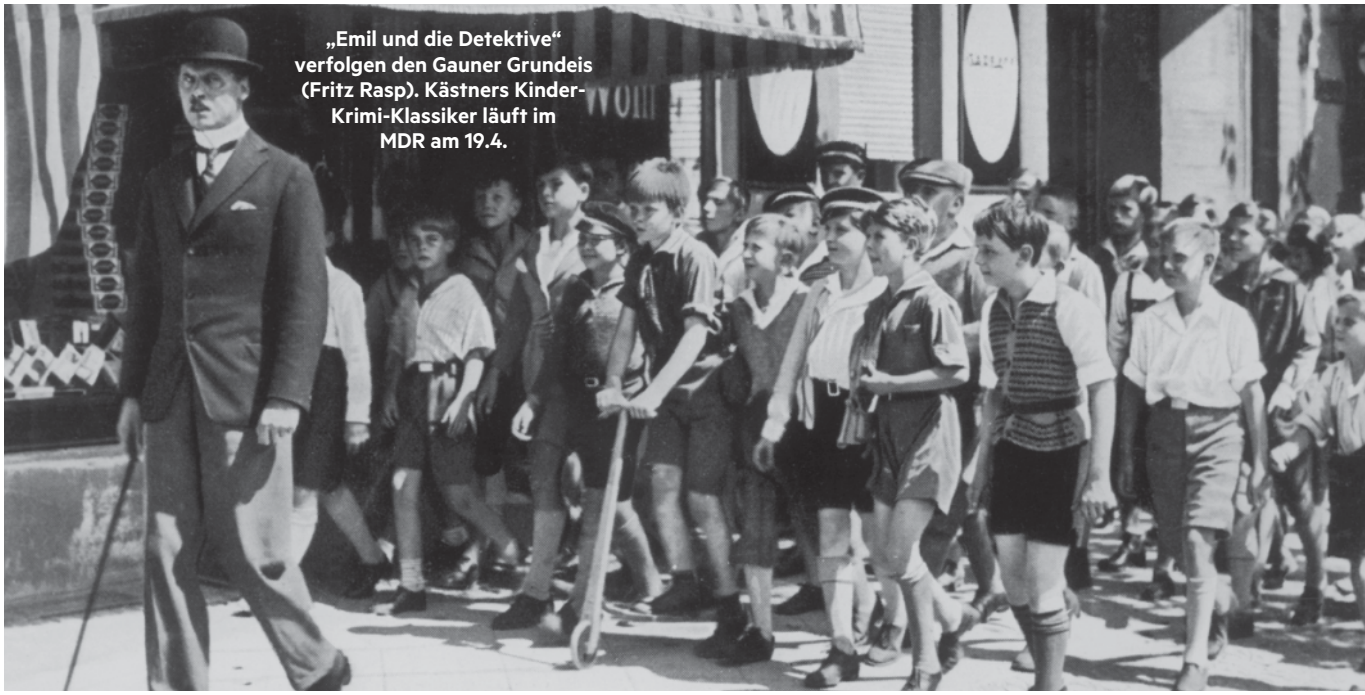
Post: Eine Postkarte (€ 0,90) an **rtv Gewinnspiel, Postfach 2500, 5000 Salzburg, ÖSTERREICH** mit Lösung und Wunschpreis: **Audi, BMW, VW, Mercedes** oder **20.000 Euro**

Internet: www.rtv.de/gewinnspiele
(€ 0,50/Teilnahme bzw. Anruf a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters)

Rechtsweg ausgeschlossen. Keine Barauszahlung d. Sachpreise. Mehrfachteilnahme möglich. Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter d. rtv media group GmbH u. d. Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Teilnahme über Gewinnspiel-Services oder sonstige gewerbliche Dienstleister ausgeschlossen. Auflösung u. Gewinner nach Teilnahmeschluss: www.rtv.de. Aktion der rtv media group GmbH.

Parole Emil!

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es. Sagt Kästner. Wir sagen: Man kann mit diesem Quiz anfangen



„Emil und die Detektive“ verfolgen den Gauner Grundeis (Fritz Rasp). Kästners Kinder-Krimi-Klassiker läuft im MDR am 19.4.

BILD: © MDR/MURNAU-STIFTUNG

1 Im Zug wird Emil vom Gauner Grundeis mit einem vergifteten Bonbon schachmatt gesetzt. Welcher berühmte Regisseur hat diese Halluzinationsszene von 1931 in einem eigenen Werk zitiert?

K STANLEY KUBRICK
L ALFRED HITCHCOCK
M STEVEN SPIELBERG

2 Das Drehbuch zur 1931er-Version verfasste Kästner gemeinsam mit einem Mann, der später selbst als Regisseur große Erfolge feierte und nicht weniger als sechs Oscars gewann. Sein Name

M ERNST LUBITSCH
N FRED ZINNEMANN
O BILLY WILDER

3 Kästner war bekannt dafür, in Kaffeehäusern an seinen Romanen zu arbeiten. Wie heißt das Berliner Café, in dem er „Emil“ schrieb und in welchem im Roman eine wichtige Szene spielt?

T CAFÉ JOSTY
U CAFÉ PRAG
V CAFÉ EUROPA

4 2017 zeigte die ARD die Filmbiografie „Kästner und der kleine Dienstag“. Die Figur aus „Emil und die Detektive“ wurde in der Verfilmung von 1931 von Hans Albrecht Löhr gespielt. 1954 dann von

R FREDDY QUINN
S PETER KRAUS
T ROLAND KAISER

5 Welcher in Deutschland ebenfalls berühmte andere kleine Junge aus der Literatur hieß im Original auch Emil, wurde hierzulande aber umbenannt, um Verwechslungen zu vermeiden?

A KALLE BLOMQUIST
B KAI AUS DER KISTE
C MICHEL AUS LÖNNEBERGA

6 Der Autor war in einigen Verfilmungen seiner Werke auch vor der Kamera zu sehen. In der Anfangsszene welches Films sitzt Kästner auf einer Almwiese und arbeitet an seinem nächsten Roman?

G DREI MÄNNER IM SCHNEE
H FLIEGENDE KLASSENZIMMER
I PÜNKTCHEN UND ANTON

7 Obwohl mit einem Berufsverbot belegt, verfasste Kästner 1942 das Drehbuch zum legendären „Münchhausen“, einem der erfolgreichsten Filme in der NS-Zeit. Sein Pseudonym lautete dabei

C RÜDIGER GREIF
D CARL AMERY
E BERTHOLD BÜRGER

8 Zum Schluss noch ein kleiner Absacker: „Fliegender Hirsch“ heißt nicht nur Emils Kumpel im Film, sondern auch ein Mixgetränk, bestehend aus einem „Jägermeister“-Schnaps und einem

N ENERGYDRINK
O GLÜHWEIN
P WODKA

Die Buchstaben der richtigen Antworten von 1–8 ergeben den Namen einer Kinderstraßenbahn, die zu Ehren Kästners in seiner Heimatstadt Dresden seit 1991 unterwegs ist. (Auflösung am Rand)

QUIZFRAGEN: BALD/CSL/MBORG – DIE LÖSUNG LAUTET: NJHJLLOT

SCHWEDENRÄTSEL

Wintersportgeräte | Stiftungsverwalter | so weit, Stadt im Nil-Delta | italienisch: zwischen | Null beim Roulett | Verteidiger beim Judo | eingedickter Fruchtsaft | Honigwein | Fluss durch München | Laubbäume | Ziegenleder, Bittererde

Mohammedaner, niederl. Airline

schmutzige Pfütze | Frauenname, Stadt i. N-Thailand | Oper von Verdi, niederl. Flüsschen

ungarischer Reitersoldat | Argonautenführer, jap. Heiligtum | nahe Angehörige, sibir. Fluss | klimatisch trocken

Halbton, englisch: es ist | Abrahams Sohn im A.T. | Luft der Lunge, nordir. Provinz | Rasse | Karaterang, Wahlspruch

nord. Göttin, engl.: sie | ohne Laut | frz. Physiker †, Quadrillefigur

Holzraummaß | Gewürz, fränk. Klosterreformer

junge Gans | Körperteil, Figur bei Kipling | eine Tonart | Fischmarder | Fremdwortteil: doppelt

Geburtsstätte von Zeus | Papagei Neuseelands, ebenso | Nadelbaum, Buch der Bibel | Schachtel, dt. Chemiker † 1946 | natürl. Haarfärbemittel

Süßspeise, dt. Geologe † | englisch: Blatt | Tonerde, Kelten in Irland | niederl. Fußballtrainer, van ... | Fortbewegung zu Pferd

englischer Männername | Facharzt, nicht häufig, rar | Stadt in Böhmen, physikal. Einheit

Abwasserrinne | Windrichtung, Grubengang | Deutung, Gedichtform (Mz.) | südam. Kuckuck, Abk.: Garage

niederl.: Salat, ‚Augendeckel' | modisch-schick, Stamm in Ghana

eine Diät (ugs.) | Instrument, Laufraderfinder | Zwerg der Edda, Vorname Sadats † | Rohkost, US-Architekt

Vorname der Turner | abschätzig: Mann

ägyptischer Sonnengott | Paradiesgarten, lat.: Bete! | kleinste Büffelart, engl.: Ei

Mensch zwischen 20 und 29 Jahren | Initialen Hemingways | französisch, span.: in

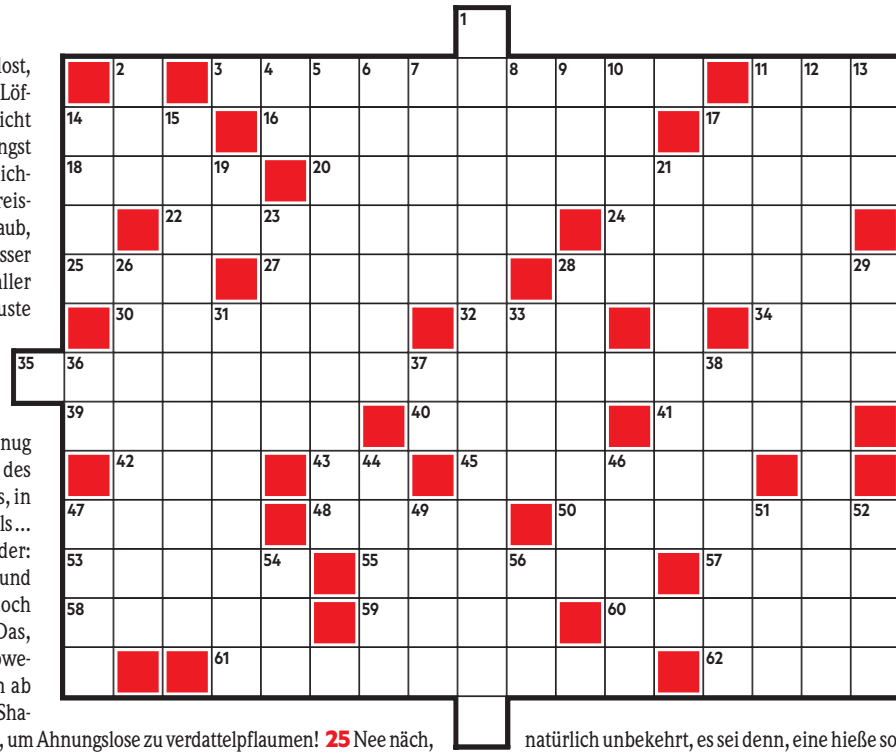
Haltung (franz.), persönl. Fürwort | Haltetau von Masten | Lebensgemeinschaft

Stange, Stecken | Befinden

STV1815

Auflösung aus dem vorigen Heft

	P	R		M	F	M	K	L						
R	A	D	A	R	I	C	E	A	M	U	L	E	T	T
	R	U	D	E	R	N	Z	E	R	D	I	U	H	
U	T	E	E	H	E	R	G	A	R	A	N	T	I	E
A	I	R	L	O	R	A	L	E	I	T	U	N	G	
	T	O	O	L	A	S	T	I	G	S	A	L	Z	
	I	M	F	L	U	R	A	A	L	N	U	R		
P	O	M	A	D	E	R	I	A	L	O	F	T	I	
	N	O	R	M	E	N	E	M	P	O	R	E	D	
	S	A	L	O	N	S	O	V	E	R	Z	U	G	
N	A	T	U	R	E	T	E	L	E	D	O	C	H	
	B	S	K	A	L	P	B	E	R	L	I	N	E	
E	C	K	E	D	A	M	E	S	O	A	D	E		
	H	I	H	U	S	U	M	B	A	R	R	E	L	
B	E	R	T	O	L	T	E	S	A	U				
	C	Y	E	A	R	T	U	R	M					
	K	I	L	N	A	L	I	A	S	A				
H	E	R	I	M	P	A	L	A	A	U				
	N	A	G	G	S	O	F	T	E	I	S			



Waagerecht

3 Stellenweise verarbeitslost, oder: Um die Weisheit mit Löffeln zu fressen, muss ja nicht gehäuft werden, nur gedingst reichte … **11** Einzugsbereichliches Spital, hat'n Umkreiskreißsaal! (Abk.) **14** Ich glaub, mich tritt ein Pferd – besser gesagt ein Dings! Ist Teil aller Schuftigkeit! **16** Wem Puste fürs Entfachen fehlt, der erstochert sich so'n Ruf **17** Ganz gantlos bleibt von hochnäsig das und damit auch ganz schön genug **18** Hat die Elementalität des einzig spaltbaren Nuklids, in Strukturanalysen jedenfalls … **20** Noppennomigkeit oder: Bei aller hupfigen Wellig- und Delligkeit und Dingsität doch Straße gerade noch! **22** Das, das weicht verblüffend abwegig von Erwartbarrouten ab **24** Schlammfarbstufen? Sharon für sich so Früchtchen, um Ahnungslose zu verdattelpflaumen! **25** Nee näch, hör ich rech'? **27** Die Zeichen der Zeit im Zeichen des Italienischen, capito? **28** Stechen so gern in den See, denn das bringt sie weiter – und unerwartet zu verwandten Tukanen … **30** Wegen der Gnade der glatten Geburt Getaufte, wie die Kelly als Patriciadelige **32** Runtergesizet, Packung raufgeschönt, Preis nach oben – und was steht drauf? **34** Steht vor der Teca, wer sich ranhält, schwankt vinoselig raus! (ital.) **35** Schlucken nie alles, nur alles mit Maß & Verstand (Wort für nahrungemein Zentrierte) **39** Obstgarten Europas inmitten Spaniens heißester, trockenster Halbwüste – mit der Uri-Cam neu verfilmt?! **40** Man soll & kann das Eisen schmieden, solange ihr heiß is', heiß' es **41** Macht Pathie partout paradebeispielhaft zur Eiszeit **42** Je Steher auf Parkplatz, desto Fahrer erwärmend im Bestfall die! (Abk.) **43** Unter Rückerbittung frommte so auch dem Untersuchungsrichter **45** Höhlen Demokratie aus Eigeninteresse aus, in Antichambres separées Dauergäste **47** Der Redaktör tut sich damit nie schwör, sein Verlegör noch wenigör! (int.) **48** Manche macht ihr Muttertagsfrühstück doch selber … **50** Der Dativ ist dem Genitiv sein Tod und hat ihm voll gedingst, platzhalterdipolter **53** Heimtierisch possierliche Trugratten, galten als Eich-, sind eher Erdhörnchen **55** Show mal an, was aus'ner Bretterbude'n Theater macht! **57** Hinterindisches Riesenrind, bejagt als Indian Bison **58** Chemikers Diolefine, oder leibhaftige Gotterbitte: Verleih, dass diese leidende Maschine dem Geist zu einem sanften Kerker dingse! **59** Tolkiens Planet in Ea, wo noch mal heile Erde wurde – versunken in Oberitaliens Lago?! **60** For tourists: City with an eagle on the seal with the famous ferris wheel & countless cutlets of veal **61** Verballistik: Worte und Widerworte wieder & wider: so'n typisches Gedingse! **62** Käme in Ungarn einer damit allein schon vornamentlich groß raus

Senkrecht

1 Wäre das Leben ein Wunschkonzert, hätte es nur Dingse auf dem Zettel, hört man gern! **2** Rein damit, nämlich unverdünnisiert, wie im Endspurt! **4** Von so unbestimmterem Sachsinn eben, der Bestimmer nur bei Freud **5** Zum Brüllen: Therapiesacken Genervte ja darin die Wände, wenn sie Ohren haben, war als Flauberts gueuloir dernier cri **6** Wurde Schweizer Müller da groß & daher reblich unsterblich – Wohlsein! **7** Korundheraus bekannteres Mineral, einst Karfunkelstein **8** Indigeniale Voramis, nannten sich doch Ayisinniwok, wahre Menschen, echt jetzt! **9** Lokis Tochter, aber Riesin statt Schmidt, wie in Naheliegendheit?! **10** Heide, natürlich unbekehrt, es sei denn, eine hieße so, dann haute Taufe hin! **11** Engest im Größtkontrast oder: Was Babynahrungshersteller stichprobig macht … **12** Gremium den Konferenztisch herum versammelt, wenn's ernst genug geworden war **13** Popo là, là – gesäß dem Fall, Pants partout short as Shorts can (int.) **14** Erschrecklassnach!! **15** Sind ballaststoffliche Pflanzenstukturen, sattsamt & sonders kalorienarme eh **17** Der wirklich smartphontastische ist noch unerfunden! **19** Die verlockendsten Whg-Anz.: ganz ohne so was … (Abk.) **21** Runter kommen sie immer – auf solchen Begehbarkeiten, die Kreuzlustfahrer & Airliners! **23** Im Retuschierbild gut erhaltenes Schätzchen der Nation der 1960er … (Vorn.) **26** Frommt Weltenschöpfers Schäfchenklein, in heiliger Messe zuvörderst gepriesen **28** Pfeffern Pfefferkuchen indonesich mit eukalyptischer Bitternote – der Ken-Bube lässt grüßen?! **29** Wohlstand schafft Freunde, aber die Dings prüft sie, wird gesprichwortet **31** Je Ex die Kommunikation, desto Strahl der Bann und fluchig die Dingens! **33** In aller Tankbarkeit Konzern, der aus Sierra & Oskar enstand – isso! **36** Haha: Toughe Marines der Britennavy in short statt Shorts … **37** US-Staat mit Landwirtschaffenskraft, ehrte Lincoln metropolistisch **38** Waren US-Mios für die Vereintnationen mal'n Din-Gens, sind sie reduziert längst ein Dingens! **44** Und wo residiert der 18. Alawidenmonarch seit 1999 am Bou-Regreg? **46** Für Bullerei zu kurzer Papsterlass, wuchs sich immerhin zu unserem Brief aus **47** Schon sagahaft, was Alteisinsulaner da vermythlich beschrieben **49** Hatte die satierisch katerartigen Lebensansichten bei E.T.A. H. **51** Sagt ja kein Touri Antananarivo zur Hauptstadt Madagaskars – sondern? **52** Grundlage jedes Bettfrühstücks, trägt Ober-Wasser bis zum table (int.) **54** Groß genug, um sich bekraulen oder bestechen zu lassen **56** Drei Worte machen ihn glücklich: Mann über Bord! (Zynewitz Nr. 26) *Crux*

AUFLÖSUNG AUS DEM VORIGEN HEFT/KREUZWEISE 1554

Waagerecht: **2** GESETZ/der Serie **7** EHEKRISEN, Anagramm S-e-i-n-K-e-h-r-e/S-i-n-k-H-e-e-r-e/E-i-s-H-e-n-k-e-r **14** SALON **15** ANG Lee **16** TOELE in Fo-toEle-nd **17** 3x TNV **18** sog. NAP **19** Ödipus + ISMENE, Anagramm m-e-i-n-e-s **21** GT. **22** AZIDE **24** PRÊT-À-PORTER **26** UNSATTE **28** RALF Bendix, Heino-Entdecker **29** „IRO" **30** EE **31** Tort ANTUN **33** CHEMO **36** ENTZUENDUNGSHEMMEND **40** Spayers sog. TAG **41** GUTGEHEND **42** span. TÚ **44** Dichterross PEGASUS **46** INNERER **48** an APPLE a day keeps the doctor away + „APPLE" **50** franz./engl. CAR **51** A-NOTE **52** „wie drei Tage Regenwetter" = DREE **53** im Beatles-Song: „She Loves You, YEAH, yeah, yeah!" **55** TOREN, Anagramm o-r-t-e-n/R-o-t-e-n **57** LANG VORBEI **59** DORADE **61** Anagramm zu S-t-o-f-f-e: OFFSET-Druck **62** NOW **Senkrecht:** **1** REGIERUNGSCHEFS **2** „GANZ NETT" **3** ELVIS **4** „SO!" **5** ENNET in Mass-ennet-tigkeit **6** 2x ZAPPENDUSTER **8** sog. ETMAL **9** KOEPFCHEN **10** Stadt/Jean RENO **11** ILER **12** SE in Be-se-hen **13** NITROglycerin in Nobel-Erfindung Dynamit **14** STAUEN **20** von/an der STANGE, Anagramm A-s-t-G-e-n **21** 3x GEROETET **23** 2x DAZUGELEGT **25** Titel von Uwe TIMM + „TIMM Thaler" **27** TANGA **32** TUTU **34** HENNA-ROT **35** als geb. EMDENER **37** ZAPPEN **38** SHIRT **39** Rudolf NUREJEW & Margot Fonteyn **43** bayr. RADL **45** G.E. + GE **47** Sänger RONAN Keating **49** 3x PRAGer Fenstersturz **53** „YOU!" **54** ABO **56** in Dichterm-ode: ODE **58** engl. IF **60** da = DO

SUDOKU

Bonsai = leicht

6					3			
	8	7		9		1	5	
		5	7	2		4		9
5	6	1			2		7	
	9						4	
	7		5			3	2	1
7		3		1	6	8		
	2	8		4		6	1	
			9					2

Samurai = mittel

			9				3	
	7	5	1					6
9		4						
8			3	5	6			4
3			2	9	7			5
						9		7
6					9	5	8	
	9				3			

Sumo = schwer

	5	8			3	1		
9			5	4		6		
				7			5	
	2					8		
6	8						1	2
		4					3	
	7			1				
		9		5	8			4
		6	9			5	7	

Kamikaze = sehr schwer

	5		6		2		1	
		1				5		
			8		5			
	9	6				8	5	
	7		3		8		9	
	3	2				4	7	
			7		6			
		5				9		
	6		5		9		2	

So funktioniert es Jedes Sudoku-Quadrat besteht aus neun Unterquadraten, die jeweils wieder in neun Felder eingeteilt sind. Insgesamt gibt es somit 81 Kästchen, in denen Zahlen von eins bis neun einzutragen sind. Ein Teil der Zahlen ist vorgegeben. Der Rest muss so vervollständigt werden, dass in jedem Unterquadrat, aber auch in jeder Zeile und jeder Spalte des gesamten Quadrats jede Zahl nur ein einziges Mal vorkommt.

Auflösungen aus dem vorigen Heft

4	3	1	9	7	2	5	8	6
8	7	5	1	4	6	2	9	3
2	6	9	3	5	8	1	7	4
9	5	8	6	2	7	4	3	1
7	1	3	4	9	5	6	2	8
6	4	2	8	1	3	7	5	9
5	9	6	2	3	4	8	1	7
1	8	7	5	6	9	3	4	2
3	2	4	7	8	1	9	6	5

Bonsai

6	5	7	4	8	2	3	9	1
8	4	9	3	5	1	7	6	2
3	2	1	6	9	7	4	5	8
7	6	8	5	2	9	1	3	4
5	9	4	1	3	8	6	2	7
1	3	2	7	4	6	5	8	9
4	8	6	9	7	3	2	1	5
2	1	5	8	6	4	9	7	3
9	7	3	2	1	5	8	4	6

Samurai

6	3	4	1	5	8	2	7	9
2	1	5	7	9	3	6	4	8
9	7	8	2	6	4	5	3	1
4	5	1	9	3	6	7	8	2
8	9	2	4	7	1	3	6	5
7	6	3	5	8	2	9	1	4
5	8	9	6	4	7	1	2	3
3	2	7	8	1	9	4	5	6
1	4	6	3	2	5	8	9	7

Sumo

2	5	3	8	4	6	9	7	1
7	9	8	1	5	2	3	4	6
4	6	1	7	9	3	2	5	8
3	4	7	5	1	8	6	2	9
9	8	5	2	6	4	7	1	3
6	1	2	3	7	9	4	8	5
8	7	4	9	3	5	1	6	2
5	3	6	4	2	1	8	9	7
1	2	9	6	8	7	5	3	4

Kamikaze

Horoskop VOM 14.4. – 20.4.

WIDDER 21.3.-20.4.
Vorsicht: Lassen Sie sich nicht so leicht von einem Schmeichler um den Finger wickeln!

STIER 21.4.-21.5.
Es sollten sich nur diejenigen laut zu Wort melden, die auch wirklich etwas zu sagen haben.

ZWILLING 22.5.-21.6.
Sorgen Sie für mehr Ruhe, Harmonie und Zärtlichkeit in Ihrem Leben. Das muntert Sie auf.

KREBS 22.6.-22.7.
Der Stress der vergangenen Wochen fällt von Ihnen ab. Es wird Zeit, mal so richtig zu entspannen!

LÖWE 23.7.-23.8.
Jemand macht Ihnen große Versprechungen. Noch zögern Sie und das völlig zu Recht.

JUNGFRAU 24.8.-23.9
Sie können sich in Ihre Mitmenschen und das aktuelle Geschehen um Sie herum gut einfühlen.

WAAGE 24.9.-23.10.
Egal welcher Prüfung Sie sich unterziehen, Sie halten allen Anforderungen erfolgreich stand.

SKORPION 24.10.-22.11.
Eine kleine Unfreundlichkeit ist es nicht wert, sich groß darüber aufzuregen!

SCHÜTZE 23.11.-21.12.
Eine super Stimmung beherrscht Sie. Es lohnt sich, andere damit aufzumuntern.

STEINBOCK 22.12.-20.1.
Für Sie läuft alles wie am Schnürchen. Riskieren Sie deshalb unbedingt den nächsten Schritt!

WASSERMANN 21.1.-19.2.
Sie fühlen sich etwas matt und erschöpft, es geht aber bald wieder aufwärts.

FISCHE 20.2.-20.3.
Auf eine geleistete Tätigkeit erhalten Sie eine positive und wohlverdiente Rückmeldung.

Wie geht es im Leben weiter? 0900/3333 725*

KARTEN | NUMEROLOGIE | ASTROLOGIE | PENDEL – In persönlichen Gesprächen beantworten unsere erfahrenen Berater Ihre Fragen zu allen Bereichen des Lebens.

*€ 1,59/Min. a. d. dt. Festnetz; Mobil höher. FSK 18. Tägl. 8 Uhr morgens bis 2 Uhr nachts

Lifta, der Treppenlift

Einige Einbaubeispiele mit einer kleinen Auswahl aus unserer Modellvielfalt.

Rufen Sie uns einfach gebührenfrei an.
☎ 0800-20 33 122
Auch Samstag und Sonntag!
www.lifta.de

Deutschlandweit persönlich für Sie da

- Passt praktisch auf jede Treppe
- Mehr als 130.000 installierte Liftas
- Über 200 Experten – auch in Ihrer Nähe
- Lifta Kundendienst, 365 Tage im Jahr
- Freiwillig geprüfte Servicequalität*

Lifta

* Prüfinhalte: Servicekultur, Servicezuverlässigkeit, Beschwerdemanagement, Kundenzufriedenheit, Qualifikation der Mitarbeiter. Weitere Informationen finden Sie unter **www.lifta.de/tuev**

GUTSCHEIN

☑ **Ja,** schicken Sie mir meinen Prospekt – kostenlos und unverbindlich.

Name / Vorname

Straße / Nr.

PLZ / Ort

Tel.-Nr.

Lifta GmbH, Abt. RW, Horbeller Straße 33, 50858 Köln

ANZEIGE

Ein Dankeschön für Sie als Leser von rtv

Eine der beliebtesten Luxusreisen der Deutschen – mit über 100.000 Gästen in den letzten Jahren !

8 Tage 5-Sterne-Luxusurlaub
Abu Dhabi & Dubai

Ihre Inklusivleistungen:

+ Linienflug in die Vereinigten Arabischen Emirate und zurück mit Turkish Airlines (beste europäische Airline 2011-2016)[1] inkl. Hoteltransfers und Flughafengebühren	~~585,– €~~
+ 2 Übernachtungen in Abu Dhabi im Doppelzimmer im 5-Sterne-Luxushotel GRAND MILLENNIUM AL WAHDA inkl. 2× reichhaltiges Frühstücksbuffet	~~250,– €~~
+ 2 Übernachtungen in Dubai im Doppelzimmer im 4-Sterne-Traumhotel TIME GRAND PLAZA inkl. 2× reichhaltiges Frühstücksbuffet	~~200,– €~~
+ IHR VIP-GESCHENK: - 2 Übernachtungen im Doppelzimmer GRATIS im 5-Sterne Super-Luxushotel DUKES DUBAI, auf der weltberühmten Palmeninsel The Palm inkl. 2× reichhaltiges Frühstücksbuffet - kostenlose Nutzung der hoteleigenen Einrichtungen: • großzügige Außenanlage mit Swimmingpools • privater, hoteleigener Sandstrand • komplett ausgestattetes Fitnesscenter	~~484,– €~~
+ 2 fantastische Ausflüge: • Palmeninsel The Palm & Dubai Marina inkl. Schwebebahnfahrt, Teppichgalerie, Blick auf das Hotel Atlantis und die Skyline Dubais • Historisches Dubai: Bootsfahrt Creek, Hafen, Schmuck/Lederatelier, Gold- und Gewürzsouks	~~80,– €~~
+ Fachausgebildete, Deutsch sprechende Reiseleitung	
+ 24 Stunden ärztliche Rufbereitschaft	
Gesamtpreis p.P.	~~1.599,– €~~*
Ihre RTV Ersparnis p.P.	– 1.200,– €
Ihr Vorzugspreis p.P. ab nur	**399,– €***

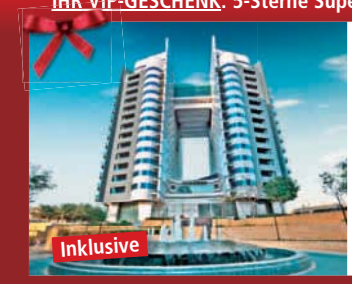
Abu Dhabi: Ihr exklusives 5-Sterne-Luxushotel: GRAND MILLENNIUM AL WAHDA ★★★★★

Das 5-Sterne-Luxushotel ist zentral in Abu Dhabi gelegen. Das Hotel verfügt über verschiedene Restaurants mit internationaler und landestypischer Küche. Zu Ihrer Entspannung steht Ihnen das Spa zur Verfügung (gegen Gebühr). Zimmer verfügen über einen Flachbild-TV, WLAN, Minibar (gegen Gebühr), Kaffee- & Teezubereitungsmöglichkeiten, Safe und Klimaanlage. Das Bad ist ausgestattet mit Föhn, WC, separater Badewanne und Dusche.

Dubai: Ihr exklusives 4-Sterne-Traumhotel: TIME GRAND PLAZA ★★★★

Das moderne 4-Sterne-Hotel liegt in der Nähe zahlreicher Sehenswürdigkeiten. Im Restaurant können Sie internationale Gerichte sowie landestypische Küche genießen. Zur Entspannung stehen Ihnen ein Spa-Bereich und ein Fitnesscenter zur Verfügung. Die Zimmer sind ausgestattet mit Badewanne oder Dusche, WC, Föhn, Tee- und Kaffeekocher, Telefon, WLAN (gegen Gebühr), Sat-TV, Minibar (gegen Gebühr), Safe und Klimaanlage.

IHR VIP-GESCHENK: 5-Sterne Super-Luxushotel auf der Palmeninsel: DUKES DUBAI ! ★★★★★



Das moderne 5-Sterne Super-Luxushotel liegt auf der weltberühmten Palmeninsel The Palm, direkt an einem langen Sandstrand am Persischen Golf. Zu den Annehmlichkeiten des Hotels zählen ein Innen- und zwei Außenpools, ein Fitnesscenter im 14. Stock mit Blick auf die beeindruckende Skyline von Dubai, eine Zigarrenlounge, eine Champagner- und Tee-Lounge, die DUKES Bar sowie drei Restaurants, die Spezialitäten aus aller Welt anbieten. Gegen Gebühr steht Ihnen außerdem Wassersport und ein Frisör zur Verfügung. Die luxuriösen DUKES Doppelzimmer sind zwischen 27 – 31 m² groß und verfügen über Dusche/WC, Föhn, Hausschuhe, Tee- und Kaffeekocher, WLAN (gegen Gebühr), Sat-TV, Minibar (gegen Gebühr) und Safe.

RTV-Leser Ersparnis
- 1.200 € p.P.

Ausflugspaket „Entdecker": Das Paket beinhaltet folgende zwei Ausflüge: „Dubai-Tour inkl. Museum" und „Abu Dhabi-Tour": nur 99,– € p.P. (statt ~~138,– €~~*)

Verlängerungswoche: Eine Woche, inkl. Halbpension, im traumhaften 4-Sterne AL HAMRA VILLAGE GOLF & BEACH RESORT: nur 549,– € p.P.

Reisemonate	Sep. '18	Okt. '18 (01. – 15.10.)	Okt. '18 (16. – 31.10.)	Nov. '18	Dez. '18	Jan. '19	Feb. '19	März '19 (01. – 15.03.)	März '19 (16. – 31.03.)	Apr. '19	Mai '19 (01. – 15.05.)	Mai '19 (16. – 31.05.)	Juni '19
Saisonzuschläge p.P.:	100,– €	140,– €	180,– €	200,– €	220,– €	240,– €	220,– €	200,– €	180,– €	140,– €	100,– €	50,– €	0,– €

= Lesen & Reisen: Unser Vorzugspreis für Sie als Leser von RTV ab nur 399,–* € pro Person statt ~~1.599,–*~~

Flughafen	Berlin	Düsseldorf	Frankfurt	Hamburg	Hannover	Leipzig	München	Stuttgart
Flughafenzuschläge p.P.:	65,– €	75,– €	80,– €	0,– €	60,– €	55,– €	65,– €	60,– €
Abflugtage	So	Do | Fr	Di | Mi	Mo	Mo | Sa	Sa	Mi	Mo | Do

* Mit Erhalt der schriftlichen Reservierungsbestätigung und des Reisepreissicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 28 Tage vor Abreise zu leisten. Die Reise gilt nur für den Angebotsempfänger und Begleitpersonen. Preis gilt vom 03.06. bis 10.06.2019 ab Hamburg. Bei anderen Reiseterminen fallen die in der Tabelle angegebenen Saisonzuschläge an. RSD Reise Service Deutschland GmbH bietet den Preisvorteil im Vergleich zum Normalpreis auf www.rsd-reisen.de. Es gelten die Reisebedingungen der RSD Reise Service Deutschland GmbH (www.rsd-reisen.de/arb/).

Ferienaufpreis 150,– € p.P.: BER 21.+28.10.18 u. 03.02. u. 14.+21.04.19; DUS 12.+18.+19.10.18 u. 12.+18.+19.04.19; FRA 02.10.18 u. 16.+17.04.19; HAM 01.+08.10.18 u. 04.+11.03. u. 29.04.19; HAJ 29.09. u. 01.+06.10.18 u. 06.+13.04.19; LEJ 06.+13.10.18 u. 16.+23.02. u. 20.04.19; MUC 17.04. u. 12.06.19; STR 18.04. u. 13.06.19.

Hinweis: Bitte beachten Sie, dass sich die Reisedauer aufgrund der Flugzeiten ändern kann. Programmänderungen aus organisatorischen Gründen ggf. möglich.

[1] Sky Trax: World Airline Award

Von uns für Sie geprüft!
Kundenzufriedenheit „sehr gut"
Zuverlässigkeit | Freundlichkeit | Kompetenz
40.350 Befragte getestet 01/2018 Kundenumfrage durch RSD Reise Service Deutschland
→ Gesamt-Note: 1,48

Ihr Vorteilscode: RTV22082

Jetzt kostenlos anrufen und Wunschtermin sichern:

0800-505 201 062

Montag bis Freitag 8.30 – 19.00 Uhr, Samstag 9.00 – 14.00 Uhr

oder **www.treue-vorteile.de/rtv22082**

Reiseveranstalter: RSD Reise Service Deutschland GmbH, Elsenheimerstraße 61, 80687 München.