

ELEKTROMOBILE – KATALOG ANFORDERN



6-15 km/h
NEUFAHRZEUGE
& Ausstellungsmobile

Telefon: 05204-87190-0
www.emg-elektromobile.com

EMG Elektromobile GmbH & Co. KG
Beerenstraße 5 • 33803 Steinhagen

Schönen Sonntag! OWL am Sonntag

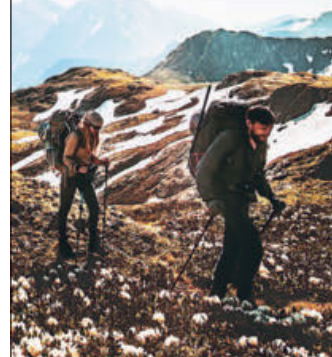
Kreis Gütersloh

Nr. 14 • Samstag, 3. April 2021

www.owl-am-sonntag.de

Traumjob
gesucht?

wb-jobs.de



tv tv **XXL**

Übersichtlich, informativ
und für mehrere Tage. Das
TV-Programm finden Sie im
hinteren Teil der Ausgabe.

Heute in der Ausgabe

■ **Entschleunigung**
„Auf Benedikts Spuren“ –
Mit der Audioguide-App zu
Klöstern in der Region.

■ **Garten-Wettbewerb**
Klimaschutzpreis für insek-
tenfreundlichste Flächen in
Schloß Holte-Stukenbrock.

■ **Der Kinderarzt rät**
Matsch und Sand stärken
das Immunsystem: Ein biss-
chen Dreck ist gesund!

Straße nach Reinhard Mohn benannt

Gütersloh. Die Straße An
der Autobahn in Gütersloh
soll in Reinhard-Mohn-Stra-
ße umbenannt werden. Das
hat der Kulturausschuss ein-
stimmig beschlossen. Die
Stadt würdigt damit den
Unterneh-
mer, Stifter
und Güters-
loher Ehren-
bürger Rein-
hard Mohn
(1921-
2009), der in
diesem Jahr
am 29. Juni
100 Jahre
alt gewor-
den wäre.

An der Stra-
ße liegen in erster Linie Fir-
men des Bertelsmann-
Dienstleisters Arvato.

Reinhard Mohn hatte den
zerstörten Verlag Bertels-
mann nach dem Zweiten
Weltkrieg zu einem Weltkon-
zern aufgebaut und in der
Stadt Gütersloh immer wie-
der Projekte gefördert wie
die Mediathek am Stiftischen
Gymnasium und den Neubau
der Stadtbibliothek.

Ihren Combi-Prospekt
finden Sie im Innenteil.

Combi

Moin. Frisch. Nebenan.

Gilt nicht für alle Verteilgebiete

Der Feldhase ist wieder auf dem Vormarsch

14 Mümmelmänner pro Quadratkilometer Hasen-Lebensraum

Zum weltlichen Symbol
für ein in der Familie gefei-
ertes Osterfest wurde der
Hase im 19. Jahrhundert –
als Überbringer der Osterei-
er.

Damals entwickelte sich
Ostern vom rein kirchlichen
Fest zum säkularen Fami-
lienfest – und Rituale wie
das Verstecken der Eier
hielten Einzug. Wären es
tatsächlich die Hasen, die
Oster-Naschereien im Gar-
ten verstecken, hätte es al-
lerdings über viele Jahre
hinweg immer weniger Sü-
ßes gegeben: Die Bestände
schwanden. Nun haben Ex-
perten gute Nachrichten:

Ein trockener und war-
mer Frühling im vergange-
nen Jahr hat die Zahl der
Feldhasen auf Deutschlands
Äckern, Wiesen und Wäl-
dern steigen lassen. Im
Frühjahr 2020 lebten im
Schnitt 14 Feldhasen pro
Quadratkilometer Hasen-
Lebensraum – das sind etwa
zwei Hasen mehr als noch
bei der vergangenen Hasen-
Zählung 2019, wie der
Deutsche Jagdverband
(DJV) mitteilt. Da bereits die
vergangenen Frühjahre
2018 und 2019 trocken wa-
ren, setzt sich laut DJV da-
mit ein leichter Aufwärts-
trend bei der Feldhasen-
Population fort. Anders als
Kaninchen, die in einem
schützenden Bau unter der
Erde leben, legen sich Feld-
hasen in sogenannte Sas-
sen, kleinere Mulden auf
Feldern. So sind sie der Wi-
terung ausgesetzt.

Das Fell werde eher nass,
klebe zusammen und die
isolierende Luftschicht zwi-
schen den Fellhaaren
schwinde. Junge Feldhasen,
die jetzt zur Osterzeit gebo-
ren werden, können daher
an Unterkühlung sterben.

Naturschützer gehen da-
von aus, dass zwischen zwei
und drei Millionen Feldhasen
in Deutschland leben.
Dennoch steht der Feldhase
(Lepus europaeus) auf der
Roten Liste gefährdeter
Tierarten. Er sei zwar nicht
vom Aussterben bedroht,
sagt Andreas Kinser, Wild-
biologe der Deutschen Wild-
tier Stiftung. „Aber es gibt
heute schon deutlich weni-



Der warme Frühling des vergangenen Jahres hat die Feld-
hasen-Population wieder steigen lassen. Das ist zwar ein
Grund zur Freude, dennoch gibt es heute deutlich weni-
ger Feldhasen als noch vor 30 Jahren. Foto: Pixabay

ger Feldhasen als noch vor
30 oder 40 Jahren.“ Etwa
seit zehn Jahren habe sich
die Population auf niedri-
gem Niveau stabilisiert. Das
bestätigt auch der DJV mit
seinem Wildtier-Monitoring.
Die Jagdverbände der Bun-
desländer kommen teils zu
abweichenden Zahlen, doch
der Trend ist gleich.

Im sonnigen und trocke-

nen Frühjahr 2020 waren
die Bedingungen für die Ge-
burten junger Feldhasen,
die eigentlich in Steppenge-
bieten heimisch sind, gut:
Im Vergleich zur ersten Zähl-
ung des Jahres zählten Jä-
gerinnen und Jäger im
Herbst 25 Prozent mehr Tie-
re (2019: 15 Prozent). Ein
hoher Wert, der für die Fit-
ness in der Population

spricht. In allen Großbland-
schaften Deutschlands gab
es demnach Zuwächse. Vie-
le Hasen hätten den Winter
erreicht. Der Feldhasen-Be-
stand variiert von Region zu
Region: Besonders dicht ist
die Population demnach im
nordwestdeutschen Tiefland
und im südwestdeutschen
Mittelgebirge: Dort wurden
durchschnittlich 18
Feldhasen pro Quadrat kilo-
meter gezählt. Im westdeut-
schen Mittelgebirge und im
Alpenvorland waren es je
12, im ostdeutschen Mittel-
gebirge 11. Vergleichsweise
wenig zu finden waren die
Tiere im nordostdeutschen
Tiefland mit durchschnitt-
lich 5 Feldhasen.

Wissenschaftler führen
diese Zerteilung auch auf
unterschiedliche Feldgrö-
ßen in der Landwirtschaft
zurück. Im Osten seien die
Flächen tendenziell größer,
im Westen kleinteiliger und
mehr mit Hecken, Gräben
und Randstreifen abge-
grenzt, erklärt Wildbiologe
Kinser. Dort finden die Feld-
hasen mit Wildkräutern
Nahrung sowie Deckung vor
Feinden. Der Anteil an
Brachflächen, wo sich Feld-
hasen wohlfühlen, sei zu-
rückgegangen. „Die Land-
schaft ist in den vergange-
nen Jahrzehnten deutlich
aufgeräumter geworden“,
sagt Kinser. Gute Verstecke
gebe es in der heutigen
Feldflur immer weniger.
Das führe dazu, dass Feld-
hasen verstärkt Fressfein-
den ausgesetzt seien.

In diesem Zusammen-
hang sieht Wildbiologe Kin-
ser jetzt im Frühjahr noch
ein menschengemachtes
Problem: Nach einem lan-
gen Corona-Winter ziehe es
viele Menschen bei den ers-
ten Sonnenstrahlen ins
Freie – und immer wieder
komme es vor, dass Spazier-
gänger junge Feldhasen, die
vermeintlich verlassen am
Wegesrand kauern, aufneh-
men. „Da ist unser dringen-
der Appell: Bitte junge Feld-
hasen nicht mitnehmen
oder zu einer Tierauffang-
station zu bringen“, macht
Kinser deutlich. „Das ist völ-
lig normal, wenn da einer
am Weg liegt.“ avs



Liebe Leserinnen und Leser!

EIN FROHES
UND GESEGNETES OSTERFEST

wünschen wir Ihnen
und allen Freunden und Partnern der
Wochenzeitungen
aus dem Verlagshaus Panorama/
WESTFALEN-BLATT

Verlag und Redaktion

Aus für Papierakte

**Schloß Holte-Stuken-
brock.** Das Sachgebiet
Schwerbehindertenangele-
genheiten des Kreises Gü-
tersloh stellt die Bearbeitung
von Papierakten auf elektro-
nische Akten um. Von der
Umstellung, die NRW-weit
erfolgt, verspricht sich der
Kreis, dass sich die Antrags-

laufzeiten in Zukunft deut-
lich verkürzen.

Wegen neuer Arbeitsab-
läufe und Zuständigkeiten
verzögert sich die Bearbei-
tung der Anträge seit Januar
2021 zeitweise. Die Kreis-
verwaltung bittet die Antrag-
steller daher um ein wenig
Geduld.

JOBSUCHE?
DANN ERSTMAL
SO!

my
job
owl

my job owl **DIGITAL**
21. - 26. April

www.myjob-owl.de

Live- und Videochats 23. + 24. April, 10 - 15 Uhr

WESTFALEN-BLATT

Welche Information beeinflusst den Einkauf?

Anzeigenblätter und Tageszeitungen sind die stärksten Ratgeber!

Fredis Osterrabatte*

* bis zum 30. April 2021

**Müller's
Rolloland®**

Inh. Ingetraud Müller
Unter den Ulmen 62
33330 Gütersloh
Tel. 0 52 41 / 9 98 93 66
www.muellersrolloland.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10.00 - 13.00 Uhr
15.00 - 18.00 Uhr
Sa. 10.00 - 13.00 Uhr



** 1 Rabatt pro Haushalt / keine Barauszahlung / Rechtsweg ausgeschlossen

-20%**

Rabatt

**Plissees/Energiespar-
plissees/Wabenplissees**

- über 1.000 versch. Stoffe
- gilt auch für Wabenplissees
- versch. Gestellfarben



-20% Rabatt**

**Insekten- u.
Pollenschutz**

- an Fenstern und Türen
- verschiedene Spannrahmen
- verschiedene Dichten
- Anfertigung nach Maß

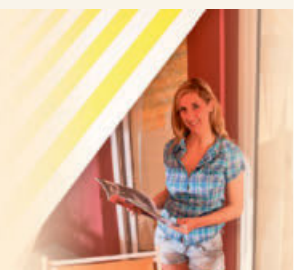


-15%**

Rabatt

Markisen

- 200 versch. Stoffe
- über 20 versch. Gestellfarben
(auch mit Strukturlackierung)



**Markisen-
Neubespannung &
Reparaturservice
für Rollläden**



Ein Spaziergang am einsamen Strand von Amrum – von einem Besuch der Nordseeinsel oder anderen touristischen Zielen im In- und Ausland träumen derzeit Millionen Deutsche. Mit dem Lockdown rücken die vielfältigen Reiseziele momentan jedoch in unerreichbare Ferne. Wann es wieder Schritte in Richtung eines normalen Alltags geben wird, ist derzeit völlig ungewiss.
 Foto: avs

Wie gehen Sie mit dem Lockdown um?

Seit mehr als einem Jahr bestimmt die Corona-Pandemie das Geschehen weltweit – und ein Ende ist nicht in Sicht

Der seit mehr als drei Monaten geltende Lockdown zur Bekämpfung der Corona-Pandemie wurde um drei Wochen verlängert – nunmehr bis zum 18. April. Und wie weit danach Schritte in Richtung Normalität möglich sein könnten, lässt sich nicht realistisch absehen. Wie gehen Sie mit dem neuerlichen Lockdown um? Welche Strategien haben Sie möglicherweise entwickelt, um nicht in Dauerfrust und Lethargie zu verfallen?

Schreiben tut der Seele gut

Bereits im März 2020 sagte ich: Vorsichtig, aber gelassen bleiben, ist meine Devise. Aber für viele kommt hinzu, was ich versuche einzuhalten: Der Tag sollte strukturiert bleiben. Es sollten kleine Aufgaben vorgenommen werden. Dazu gehört jedoch auch, dass jeder daran denkt: Es bleibt unverzichtbar, Bücher zu lesen.

Schon lange höre ich, dass Heranwachsende zu lange an den verschiedenen Geräten hängen bleiben. Ich nenne nur mal die Computerspiele. Wir hören bereits von nicht wenigen diversen Krankheiten auf diesem Sektor.

Man kann sich den Kummer von der Seele schreiben. Mir hat das geholfen und hilft mir immer noch. Diese Erfahrung haben auch andere bestätigt. Dieses Problem sollte die Politik ernsternehmen, als es bisher zu beobachten ist.

Hubert Laufer, Gütersloh

Hoffen auf ein gutes Ende

Wir sind über 70 und 80 Jahre alt, haben kaum Kontakte. Einkaufen, zum Arzt gehen – das war's schon. Die Kinder kommen, aber es ist eben anders als sonst. Auch uns fehlen die sozia-

len Kontakte und auch die Freiheiten, etwas zu unternehmen. Uns Älteren läuft die Zeit davon, wir sind nicht mehr so lange auf der Welt.

Die jungen Leute jammern, dass sie nicht in die Disco können. Sie haben noch Zeit. Wir bleiben zu Hause und warten ab, mehr können wir nicht machen. Wenn es das Wetter erlaubt, fahren wir Rad.

Das Impfen geht einfach zu langsam. Mein Mann ist ein Mal geimpft. Ich muss warten, obwohl ich ein Attest habe. Ein richtig harter Lockdown wäre wohl das Beste gewesen.

Wir haben alle noch keine Pandemie mitgemacht. Auch nicht die Politiker. Sie können nur das machen, was die Wissenschaftler sagen. Ob es falsch oder richtig ist, weiß niemand. Also: nicht meckern, sondern ertragen.

Brigitte Buschkühle, Bielefeld

Lockdown wirkt nicht wie erhofft

Bis jetzt habe ich persönlich alle Anstrengungen unternommen, um gemäß den Anforderungen der Lockdowns zu leben. Dies war aufgrund der Unterschiede in den einzelnen europäischen Ländern und der Vorschriften, die sich fast täglich geändert haben, gar nicht so einfach.

Es ist jedoch verständlich, wenn viele Menschen mit der Art und Weise, wie die verschiedenen Regierungen mit dieser Angelegenheit umgegangen sind, nicht zufrieden sind. Die Formen dieser Lockdowns verstoßen nicht nur gegen die deutsche Verfassung, sondern auch gegen internationale und europäische Menschenrechtsabkommen.

Der Anstieg der Anzahl von Covid-Infektionen, der jetzt beobachtet werden kann, zeigt auch ganz deutlich, dass solche Lockdowns keine Alternative zu einem effizienten Gesundheits-

dienst und einer guten Aufklärung in Bezug auf private Hygiene sind. Wer durch die Parks und Fußwege von Stieghorst geht, muss nicht sehr weit gehen, um eine große Anzahl gebrauchter Masken zu bemerken, die auf dem Weg weggeworfen wurden.

Aber auch ohne das mangelnde Wissen oder Verständnis darüber, wie wichtig persönliche Hygiene ist, werden die Vorschriften mit ziemlicher Sicherheit die Gemeinschaft spalten. Kann es wirklich richtig sein für Profisportler und Politiker, die Welt bereisen zu können (obwohl einige positiv getestet wurden), während Tausende von normalen Bürgern seit über einem Jahr nicht mehr in der Lage sind, ihre Verwandten in anderen europäische Staaten zu besuchen?

Kenneth L. Ingle, Bielefeld

Aufgeben ist keine Option!

Mit dem ersten Lockdown wurde ich in meine Vergangenheit katapultiert. Als Sektenaussteigerin (dort bin ich aufgewachsen) weiß ich, wie es ist, mit Isolation, Kontrolle und Ausgangsbeschränkung konfrontiert zu werden. Und wenn man wie ich chronisch krank ist, wird der Alltag ohnehin zur Herausforderung.

Normalerweise bin ich sehr aktiv (In- und Outdoorsport, Tanz- und Theaterprojekte und anderes mehr). Aber als Mutter ist für mich Aufgeben keine Option. Ich gehe arbeiten, mache Sport zu Hause und bin mit lieben Freunden online verbunden. Mein Sohn und mein Partner sind mir eine große Stütze.

Wir können nur warten und auf das Beste hoffen.

Claudia Wilms, Bielefeld

Rückzug auf meine Art

Mein Weg durch Corona ist unorthodox und privilegiert, gilt nicht für jeden. Arbeit und Schule spielen für mich keine Rolle. Vielleicht hat er trotzdem ein paar Anregungen.

– 2020: Meine innere Stimme schickt mich zwei Wochen vor dem ganzen in ein – selbstgewähltes – retreat. Ich ziehe diesen Ausdruck vor, er ist nicht so negativ besetzt.

– Ich bestreike alle Nachrichtensendungen, Radio, Fernsehen, Zeitung und anderes konsequent, da Panik erweisenermaßen das Immunsystem gegen null fährt, und das lasse ich nicht zu.

– Ich verlege mein Leben in den Garten, die Wildnis und in den frühen Morgen, verwirkliche mehrere Naturschutzprojekte.

– Ich treffe Freunde draußen, mache Musik selbst, Sport via Youtube und Skype oder Zoom.

– Meine Lieblingsrestaurants unterstütze ich durch Speisenabholung, mein Kofferraum wird zum Freiluftcafé.

– Nach dem auf-zu-auf-zu 2021 beschließe ich, einfach überhaupt nicht mehr zu shoppen. Wozu brauche ich schließlich all diesen Unsinn? Die drei Tauschmärkte in Warburg bedienen meine Wünsche ganz wunderbar und vermeiden noch dazu jede Menge Müll. Lebensmittel liefert der Biobauer anstandslos nach Wunsch frei Haus für ganze zwei Euro.

– Sport- und Freizeitkurse liefert Youtube kostenlos.

Also: Niemand zwingt mich, mein Leben zu lockdownen, auch nicht Angela Merkel!

Bevor sich jemand aufregt: Ich trage meine Masken, aber wie und womit ich sie dekoriere, kann mir immer

noch niemand vorschreiben.

Meine – zugegebenermaßen privilegierte – Meinung dazu: Lockdown? Kenne ich nicht. Macht ihr mal, aber ohne mich! Mein Mitgefühl den Leidtragenden, aber ich gehöre nicht dazu.

Anette Kreuz, Warburg

Kein Platz für Egoismus

Ich persönlich habe mit der Corona-Pandemie keine Probleme. Seit Beginn des Lockdowns im März 2020 habe ich mich mit den Tatsachen sehr schnell abgefunden, diese verinnerlicht und danach gelebt.

Was mir fehlt, ist der persönliche Kontakt mit meinen Enkelkindern, aber aus Verantwortung ihnen gegenüber (niemand weiß, ob er sich trotz großer Vorsicht nicht vielleicht doch angesteckt hat) verzichte ich seit einem Jahr auf einen Besuch, denn Egoismus ist hier nicht angebracht!

Ich würde mir für die Zukunft wünschen, dass die Menschen nicht so viel an sich selbst denken, sondern mehr an die anderen. Außerdem wäre es schön, wenn irgendwann mal wieder die Außengastronomie (natürlich unter Einhaltung der vorgegebenen Maßnahmen und Vorschriften) öffnen würde, um wieder das Gefühl von etwas Normalität zu bekommen.

Rainer Gronau, Herford

Augen zu und durch!

Jetzt ist das Geschrei wieder groß: Noch eine Verlängerung? Aber ganz am Anfang war das Geschrei genauso groß. Hätte die Regierung viel viel früher härter durchgegriffen, wer weiß, vielleicht hätten wir dann alles schon im Griff. Aber nein, ich will in den Urlaub fahren,

weil ich es nicht mehr aushalte, ich will keine Maske tragen und anderes mehr.

Strategien bezüglich Dauerfrust kann man nicht so einfach entwickeln. Da heißt es: Augen zu und durch und nicht wieder gegen den Strom schwimmen, sonst werden wir das niemals in den Griff bekommen. Nachdenken, nur ein klein wenig mehr, ist hier durchaus hilfreich.

Dietlind Wunder, Gütersloh

Blick nach innen

Man nimmt es hin, dass wohl vorerst kaum mit halbwegs normalen Zuständen gerechnet werden kann. Auf liebgewordene Gewohnheiten müssen viele auch künftig verzichten.

Einfach mal durch ein Geschäft schlendern, eben weil man sich nur umschauchen möchte, gucken, ob es Interessantes dort zu sehen gibt: Wer macht das schon bei vorheriger Terminabsprache? Ich fühlte mich dann schon zum Kauf irgendeines kleinen Teils verpflichtet.

Besser sich optimistischen Pessimismus oder pessimistischen Optimismus verinnerlichen. Nein, bei Lockerungen bloß nicht zu früh freuen, eben, um sich möglichst vor enttäuschten Empfindungen zu bewahren. Aus dem noch Möglichen versuchen, das individuell Beste zu machen.

Wir müssen gewiss noch für lange Zeit mit dem Virus leben, befinden uns im Ungewissen. Und dieses Gefühl kann schon deprimieren.

Ja, es ist schwer, auf Aktivitäten, die den manchmal belastenden und tristen Alltag erhellen können, zu verzichten. Also gilt es auszuprobieren. Auch dazu hat man nicht jederzeit die passende Gemütsverfassung. Dennoch sollte man nicht aufgeben und seine Entdeckungsreisen in sein Inneres fortsetzen. Vielleicht findet

sich unvermutet das eine oder andere, das früher im Alltag unbeachtet blieb.

Doris Witte, Löhne

Es fehlt an Konsequenz

Es geht nicht mehr. Seit einem Jahr keine Sportveranstaltung, kein Gaststätten- oder Kneipenbesuch, kein Event, Konzert, Kino, einfach nichts mehr. Den Sommerurlaub an der Nordsee gerade so hinbekommen.

Warum ist Urlaub auf Mallorca erlaubt und um die Ecke verboten? Beim Einkauf im Discounter oder Supermarkt ist kaum Abstand! Im Einzelhandel kein Problem, wird aber geschlossen.

Warum greift man als Staat nicht konsequent durch und isoliert die Erkrankten, Betroffenen? Ich kann mich doch nur anstecken, wenn ich mit einem Infizierten direkten Kontakt habe. Warum wird nicht konsequent und flächendeckend getestet und alle Impfdosen sofort verimpft? Wie im Straßenverkehr: Wenn man sich an die Regeln hält, passiert wenig. Nur die wenigen Chaoten und Uneinsichtigen machen alles kaputt, bringen Leid über die Betroffenen und hinterbliebenen Familien.

Lockdown hat überall wenig bis gar nichts gebracht. Danach gingen überall die Zahlen wieder hoch. Wenn kein Auto fährt, passieren keine Unfälle, wenn kein Infizierter draußen rumläuft, kann er auch keinen anstecken.

Günther Gruner, Halle/Westf.

Leserbriefe stellen keine redaktionellen Meinungsäußerungen dar; sie werden aus Zuschriften, die an OWL AM SONNTAG gerichtet sind, ausgewählt und geben die persönlichen Ansichten ihres Verfassers wieder. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor.

Tipps für die Facharbeit

Rheda-Wiedenbrück. Die Stadtbibliothek Rheda-Wiedenbrück möchte allen Schülern der Sekundarstufe zwei, die jetzt ihre Facharbeit schreiben, Hilfestellung bei der Literatur- und Informationssuche anbieten. Die Büchereien in Rheda und Wiedenbrück sind wieder zu den gewohnten Zeiten geöffnet. Die Mitarbeiterinnen beraten die Schüler gerne persönlich und kostenfrei, helfen ihnen, die passende Literatur zu finden und zeigen, welche Medien in der Stadtbibliothek zur Verfügung stehen. Literatur, die nicht im Bestand der Bibliothek ist, kann über den Fernleihservice besorgt werden. Außerdem gibt die Bibliothek auf ihrer Internetseite (www.bibliothek-rhedawiedenbrueck.de) Tipps.

Mit der Kundenkarte – für Schüler kostenlos – können die Jugendlichen das digitale Medienangebot nutzen: E-Medien in der Onleihe OWL, wissenschaftliche Publikationen, Zeitschriftenaufsätze und Volltexte in der Digitalen Bibliothek (DigiBib) und Biografien sowie Länderinformationen im Munzinger-Archiv. Telefonische Sprechzeiten sind unter der Rufnummer 05242/90405 dienstags bis donnerstags von 10 bis 12 Uhr sowie von 15 bis 17 Uhr. Kontakt ist auch möglich per E-Mail an bibliothek@rhwd.de.



Auf gemeinschaftliche Proben müssen die Mitglieder der Luttermöwen zurzeit verzichten. Die Gemeinschaft vermissen (v. l.) Eugen Krause, Erhard Schröder und Lothar Kache aus dem Vorstand des Shanty-Chors. Foto: Andi Kleinemeier

Shantys treffen den Nerv der Zeit

Luttermöwen vermissen die Gemeinschaft

Gütersloh. Shantys erfreuen sich zur Zeit einer großen Popularität. In den sozialen Medien werden Seemannslieder wie „Wellerman“ rauf und runtergesungen. Die Luttermöwen aus Isselhorst sind seit 1992 leidenschaftliche Shanty-Sänger – und heißen den Trend willkommen.

„Die Shantys sind Arbeitslieder, die auf Schiffen gesungen wurden“, erklärt Lothar Kache aus dem Vorstand der Luttermöwen. „Es gab einen Vorsänger, die ganze Mannschaft ist dann beim Refrain eingestiegen.“ Die Lieder seien gesungen worden, um die schwere körperliche Arbeit auf dem Meer zu begleiten und zu unterstützen.

„Themen wie Sehnsucht, Einsamkeit und Heimweh spielen in den Liedern eine große Rolle“, betont Erhard Schröder, ebenfalls Vorstandsmitglied und wie Kache Gründungsmitglied der Luttermöwen. Und genau diese Themen treffen aktuell den Nerv der Menschen. „Auch die Gemeinschaft und der Zusammenhalt, die zur Zeit stark im Fokus stehen, sind fester Bestandteil der Lieder.“ Die Shantys dienen auch dazu, sich in bessere Zeiten und die schönen Situationen des Lebens zu träumen – was im Moment sicherlich nicht wenigen Menschen regelmäßig passiert.

Dass das rund 200 Jahre alte Lied „Wellerman“ wieder aus der Mottenkiste geholt wurde, verdankt es dem ehemaligen Postboten Nathan Evans aus Schottland. Über die Plattform Tiktok machte er es zum Ohrwurm. Immer mehr Menschen trällerten das Seemannslied mit.

Der Trend ist auch an den Luttermöwen nicht vorbei gegangen – und sie finden durchaus Gefallen an der Art, wie auch die junge Generation die Lieder aufgreift. „Wir freuen uns, wenn die Shantys so aufleben und immer mehr Menschen den Anreiz verspüren, diese Lieder einfach mal auszuprobieren“, sagt Eugen Krause, der dritte aus dem Vorstand der Luttermöwen. Ursprünglich stammen die Shantys aus England. Vereinzelt singen auch die Isselhorster Luttermöwen Lieder auf Englisch. Häufiger jedoch geben sie ins Deutsche übersetzte und dementsprechend leicht abgewandelte Songs zum Besten. Generell seien die Lieder früher langsamer gewesen – und werden heute oft im schnelleren Tempo gesungen. „Das trifft zum Beispiel für das sehr alte Lied ‚Santiano‘ zu. Das war früher ziemlich langsam und träge“, sagt die Luttermöwe Kache. Chorproben hat es für die Luttermöwen seit

einem Jahr kaum gegeben. An Auftritte mit Publikum war schon gar nicht zu denken. „Lediglich während der Lockerungen im Sommer haben wir uns vereinzelt zum Proben getroffen – draußen und mit Abstand“, berichtet Eugen Krause.

Termine mit Auftritten wurden zunächst verschoben. Ob und wann sie in diesem Jahr stattfinden können, darüber herrscht große Unsicherheit. „Die Hoffnung stirbt zuletzt“, sagt Lothar Kache. „Wir stehen in den Startlöchern und sind bereit, wieder mit den Proben zu beginnen, sobald es möglich ist.“ Am meisten vermissen die Luttermöwen die Gemeinschaft. Immerhin nutzte der Shanty-Chor die Zeit, um eine neue CD herauszubringen. „Uns haben viele Fragen erreicht, wann es wieder etwas Neues von uns gibt“, sagt Kache. „Deshalb haben wir uns entschieden, eine Best-of-CD mit 14 Songs herauszubringen.“

48 Mitglieder haben die Luttermöwen zur Zeit. Der Shantychor wurde im Januar 1992 als eine Abteilung des CVJM Isselhorst gegründet. Das jüngste Mitglied ist neun Jahre alt, das älteste 86. Auch 14 weibliche Mitglieder singen im Shanty-Chor. Die Best-of-CD kann bei Lothar Kache unter 05241/ 6472 oder im Internet auf der Seite der Luttermöwen bestellt werden. Informationen unter www.luttermoewen.de.

Lieder sollten schwere Arbeit auf See unterstützen

Impressum

Herausgeber: Harald Busse

Chefredakteur: Ulrich Windolph

Chef vom Dienst: Michael Bräucker

Redaktion:

Gabriele Krehmeier, Jutta Oppermann, Sabine von Stürmer, Doris Wassermann, Klaus Gosmann, Frank Tippelt

Telefon: 0521/585-0

Telefax: 0521/585-531

E-Mail: owlsonntag@westfalen-blatt.de

Sport: Oliver Kreth (Westfalen-Blatt)

Zustellung/Vertrieb:

zustellung-guetersloh@owl-am-sonntag.de

Verlag: Panorama

Verlags- und Werbegesellschaft mbH

Sudbrackstraße 14-18

33611 Bielefeld

Telefon: 0521/585-0

Internet: www.westfalen-blatt.de

E-Mail: wb@westfalen-blatt.de

Tel. Anz.-Verkauf: 0521/585-448

Geschäftsführung:

Frank Best, Marc Zahlmann-Janzen

Verantwortlich für Anzeigen:

Andreas Dünning

Anzeigenpreisliste Nr. 32,

gültig ab 1. 1. 2021

Vertrieb: ZVG Zeitungsvertriebs- und Servicegesellschaft mbH

Vertriebsleitung: Alexander Fischer

Druck: Westfalen-Druck GmbH

Wir verwenden Zeitungspapier mit hohem Altpapieranteil

Kleinemas

Familientradition seit 1914

Nackensteaks verschieden mariniert 1kg ab 5,79€	Gehacktes Schwein/Rind gemischt mehrmals täglich frisch 1kg ab 5,29€
Bruchware täglich frisch z.B. Lachsschinken, Bacon, Snackinis u.v.m. 1kg ab 3,99€	Frischer Nacken ohne Knochen 1kg 4,49€
Jubiläumsbratwurst goldprämiiert Stück 100g ab 0,598€	Spießbraten verschieden gefüllt 1kg 5,49€

Kleinemas Fleischwaren GmbH & Co. KG
Industriestraße 35
33415 Verl-Sürenheide
Tel. 05246-921129

DIREKT VERKAUF
MO-SA 8-19 UHR

Solide Preise 50 Jahre Erfahrung Umweltgerecht

TEPPICH WASCH CENTER GREBE
Meisterbetrieb

Nutzen
Sie unseren Abhol- und Lieferservice!
Tel. 05242/43170 - Rheda-Wiedenbrück - www.two-grebe.de

Auch in Detmold, Paderborn, Bielefeld, Herford, Gütersloh, Münster

Teppichwäsche & Teppichreparatur
Polsterreinigung
Matratzenreinigung
Teppichbodenreinigung

Gutschein
gültig im April 2021

15% Rabatt

auf ein Produkt Ihrer Wahl aus unserem nicht verschreibungspflichtigen, vorräthigen Sortiment.

Einzulösen in der

PLUSPUNKT+ APOTHEKE BIELEFELD

Niederrist 37 - 33602 Bielefeld
Tel.: 0521-5202600 - Fax: 0521-5202623
www.pluspunkt-apotheke-bielefeld.de

oder

PLUSPUNKT+ APOTHEKE GÜTERSLOH

Königsstraße 10 - 33330 Gütersloh
Tel.: 05241 - 2122214 - Fax: 05241 - 2122215
www.pluspunkt-apotheke-guetersloh.de

Gilt nicht für Aktionsangebote. Keine Doppelabstimmung möglich.

Traumjob gesucht?

wb-jobs.de

Mobil mit 3 Rädern

Wulfhorst GmbH
Gütersloh | Herzebrocker Str. 5
Telefon 05241/98680

MIX Markt

Gültigkeit: 06.04. - 10.04.2021*

*Alle Artikel solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Preise sind in Euro incl. MwSt. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Diese Angebote gelten nur in dem nachfolgenden werbenden Markt:

Mo - Fr **09:00 - 19:00**
Sa **09:00 - 18:00**
05241 307842

Mix Markt 106 OHG
Pfälzer Straße 2
33332 Gütersloh

Schweinenaeken mit Knochen je 1 kg 3.53	Hackfleisch vom Schwein 1 kg 2.97	Schweinebauch wie gewachsen 1 kg 3.33	Schweinerippen geräuchert „Kopchjonye rjobryshki“, lose 100 g, 1 kg = 5,50 0.55	Würstchen „Sosiski Doktorskie Krasnaja Zena“ im Schälldarm oder Bockwürstchen „Sardelki Extra Krasnaja Zena“ geräuchert je 100 g, 1 kg = 4,50 0.45	Brühwurst mit Geflügelfleisch „Kraowska sucha z drobiem“ grob zerkleinert, geräuchert, gedörrt 100 g, 1 kg = 9,50 0.95
Brustspitzen vom Schwein 1 kg 1.22	Suppenfleisch vom Rind mit Knochen 1 kg 4.64	Putenhäse 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.79	Sprotten ganz, glasiert, tiefgefroren 680 g Pack., 1 kg = 3,67 2.49	Lachsabschnitte für die Fisch-Suppe „Ucha“ tiefgefroren 800 g Btl., 1 kg = 2,12 1.69	Brühwurst „Podwawelska“, mittelgrob zerkleinert, gepökelt, geräuchert 520 g St., 1 kg = 8,64 4.49
Hähnchen-Kleinfleisch ohne Flügel, lang 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.19	Makrelen, frisch 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 3.79	Lachsforellen, frisch 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 6.99	Eis mit Vanillegeschmack „Krakowska sucha z drobiem“ im Waffelbecher „Semja“, 130 ml 1170 ml Pack., 1 L = 2,39 2.79		

Entschleunigung auf Benedikts Spuren

Mit einer Audioguide-App zu Klöstern in der Region

Komm zur Ruhe: In der Benediktinerinnenabtei Herstelle ist die hektische Welt weit weg – und sei es nur für einen Nachmittag.



Blick auf das ehemalige Kloster in Gehrden.
Foto: Michael Stolte

Von Marius Thöne

Kreis Höxter. Homeoffice, nebenbei noch Kinderbetreuung, Aushilfslehrer im Homeschooling – gerade die Corona-Pandemie bringt für viele Familien besondere Herausforderungen mit sich. Sich für einen kurzen Augenblick aus dem Alltagsstress herausnehmen, durchatmen und sich neu besinnen, das bietet die Klosterregion Kreis Höxter, in dem sie die 1500 Jahre alte Benediktinerregel mit moderner Technik zusammenführt.

„Auf Benedikts Spuren“, heißt ein Angebot der Gesellschaft für Wirtschaftsförderung, bei dem das eigene Smartphone zum Audioguide wird. Zu acht Klöstern führt der Weg. Jetzt, da sich der Frühling Bahn bricht, lassen sich diese mit dem Rad erkunden. Wer eine kurze Entschleunigung sucht, kann auch nur eine oder zwei Stationen mit dem Auto ansteuern.

Manche der Klöster auf der Spuren-Route sind noch in Betrieb, andere haben im Lauf der Jahrhunderte eine oder mehrere neue Nutzungen erfahren. Viele lassen sich wegen der Corona-Pandemie derzeit nur von außen entdecken. Aber an jedem erwarten die Besucher Hörgeschichten mit einer modernen Interpretation der Benediktsregel, eine Regel,

die auch heute noch wertvolle Impulse für das eigene Leben geben kann.

In der Abtei Marienmünster, von 1128 bis 1803 Benediktinerkloster, geht es beispielsweise um das Zuhören und die Stille, den offenen Blick und die Achtsamkeit. In Hardehausen, von 1140 bis 1803 Zisterzienserabtei, können Besucher einen Blick auf die Werke der Schöpfung lenken. Die alte Klosterkirche wurde zwar 1812 abgerissen, die neue Kirche des Jugendhauses gehört aber zu den sehenswertesten der Region. Sie wurde vor einigen Jahren komplett neu gestaltet und ist auch während der Pandemie zum persönlichen Gebet geöffnet.

In der Benediktinerinnenabtei Herstelle dreht sich alles um die Prioritäten im Leben. Für eine Zeit der Stille eignet sich der Sinnesgarten der Serviam-Schwester in Germete.

Weitere Stationen sind das Orgelmuseum Borgentreich, das Welterbe Westwerk Corvey, die zum Hotel umgebaute ehemalige Benediktinerinnenabtei Gehrden und das Christliche Bildungswerk Hegge bei Niesen mit seinem beeindruckenden Landschaftspark.

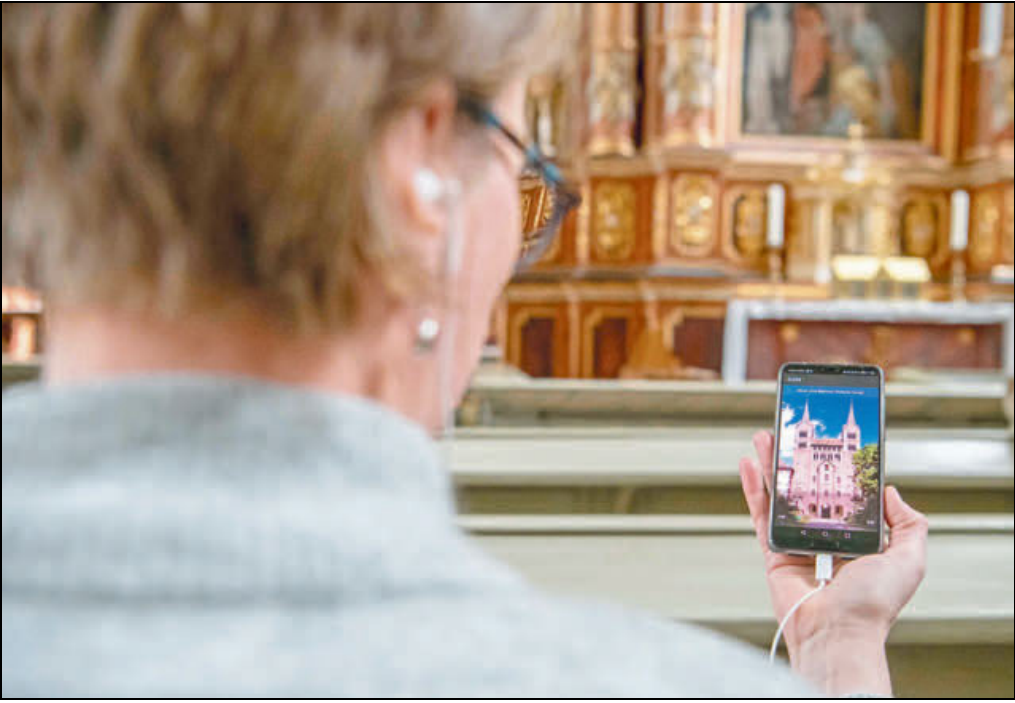
Das App-Projekt der Wirtschaftsförderer ist im vergangenen Jahr mit dem Tourismuspreis der IHK ausgezeichnet worden.

Download der App

Wer sich den Aufgaben des Heiligen Benedikts stellen möchte, kann sich mit Hilfe der App „Hearonymus“ auf den Weg machen. Nach einmaligem Download der App können die

Geschichten auf dem Smartphone abgerufen werden – auch ohne Internetverbindung.

Nach dem Herunterladen nach dem Stichwort „Auf Benedikts Spuren“ suchen.



Außen schlicht, innen zeitlos schön: Das Corveyer Westwerk ist das einzige erhaltene Zeugnis dieses Bautyps weltweit.
Fotos: GfW Kreis Höxter



Die Kirche der Jugend in Hardehausen gehört zu den eindrucksvollsten Gotteshäusern der Region. Vor wenigen Jahren wurde der Umbau fertiggestellt.



Aufgenommen vor der Pandemie, vermittelt dieses Bild einen Eindruck vom Sinnesgarten der Serviam-Schwester in Germete. „Auf Benedikts Spuren“ heißt das Angebot der Gesellschaft für Wirtschaftsförderung.



Zuhören: Die ehemalige Abtei Marienmünster, von 1128 bis 1803 Benediktinerkloster, gilt heute als ein wichtiges kulturelles Zentrum der Region.

Hochsensible Fähigkeiten

Harsewinkel. Die Volkshochschule (VHS) bietet am Mittwoch, 21. April, von 19.30 Uhr an einen Online-Vortrag zum Thema achtsam leben mit Hochsensibilität an. Die Referentin Simone Roer hat sich als psychologische Beraterin auf das Thema Hochsensibilität spezialisiert. Im Vortrag stehen folgende Fragen im Mittelpunkt: Was bedeutet es eigentlich, hochsensibel zu sein? Wie stelle ich fest, ob ich selbst hochsensibel bin? Welche Schwierigkeiten haben viele Hochsensible im Alltag? Wie können Probleme bewältigt werden? Wie lässt sich diese besondere Fähigkeit in den Alltag integrieren und glücklich damit leben? Diese Veranstaltung findet über Zoom statt. Über die Chat-Funktion haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Anmeldungen per E-Mail an vhs-vhs@gt-net.de und unter www.vhs-vhs.de bis zum 9. April.

Piloxing online bei der VHS

Verl. Die Volkshochschule (VHS) bietet einen neuen Online-Kurs Piloxing unter Leitung von Laura Ponta an. Der Kurs beginnt am 12. April und findet jeweils montags und mittwochs von 18 bis 19 Uhr statt. 13 Termine sind geplant. „Piloxing ist ein trendiger Mix aus Pilates, Boxen und Tanz. An diesem Kurs können Interessierte von zuhause aus teilnehmen. Piloxing verbindet Übungen aus dem Pilates mit kraftvollen und schnellen Box-Bewegungen und Tanzelementen zu einem fordernden Workout“, schreibt die VHS. Das Ergebnis sei ein Intervalltraining, das Fett verbrenne, den Muskelaufbau fördere, das Herz-Kreislauf-System trainiere und den Körper forme und straffe. Die Box-Elemente sollen dabei die Beweglichkeit, den Gleichgewichtssinn und die Ausdauer fördern.

Die Veranstaltung findet über Zoom statt. Zur Teilnahme benötigen Interessierte eine E-Mail-Adresse und einen Computer, ein Smartphone oder ein Tablet mit einer stabilen Internetverbindung und mit Lautsprechern, zudem sind Kamera und Mikrofon sinnvoll. Anmeldungen sind bis einschließlich 8. April im Internet möglich unter www.vhs-vhs.de.



Die Jury hat entschieden: Maria Rieksneuwöhner (von links), Udo Hallau und Gerhild Lambrecht haben die insektenfreundlichsten Gärten der Stadt.

Foto: Besim Mazhig

Ein Trio zeigt die schönsten Gärten

Klimaschutzpreis für die insektenfreundlichsten Flächen vergeben

Von Dirk Heidemann

Schloß Holte-Stukenbrock. Zeigt her eure Gärten lautete das Motto des Klimaschutzpreises 2020, der von der Stadtverwaltung gemeinsam mit den Stadtwerken Schloß Holte-Stukenbrock ausgelobt worden war.

17 teilweise äußerst kreative Einsendungen wurden von der Jury um Stefanie Schäfer (Klimaschutzmanagerin), Annika Ruhe-Götzke (Stadtwerke), Michael Ottenstroer (Leiter Fachbereich Tiefbau und Umwelt) und Martina Steinhage (Verwaltung) bewertet. Am Ende wurde der mit 2500 Euro dotierte Preis zu gleichen Teilen an Maria Rieksneuwöhner, Gerhild Lambrecht und Udo Hallau vergeben. Jeweils 834 Euro gingen somit an jeden der drei erstplatzierten Teilnehmer.

„Ich habe auf nicht einmal

100 Quadratmetern 400 verschiedene Pflanzenarten. Das schafft nicht mal ein Botanischer Garten“, sagt Udo Hallau, der vor Jahren ursprünglich einen Sennegarten angelegt hatte, auf dem allerdings nicht viel blühte. Mit Kalk und Löss wurde der Boden aufgemischt und mit Pflanzen, die er mit seiner Frau Susanne auf gemeinsamen Reisen in Europa entdeckt hatte, bestückt. Heraus kam „ein schönes Beispiel dafür, dass man auch auf kleiner Fläche etwas schaffen kann“, so Udo Hallau.

„Ich komme aus Thüringen, war dort viel in der Natur und bin quasi mit Pflanzen aufgewachsen“, sagt Maria Rieksneuwöhner, die in ihrem Garten zunächst nur Wiese und Bäume hatte.

„Über einen Zeitraum von 15 Jahren hat sich dann einiges verändert. Jetzt schlägt mein Herz für meinen Garten.“

Kinderfreundlich war der Garten von Gerhild Lambrecht lange Zeit, jetzt lässt sie der Natur weitestgehend freien Lauf. „Der Garten verändert sich in jedem Jahr – wenn man ihn lässt“, sagt sie. Gerhild Lambrecht gibt Wildpflanzen viel Raum und kann ihren Naturgarten somit in jedem Jahr neu entdecken.

Bei der Bewertung wurde eine Matrix zugrunde gelegt, wobei für Kriterien wie Fläche, Pflanzenauswahl, Gattung und Kreativität der Bewerbung (Visualisierung, Bonusmaterial) Punkte vergeben wurden.

„Dabei wurde zügig klar, dass wir drei erste Plätze vergeben werden“, sagt Annika Ruhe-Götzke, die zusammen mit Stefanie Schäfer („17 Bewerbungen sind fast Rekord und sprechen für das Thema“) den Klimaschutzpreis 2020 organisiert hatte, der bereits seit 2002 vergeben wird. „Beide haben sich super reingekniet. Das war ein tolles Teamwork“, lobt Stadtwerke-Geschäftsführer Marco Fuhrmann, der in dem Wettbewerb eine willkommene Abwechslung im sonst so tristen, grauen Corona-Alltag sah: „Endlich gab es mal ein anderes Thema.“

Bürgermeister Hubert Erichlandwehr lobte den Klimaschutzpreis als Anreiz für die Bürger, insektenfreundliche Gärten und Flächen zu schaffen. „Wir freuen uns über jeden, der dieses Thema mit angeht.“

Kindertheater in der Weberei

Gütersloh. Das virtuelle Kindertheater der Weberei geht am Sonntag, 4. April, in die nächste Runde. Das Angebot findet rein digital statt. Das Theater Compania in-

szeniert darin das Märchen „Das Sternemännlein“. Per Livestream wird es auf der Internetseite sowie auf der Facebookseite übertragen: www.weberei.de.

Als Gütersloh zur Boomtown wird

Band zur Stadtgeschichte erscheint 2025

Gütersloh. Gütsel, Dalkestadt, Stadt im Grünen: Das sind bekannte Synonyme für Gütersloh. Jetzt wirft Professor Dr. Malte Thießen ein neues Wort in den Raum, das erst einmal stutzig macht: Boomtown. „Gütersloh ist tatsächlich eine Boomtown“, bekräftigt der Historiker aus Münster. „Die Stadt hat seit 1945 eine in mehreren Punkten besondere Entwicklung hingelegt. Der Wandel von einer typisch westfälischen Kleinstadt zur Großstadt mit global agierenden Unternehmen innerhalb weniger Jahrzehnte ist außergewöhnlich.“ Folgerichtig ist auch die Art, wie diese Stadtgeschichte nach 1945 gearbeitet wird, außergewöhnlich: Sie erfolgt als wissenschaftliches Forschungsprojekt mit Bürgerbeteiligung. 2025 soll sie frisch gedruckt als Band in den Regalen liegen.

Der Ausschuss für Kultur und Weiterbildung hat mit seiner Zustimmung zum Haushalt 2021 des städtischen Fachbereichs Kultur grünes Licht für die Umsetzung des Projekts gegeben. „Der Anlass dafür, die Geschichte der Stadt Gütersloh in einem zweiten Band fortzuschreiben, ist, dass Gütersloh 2025 sein 200. Jubiläum feiert“, erläutert Kulturdezernent Andreas Kimpel. „Dieses Jubiläum bietet der Stadt Gütersloh die Möglichkeit, sich der eigenen Geschichte zu stellen und sie in allen Facetten fachwissenschaftlich fundiert aufzuarbeiten.“

Beim LWL-Institut für westfälische Regionalgeschichte in Münster und beim Forschungsinstitut für Zeitgeschichte in Hamburg brenne man darauf, loszulegen, schreibt die Stadt in einer Mitteilung. „Wir sind Feuer und Flamme für dieses Projekt“, sagt Malte Thießen, Leiter des LWL-Instituts.

„Gütersloh nimmt damit eine Vorreiter-Rolle ein.“ Ihm sei keine Stadt in Deutschland bekannt, die

ihre Geschichte seit 1945 bis ins 21. Jahrhundert hinein systematisch wissenschaftlich aufgearbeitet und publiziert hätte. „Die jüngere und jüngste Vergangenheit ist eher nicht im Blick von Historikern“, sagt der 46-Jährige. Denn die Quellenlage sei dünn, was die jüngere Vergangenheit angehe.

Das stelle auch das Team der beiden Institute in Gütersloh vor Herausforderungen. Umso wichtiger seien deshalb die Bürgerbeteiligung und der Austausch mit Zeitzeugen. Ein fester Bestandteil des Forschungsprojekts sollen öffentliche Veranstaltungen wie Erzählcafés und Geschichtswerkstätten sein – Formate, die der Fachbereich Kultur bereits etabliert hat. „Auch in diesem Punkt leisten wir zusammen mit der Stadt Pionierarbeit“, betont Malte Thießen.

Der erste Band zur Gütersloher Stadtgeschichte ist 2001 erschienen. Darin findet sich ein Überblick über die Zeit bis zum Ende des Zweiten Weltkriegs. Die aktuelle Fortschreibung der Stadtgeschichte in einem zweiten Band soll 2025 beendet sein. Mit der Umsetzung sind das LWL-Institut für westfälische Regionalgeschichte in Münster und die Forschungsstelle für Zeitgeschichte in Hamburg beauftragt worden.



Professor Dr. Malte Thießen übernimmt die wissenschaftliche Aufarbeitung der Stadtgeschichte von 1945 bis heute.

HESSE

Mein Gartencenter

WIR HABEN WEITERHIN FÜR SIE GEÖFFNET!

AUCH FEIERTAGS GEÖFFNET...
 Karfreitag (2.4.21) 10 - 15 Uhr
 Ostersonntag (4.4.21) 10 - 15 Uhr
 Ostermontag (5.4.21) geschlossen

Winterharte Garten- & Baumschulpflanzen...
 Obstgehölze, Gräser, Koniferen, Heckenpflanzen, Bodendecker, Buchsbäume, Azaleen, Rhododendren und vieles mehr.

TOP-PREIS!
OLIVENSTÄMMCHEN
 Höhe ca. 1 m, statt 22.99
15.-

BIO KRÄUTER
 NUR **2.49**

Große Auswahl z.B. von La'Bio:
 Basilikum, Petersilie, Thymian
 Schnittlauch, Dill, Kerbel ...

Riesige Auswahl an Sommerblumen...
 Millions Bells, Dahlien, Nelken, Sanvitalia, Kapkorbchen, Margeriten, Geranien und vieles mehr!

Wir werden weiterhin alle Schutzmaßnahmen gewissenhaft einhalten und darauf achten, dass alle unsere Kunden einen schönen und sicheren Einkauf erleben dürfen ...

Bleiben Sie gesund.

NEU!
 Sicher einkaufen mit der Luca App.

Wir sind für Sie da...
 Mo. - Sa.: 9 - 18 Uhr • So.: 10 - 15 Uhr
 Restaurant und Café Palmengarten geschlossen

Hesse Rheda-Wiedenbrück
 Gartencenter Hesse-Hamm GmbH • Markt Rheda-Wiedenbrück
 Feldhäuserweg 24 • 33378 Rheda-Wiedenbrück

Hesse Gütersloh
 Gartencenter Gütersloh GmbH
 Lupinenweg 35 • 33334 Gütersloh

Folgen Sie uns ...
www.gartencenter-hesse.de

Wir sind jetzt auch über WhatsApp erreichbar:
 01520-7031048

Nie zu klein für Großes

Eindrucksvolle Gewächse bevölkern überschaubare Gärten

Gerade in dicht bebauten Städten werden die Gärten immer kleiner. Weniger Platz bedeutet aber nicht, sich bei der Pflanzenvielfalt einschränken zu müssen. Tatsächlich gibt es ein umfangreiches Sortiment an Pflanzen, die sich für kleine Grundstücke anbieten.

„Auch wenn kleine Pflanzen naheliegend erscheinen: Gerade in kleinen Gärten ist es wichtig, nicht nur zu niedrigen Arten und Sorten zu greifen, sondern auch größere Exemplare in die Gestaltung einzubinden“, erklärt Wolfgang Groß vom Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau (BGL). „Denn nur so ergeben sich interessante Höhenunterschiede und eindrucksvolle Eyecatcher.“ Wichtig ist dabei, das Nachbarschaftsrecht und die Grenzabstände zu berücksichtigen, die auch in 15 bis 20 Jahren noch ein-



Bei wenig Platz empfehlen Landschaftsgärtner kleinbleibende Gehölze mit kugelförmiger Krone, wie bei der Kugel-Robinie.

gehalten werden müssen.

Doch welche Pflanzen eignen sich für Grundstücke mit wenig Platz? Gräser und Stauden liegen im Trend. Zum einen trifft ihre Naturnähe den Nerv der Zeit, zum anderen machen sie kaum Arbeit.

„Gräser eignen sich für viele verschiedene Stile – vom wilden Naturgarten bis zu klar strukturierten, modernen Anlagen“, so Wolfgang Groß. „Zudem sind viele Sorten auch für kleine Gärten ideal, weil sie eine imposante Größe erreichen und als Solitär zum Hingucker werden. Dennoch nehmen sie nicht so viel Raum ein.“ Das gestreifte Reitgras kann zum Beispiel eine Höhe von 1,30 Meter erreichen und beeindruckt mit filigranen Blütenrispen. Das feine Chinaschilf wird sogar 1,50 Meter groß und überzeugt mit einer satten, hellgrünen Farbe.

Auch unter den Stauden gibt es Sorten, die ihre Blüten in beachtlicher Höhe öffnen. Hier empfehlen sich vor allem solche, die kompakt wachsen und sich nicht ausbreiten. Schön für sonnige Beete sind verschiedene Sonnenbräute und Sonnenhüte. In schattigen Gartenbereichen können dagegen Prachtspieren (Astilbe) für Farbe sorgen.

Auf kleinen Grundstücken raten Landschaftsgärtner bei Stauden auf Wiederholung zu setzen. Wolfgang Groß: „Bringt man von jeder Sorte nur eine Pflanze ins Beet, dann wirkt das Gesamtbild eher chaotisch und überladen. Stattdessen konzentriert man sich besser auf zwei bis drei Sorten mit unterschiedlichen Farben, Formen und Höhen und platziert diese an unterschiedlichen Stellen. Dadurch wirkt der Raum gleich viel ruhiger,



Auf kleinen Grundstücken raten Landschaftsgärtner bei Stauden auf Wiederholung zu setzen.

harmonischer und auch größer.“

Ein Hausbaum ist der Traum vieler Gartenbesitzer. Doch gerade Städter meinen, sie müssten darauf verzichten. Damit liegen sie falsch, es kommt auf den Baum an. Landschaftsgärtner wählen hier gerne kleinbleibende Varianten mit kugelförmiger Krone. Das Sortiment ist groß und reicht von der Kugel-Robinie über die Kugel-Esche bis zum Kugel-Ginkgo. Lässt man diesen Gehölzen einen regelmäßigen, professionellen Schnitt zukommen, behalten sie ihre kleine, kompakte Form viele Jahre.

raten Landschaftsgärtner bei Stauden auf Wiederholung zu setzen.

„Häufig richten sich Gartenbesitzer in erster Linie nach der möglichen Endgröße des Gehölzes. Tatsächlich spielen aber auch Wuchstempo und Breite eine wesentliche Rolle“, erklärt Wolfgang Groß vom BGL. „Bäume mit einer schmalen Säulenform erreichen teilweise zwar große Höhen. Je nach Art haben sie aber nur einen Durchmesser von 1,50 Meter und bieten sich daher auch für kleinere Gärten an.“ Als Solitäre gepflanzt sind sie aufgrund ihrer Höhe ein imposanter Anblick. Sehr langsam wachsend und somit ideal sind zum Beispiel

zentriert man sich am besten auf zwei bis drei Sorten mit unterschiedlichen Farben, Formen und Höhen.

die Säulen-Eberesche oder die Säulen-Zierkirsche. „Nicht zu vergessen ist das abwechslungsreiche Sträucher-Sortiment“, ergänzt Groß. „Der Liebesperlenstrauch ist äußerst pflegeleicht, anspruchslos und wächst sehr langsam. Auch die Glockenhasel ist ein zierlicher, kaum 1,50 Meter hoher Zwergstrauch aus der Familie der Zaubernussgewächse, der im Frühjahr mit seinen glockenförmigen Blüten erfreut.“ Weitere Informationen erhalten Interessierte im Internet unter www.mein-traumgarten.de. BGL

„Plastikfrei gärtnern“

Schwarze Töpfe vermeiden

Kunststoffe haben viele positive Eigenschaften, weswegen sie gleich nach ihrer Erfindung die gesamte Welt eroberten. Sie sind leicht, wasserdicht, formbar, in allen Farben und vor allem günstig herzustellen. Außerdem werden sie sagenhaft alt. Das ist einerseits ein enormer Vorteil, wird aber spätestens dann zum Nachteil, wenn ein Plastikprodukt zum Abfall wird. Da erdölbasierter Kunststoff biologisch nicht abbaubar ist, bleibt er für eine Ewigkeit erhalten. Selbst wenn große Teile scheinbar von der Bildfläche verschwinden, sind sie immer noch da: Sie zerfallen in immer kleinere Stückchen und werden zu Mikroplastik, der die Böden und Meere verunreinigt.

In ihrem Buch „Plastikfrei gärtnern“ demonstriert die Biologin Ike Schwarzer, die selbst einen Naturgarten bewirtschaftet, wie man im eigenen grünen Reich weitgehend auf Kunststoffe verzichten kann. Sie spannt den Bogen vom Anziehen der Pflanzen über das Selbermachen von Düngemitteln und Blumenerde bis zu Zäunen, Gartenbekleidung und Vogelfutter.

Schwarzer zeigt viele plastikfreie Lösungen und Alternativen auf, ist dabei aber nicht dogmatisch. Ihr geht es nicht darum, Kunststoffe grundsätzlich zu verteufeln, sondern vor allem um Müllvermeidung und -reduktion. Deshalb gibt es in ihrem Buch auch Ideen zum Upcycling, unter anderem von ausgedienten Alltagsgegenständen aus Plastik. Viele lassen sich zu Pflanzgefäßen um-

funktionieren. Und auch Informationen zum Recycling findet man: So weist Schwarzer darauf hin, dass das meiste Plastik in den Gärten durch Pflanztöpfe anfällt.

Oft sind diese schwarz und landen daher selbst bei korrekter Mülltrennung automatisch in der Verbrennungsanlage. Denn die Sortieranlagen der Wertstoffsammlung haben Schwierigkeiten, dunkle Farben zu erkennen. Wenn es beim Pflanzenkauf also nicht ganz ohne Plastiktopf geht, sollten die Verbraucher möglichst zu hellen, recyclingfähigen Töpfen greifen. Mit diesem und weiteren praktischen Tipps ist der neue Ratgeber ein Begleiter für Gartenbesitzer, die ihre Müllproduktion im Grünen verringern möchten.

Ike Schwarzer, Plastikfrei gärtnern, Eugen-Ulmer-Verlag, 2021.



Der Ratgeber ist ein Begleiter für Gartenbesitzer, die Stück für Stück ihre Müllproduktion verringern wollen.

SCHÖNER REISEN

389 € pro Person im DZ

NORDEN PUR –
Stadt, Land, Nordsee: Bremen und Nordholz

Nordseebrise und Hansestadt-Feeling: Dieses Reisepaket vereint den Charme der Hansestadt Bremen mit dem Nordsee-Feeling in Nordholz im Landkreis Cuxhaven! Lassen Sie sich dieses nordische Kombipaket in den schönen Sommermonaten von Mai bis August nicht entgehen und reisen Sie mit uns flexibel in einer Woche Ihrer Wahl!

Eingeschlossene Leistungen:

- 7 Nächte „Norden pur“ mit 2 Nächten im 4* Best Western Hotel zur Post in Bremen und anschließenden 5 Nächten im Landgasthof „Zum grünen Walde“ in Nordholz/ Cuxhaven inkl. Frühstück in beiden Häusern
- 1 x Begrüßungsgetränk in Bremen
- 1 x Abendessen inkl. Aperitif in Nordholz
- Buchen ohne Risiko: Kostenlose Stornierung oder Umbuchung bis 14 Tage vor Anreise möglich.

Termine:

28.05. – 04.06.21, 25.06. – 02.07.21
02.07. – 09.07.21, 23.07. – 30.07.21, etc.

Reisepreise:

389,- Euro pro Person im DZ
619,- Euro pro Person im EZ

WESTFALEN-BLATT

die Lokalzeitung

Bestellung und Informationen von Mo. bis Do. von 9.00 bis 17.00 Uhr und Fr. bis 16.00 Uhr unter:
Tel.: 05 41 / 760 52 05

Intirmer und Druckfehler vorbehalten. Alle Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. Vertragspartner ist die HKR Hotel und Kurzreisen Vertriebservice GmbH, Große Straße 17 – 19, 49074 Osnabrück.

Mitglied im Deutschen Reiseverband

V 1183

SÜDL. NORDSEE

www.ferienhaus-grawe.de, Carolinensiel.
☎ 0 52 76/95 21 97 o. 01 57/37 03 95 88

INSEL NORDERNEY

boardinghaus-norderney.de
☎ 0 49 32 / 16 46

HARZ

Harz/Braunlage, FeWo's ab 35 €
☎ 0 55 83 / 9 39 23 73 www.panoramie.de

www.westfalen-blatt.de

Wohin geht die Reise?

- Die schönsten Urlaubsorte.
- Die interessantesten Ferienziele.
- Die tollsten Freizeitideen.

Samstag für Samstag in

SCHÖNER REISEN

das Reisemagazin für OWL

Flusskreuzfahrt im Vollcharter mit exklusivem Programm

Adventskreuzfahrt auf dem Rhein

Entkommen Sie dem vorweihnachtlichen Alltagsstress und genießen Sie ein paar Tage auf dem 5-Sterne Luxusschiff MS GRACE. Die 5-tägige Flusskreuzfahrt führt Sie entlang romantischer Winterlandschaften zu wunderschönen deutschen Städten mit weihnachtlich geschmückten Plätzen und Straßen. Ein ausgewähltes Rahmenprogramm sorgt für eine abwechslungsreiche und spannende Reise. Neben dem Programm an Land bietet diese luxuriöse Flusskreuzfahrt ein weihnachtliches Angebot an Bord der MS GRACE. Lassen Sie sich verzaubern von den Geschichten einer Adventslesung und den Klängen eines weihnachtlichen Konzerts.

Eingeschlossene Leistungen:

- Bustransfer ab Zustiegsstelle des Verlages nach Köln und zurück
- 5 Tage/4 Nächte Kreuzfahrt ab/bis Köln auf dem 5-Sterne Superior Schiff MS GRACE
- Kulinarik auf hohem Niveau: Vollpension an Bord, Captains Dinner
- Stadtrundgang Mainz & Gutenberg-Museum mit Druckvorführung
- Bustransfer Mannheim – Heidelberg & zurück
- Stadtrundgang Heidelberg
- Stadtrundgang Worms
- Stadtrundgang Koblenz

- Alle Führungen mit örtlicher Reiseleitung
- Transfer nach Ausschiffung zum Hauptbahnhof in Köln
- Weihnachtliche Lesung an Bord
- Weihnachtliches Konzert an Bord
- M-tours Live Kreuzfahrtleitung
- M-tours Live Reiseleitung an Bord

Reisepreis pro Person:

in der Doppelkabine ab **819,- €**

Reisetermin:

01.12. – 05.12.2021

Buchung & Beratung:

M-tours Live Reisen GmbH · Telefon: 0941 - 29 70 80 oder E-Mail: info@m-tours-live.de
Mo. - Fr.: 09:00 - 12:30 und 13:30 - 15:00 Uhr

Veranstalter:

M-tours Live Reisen GmbH, Puricellstr. 32, 93049 Regensburg

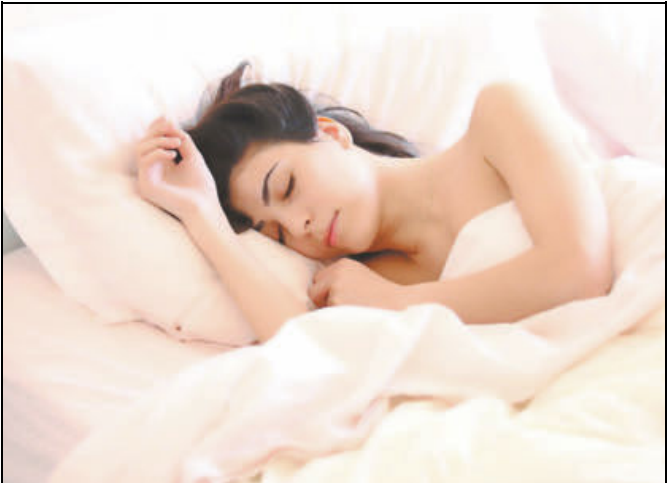
WESTFALEN-BLATT

die Lokalzeitung

Rezeptfrei heißt nicht harmlos

Gegen Schlafstörungen können rezeptfreie Schlafmittel helfen – sie sollten aber nur eingenommen werden, wenn nichtmedikamentöse Maßnahmen nicht ausreichen. „Rezeptfrei heißt nicht harmlos. Synthetische Schlafmittel sollten ohne Unterbrechung nicht länger als zwei Wochen eingenommen werden“, sagt Thomas Benkert, Präsident der Bundesapothekerkammer. „Wer älter als 65 Jahre ist und synthetische Schlafmittel aus der Gruppe der Antihistaminika einnimmt, riskiert schwerwiegende Nebenwirkungen.“ Beobachtet wurden zum Beispiel Sehstörungen, Schwindel, Herzrhythmusstörungen oder Stürze. Um bei chronischen Schlafstörungen die Notwendigkeit einer fortgesetzten Anwendung zu überprüfen, sollte nach zweiwöchiger täglicher Einnahme die Dosis schrittweise reduziert

oder abgesetzt werden. Benkert: „Plötzliches Absetzen kann zu Schlafstörungen führen, was einen Teufelskreis auslösen könnte.“ Länger als zwei Wochen sollten allenfalls pflanzliche Schlafmittel eingenommen werden. Sie enthalten zum Beispiel Baldrianwurzel, Hopfenzapfen, Melissenblätter, Lavendelblüten oder andere Heilpflanzen. Die Wirkung pflanzlicher Beruhigungsmittel setzt in der Regel erst nach einigen Tagen oder Wochen ein. Sie können eine Alternative zu synthetischen Wirkstoffen darstellen; eine Gewöhnung ist derzeit nicht bekannt. „Wirksamer als selbstgekochte Tees sind behördlich zugelassene Extrakte, die hochdosiert zum Beispiel als Tinkturen, Tabletten oder Kapseln eingenommen werden“, sagt Benkert. In Apotheken erhalten Patienten auch Tipps zur Schlafhygiene. avs



Tief schlafen und erholt aufwachen – gesünder ist es, auf Schlaftabletten zu verzichten. Foto: Pixabay

Ein bisschen Dreck ist gesund

“Kinder sollten nicht unter einer Glasglocke aufwachsen“

Kinder lieben das Herum-matschen und probieren gerne mal, ob der Sand auch schmeckt. Alles kein Problem, sagt ein Kinderarzt. Es könnte sogar positiven Einfluss auf die Gesundheit haben. Dreck ist gut für die Entwicklung des Kindes, heißt es oft. Und auch: Sand essen auf dem Spielplatz? Kein Problem! Tatsächlich haben solchen Aussagen eine schlüssige Grundlage, wie der Kinder- und Jugendarzt Burkhard Rodeck sagt. „Sie beruhen auf der Hygiene-Hypothese, die Ende der 80er Jahre aufkam.“ Schon seit langem wird nach Angaben des Mediziners in industrialisierten Ländern eine Zunahme von Allergien wie Heuschnupfen und chronisch-entzündlichen Krankheiten wie Asthma beobachtet – vermehrt bei Menschen, die aus kinderarmen Familien stammen und Menschen, die erst vergleichsweise spät oder gar nicht in den Kindergarten gegangen sind. Es sei außerdem beobachtet worden, dass die Anfälligkeit für Heuschnupfen und Asthma etwa bei Kindern, die sich immer mal in einem Kuhstall aufgehalten haben oder mit Hunden aufgewachsen sind, im Vergleich zu anderen geringer sei, so Rodeck. „Ganz ausdiskutiert ist diese Hypothese zwar nicht, aber die Daten legen nahe, dass ein bisschen Dreck nicht schlecht für Kinder ist“, ordnet der Fachmann von der Deutschen Gesellschaft für



Johann (rechts) und Jasper haben's gut. Dass sie auf dem Bauernhof mit Tieren und Matsch aufwachsen, stärkt ihr Immunsystem und schützt sie auch noch lange im späteren Leben. Foto: Krehmeier

chen Einflüssen geschützt. „Das Immunsystem zeigt dann weniger Fehlreaktionen, die sich etwa durch Allergien zeigen können“, erklärt Rodeck. Er sagt deshalb: „Mal Sand in den Mund stecken und im Dreck wühlen – alles kein Problem. Kinder sollten nicht unter eine Glasglocke sitzen, so dass nichts an sie herankommt – denn irgendwann kommt die Glocke ab, doch dann lernt das Immunsystem den Umgang mit den Keimen und Parasiten zu spät.“ Es gibt allerdings Grenzen: Verdrehte Wunden zum Beispiel sollte immer gut ausgespült und danach „dreckdicht“ verbunden werden, ehe das Kind weiter draußen herumtobt. avs

Team-Is-Tec.de
Ihr Spezialist für Alu-Überdachungen



Jetzt Winterrabatt sichern:
6 LED-Lampen mit Fernbedienung

Breite x Tiefe	mit 16 mm Polycarbonatplatten	mit 8 mm VSG Glas
5,00 x 3,00	2.900,-	4.000,-
6,00 x 3,00	3.000,-	4.300,-
5,00 x 4,00	3.200,-	4.300,-
6,00 x 4,00	3.500,-	4.800,-

inkl. Montage

Weitere Preise auf unserer Internetseite. Wir liefern und montieren jedes gewünschte Maß. Alle Preise inkl. Montage ab Oberkante Fundamente. Fahrt- oder Wegstrecke von 200 KM ab PLZ 32584. Alle Überdachungen auch als Bausatz zur Selbstmontage geeignet. Bauantrag ist nicht im Preis inbegriffen.



Besichtigung der Ausstellung nur nach vorheriger Terminabsprache!
Inh. Thorsten Schmidt • Königstr. 82-86 • 32584 Löhne
Fon 052 23-655 04 32 • info@team-is-tec.de

Mitarbeiter/
Monteure (m/w/d)
gesucht!

Wer verirrt sich im dunklen Wald

„Feuerwehrmann Sams“ neues Abenteuer

Bielefeld. Der Kinderheld „Feuerwehrmann Sam“ ist wieder da! Am Sonntag, 31. Oktober 2021, 14.30 Uhr, hat „Feuerwehrmann Sam“ in der Stadthalle Bielefeld ein großes Campingabenteuer zu bestehen.

Das ist der Ersatztermin für 30. März 2020 und 10.



Feuerwehrmann Sam braucht sich nicht zu sorgen: Er hat immer etwas zu tun. Foto: Theater auf Tour

Piano und Elektronik im Einklang

Bielefeld. Christopher von Deylen kann die im April 2021 startende „Piano und Elektronik“-Tour leider nicht durchzuführen. Die anhaltende Situation, bedingt durch Covid-19 in Deutschland, mache es allen Beteiligten unmöglich, heißt es in der Pressemitteilung. Aus diesem Grund werden die aus November 2020 ins

März 2021. Gekaufte Karten behalten ihre Gültigkeit.

Die Geschichte: Als zwei berühmte Biologen auf der Suche nach einem seltenen Tier in Pontypandy ankommen, erklären sich „Feuerwehrmann Sam“ und sein Kollege Elvis freiwillig bereit, sie während ihrer Expedition durch den Wald zu führen. Als Norman Price sich der Jagd nach dem Tier anschließt und sich im Wald verirrt, gerät die ganze Gruppe in Gefahr. Wird „Feuerwehrmann Sam“ alle retten können?

Pontypandys Helden stehen Penny und Feuerwehrhauptmann Steele zur Seite. Auch Jupiter, das Feuerwehrauto, fährt auf die Bühne. Wie „Feuerwehrmann Sam rettet den Zirkus“ bietet „Das große Campingabenteuer“ viel Musik, Tanz und wagemutigen Rettungsaktionen. „Feuerwehrmann Sam“ lädt alle jungen Besucher ein, sich als Feuerwehrmann oder Pfadfinder zu verkleiden.

Frühjahr 2021 verlegten Termine erneut verlegt – in den Herbst 2022. Dies betrifft auch die ursprünglich am 25. Oktober 2020 geplante Show im Lokschnuppen Bielefeld, die nun auf Donnerstag, 20. Oktober 2022 (vormals 20. April 2021), verschoben wird. Für den Nachholtermin behalten die Tickets ihre Gültigkeit.

Treppe zum Himmel

Halle. Der für 14. März 2021 (ursprünglich 22. März 2020) geplante Termin der Tributeshow „Boot Led Zeppelin“ im Haller OWL Event Center wird abermals verlegt. Neuer Termin ist Samstag, 7. Mai 2022. Erworbene Eintrittskarten behalten weiter ihre Gültigkeit.

Die 1968 gegründete britische Band „Led Zeppelin“ gilt bis heute als Pionier des Hard-, Blues- und Progressive-Rock. Mit bis zu ihrer Auflösung 1980 mehr als 300 Millionen verkauften Tonträgern zählen Robert Plant, Jimmy Page, John Paul Jones und John Bonham zu den erfolgreichsten Bands der Musikgeschichte. „Boot Led Zeppelin“ lassen Hits wie „Stairway to heaven“ und „Whole lotta love“ wieder aufleben – ganz nah am Original.



Auf Regenwetter, Pandemie-Generve und Fake News kann Matze Knop gut verzichten. Foto: St. Pick

Er hat „Mut zur Lücke“

Matze Knop parodiert bekannte Persönlichkeiten

Halle. Seine Parodien auf bekannte Persönlichkeiten wie Lothar Matthäus, Dieter Bohlen und Franz Beckenbauer sind legendär. Hierzulande bekannt wurde Matthäus „Matze“ Knop mit der Figur des „Supa Richie“ Mitte der 1990er Jahre. Seitdem ist der 46-jährige Lippstädter regelmäßig im TV zu sehen und hat im deutschen Comedy-Business den wahrscheinlich größten Abstand zwischen seinen Schneidezähnen.

Ausgerechnet diese Zahn- lücke hat ihn zum Titel seines neuen Live-Programms inspiriert: „Mut zur Lücke“. So kann er zum Beispiel einen ganzen Hamburger mit nur einem Bissen verputzen, ohne den Mund dabei zu öffnen. Er kann durch seine Lücke nicht nur pfeifen,

sondern auch Posaune spielen. Welche Vorteile sich im Leben mit „Mut zur Lücke“ noch ergeben können, erfährt das ostwestfälische Publikum beim Besuch von Matze Knop im OWL Event Center in Halle am Samstag, 23. Oktober 2021.

Neben Improvisationen und vielen Überraschungen ist natürlich auch Platz für seine Kultparodien. Fußballstar Cristiano Ronaldo, Noch-Bundestrainer Jörg Löw, der Kult-Kloppo und viele weitere Prominente sind mit dabei. Einen Vorgesmack gibt Matze Knop zusammen mit Reiner Calmund und Tobias Holzkamp seit Sommer 2020 im Podcast „Messi und Ronaldo XXL“, wenn sie die Fußballwelt und ihre Akteure durchleuchten.

Reiseabenteuer mit einigen Unwägbarkeiten

„Irgendwann ist jetzt“: Max Giesinger verschiebt Tour – live 2022

Bielefeld. Max Giesinger macht aus „Die Reise“-Tour 2021 die „Irgendwann ist jetzt“-Tour 2022. Am Mittwoch, 20. April 2022, stellt der Singer/Songwriter die Songs seines neuen Albums dann im Bielefelder Lokschnuppen vor (verschoben vom 13. April 2021). Erworbene Tickets bleiben gültig.

So ist das mit Reiseabenteuern manchmal. Unwägbarkeiten und Hindernisse gehören nicht selten dazu. Doch Reisende lassen sich bekanntlich ungern aufhalten.

Nach mehr als einem halben Jahr Pause meldet sich Max Giesinger mit neuer Single zurück – und das mit einer unmissverständlichen Ansage: „Irgendwann ist jetzt!“ „Ich will nicht länger warten, dass was passiert“ leitet er in den Chorus ein, und wer könnte es mehr fühlen als wir alle? „Irgendwann ist jetzt“ liefert nicht nur den ersten Vorgesmack auf sein neues Album, dass noch 2021 erscheinen wird, sondern auch den neuen Tourtitel.

Der Junge mit der Gitarre, der einst in Fußgängerzonen spielte und sein erstes Album „Laufen lernen“ durch Crowdfunding finanzieren musste, zählt heute zu den

relevantesten deutschen Popkünstlern. Hits wie „80 Millionen“, „Wenn sie tanzt“ und „Auf das, was da noch kommt“ haben zu einem der rasantesten Karriereaufstiege der jüngeren deutschen Musikgeschichte beigetragen. Hits, die inzwischen wirklich jeder kennt – egal ob jung oder alt. Oder um es mit seinen Worten zu sagen: „Verrückt, was in ein paar Jahren so passiert.“

Mit 32 Jahren hat sich Max Giesinger vor allem die Freiheit herausgenommen, mal Ruhe einkehren zu lassen. Dafür war er offline. Und das für einige Monate. Fokussiert auf sich selbst und auf seine Songideen, die ihm im Kopf herumschwirrten. „Ich fange endlich an zu glauben, dass alles was ich brauche, schon immer in mir steckt“, ist eine starke Erkenntnis und vielleicht die wichtigste Zeile seiner neuen Single, die er im Sommer 2020 mit seinem besten Kumpel Steffen Graef und Joe Walter geschrieben hat. Es ist eine Hymne der Eigenverantwortung geworden. Und Hymnen kann Max Giesinger wie kaum ein Zweiter in diesem Land.

„Irgendwann ist jetzt“ ist ein großartiger Auftakt für ein neues Album.



In den Songs des neuen Albums lässt Max Giesinger nichts unangetastet: Kindheit, Familie, die eigene Beziehungsunfähigkeit. Foto: Christoph Köstlin

Sein Hüftschwung bleibt unvergessen

„Elvis – Das Musical“ geht erneut auf Tour

Bielefeld. Elvis Presley verstarb am 16. August 1977 im Alter von 42 Jahren. Für seine Fans lebt der „King of Rock’n’Roll“ immer noch – zumindest in ihren Herzen. „Elvis – Das Musical“ bringt die Magie rund um die Ikone zurück auf die Bühne: am Donnerstag, 24. Februar 2022, in der Stadthalle Bielefeld. „Elvis – Das Musical“ präsentiert in zweieinhalb Stunden sein gesamtes musikalisches Repertoire: von Gospel über Blues bis hin zu hemmungslosem Rock’n’Roll – und lässt sein Leben in ausgewählten Schlaglichtern Revue passieren. Höhepunkt der Show ist das legendäre Konzert aus dem Jahr 1973 auf Hawaii, das erste Konzert, das weltweit live im TV übertragen wurde.

Die Hommage an den „King“ hat mit Grahame Patrick einen der weltweit „besten Elvis-Darsteller seit Elvis“ in ihren Reihen. Zusammen mit erstklassigen Sän-

gerinnen und Sängern, Schauspielern, Showgirls und der siebenköpfigen „Las Vegas Showband“ gestaltet er die Show. Hits wie „Love me tender“, „Jailhouse Rock“, „Suspicious minds“,

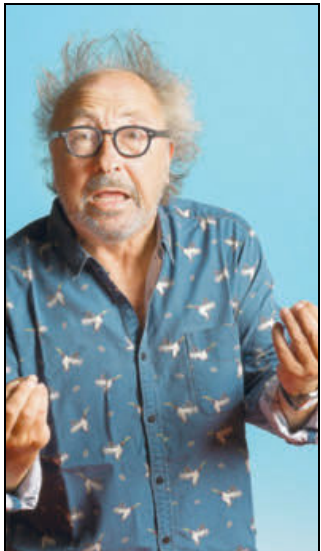
aber auch Gospelsongs wie „Why me, Lord?“ und „How great thou art“, den Weggefährte Ed Enoch 1977 bei Elvis Presleys Beerdigung gesungen hat, werden live interpretiert.



Grahame Patrick, einer der weltweit besten Elvis-Darsteller, bringt die Magie rund um die Rock’n’Roll-Ikone zurück auf die Bühne. Foto: COFO Entertainment

Wie ein Rafting-Trip

Urban Priol präsentiert neues Programm „Im Fluss.“



Urban Priol gilt auch der Kritik als unbequem. Foto: PALM

Paderborn/Beverungen. „Man kann nicht zwei Mal in den gleichen Fluss steigen“, zitiert Urban Priol Heraklit. „Alles Sein ist Werden.“ Urban Priol denkt dabei an den Berliner Großflughafen und merkt, dass der alte Grieche recht hatte.

„Alles Sein ist Werden“ – zu diesem Schluss kommt Urban Priol regelmäßig, wenn er kurz vor der Deadline an seinem Presstext sitzt. Einem Fluss im ständigen Wandel gleich ist auch sein neues Programm, und so trägt es den Titel „Im Fluss.“ Der Kabarettist präsentiert es am Donnerstag, 5. Mai 2022, in der Paderhalle in Paderborn (vormals 14. Januar 2021) und am Freitag, 27. Mai 2022, in der Stadthalle in Beverungen

(vormals für 29. April 2021).

Mit Argusaugen verfolgt der 59-Jährige den steten Strom des politischen Geschehens, auch wenn ihn besonders die großkoalitionäre deutsche Politik der vergangenen Jahre eher an einen Stausee erinnert als an ein fließendes Gewässer. Priol ist immer am Puls der Zeit, spontan und tagesaktuell spottet er oft schneller als sein Schatten denken kann, bringt komplexe Zusammenhänge auf den Punkt und verwandelt undurchsichtige Strudel in reines Quellwasser.

Für Kritiker ist „Im Fluss.“ wie ein Rafting-Trip, „der mit rasantem Tempo über Absätze und an Felsen vorbei durch wild schäumende Stromschnellen führt“.

Was für eine Frau! Was für eine Stimme!

Tributeshow „Tina – The Rock Legend“ feiert Ausnahmekünstlerin



Tina Turners Markenzeichen waren neben ihrer Stimme ihre provokanten Outfits, die wilde Löwenmähne und ihre sagenhafte Bühnenpräsenz. Foto: Oliver Lückmann

Paderborn/Beverungen.

Was für eine Frau! Was für eine Stimme! Was für eine Karriere! Im November 2019 blickte Tina Turner auf 80 Lebensjahre voller Höhen und Tiefen, vor allem aber auf eine grandiose, weltumspannende Karriere zurück.

Tina Turner selbst hat sich von der Bühne schon vor vielen Jahren verabschiedet und lebt heute zurückgezogen mit ihrem Mann in der Schweiz. Doch solange es begabten musikalischen Nachwuchs gibt, kann man ihre größten Erfolge weiterhin live und hautnah erleben. Möglich am Mittwoch, 23.

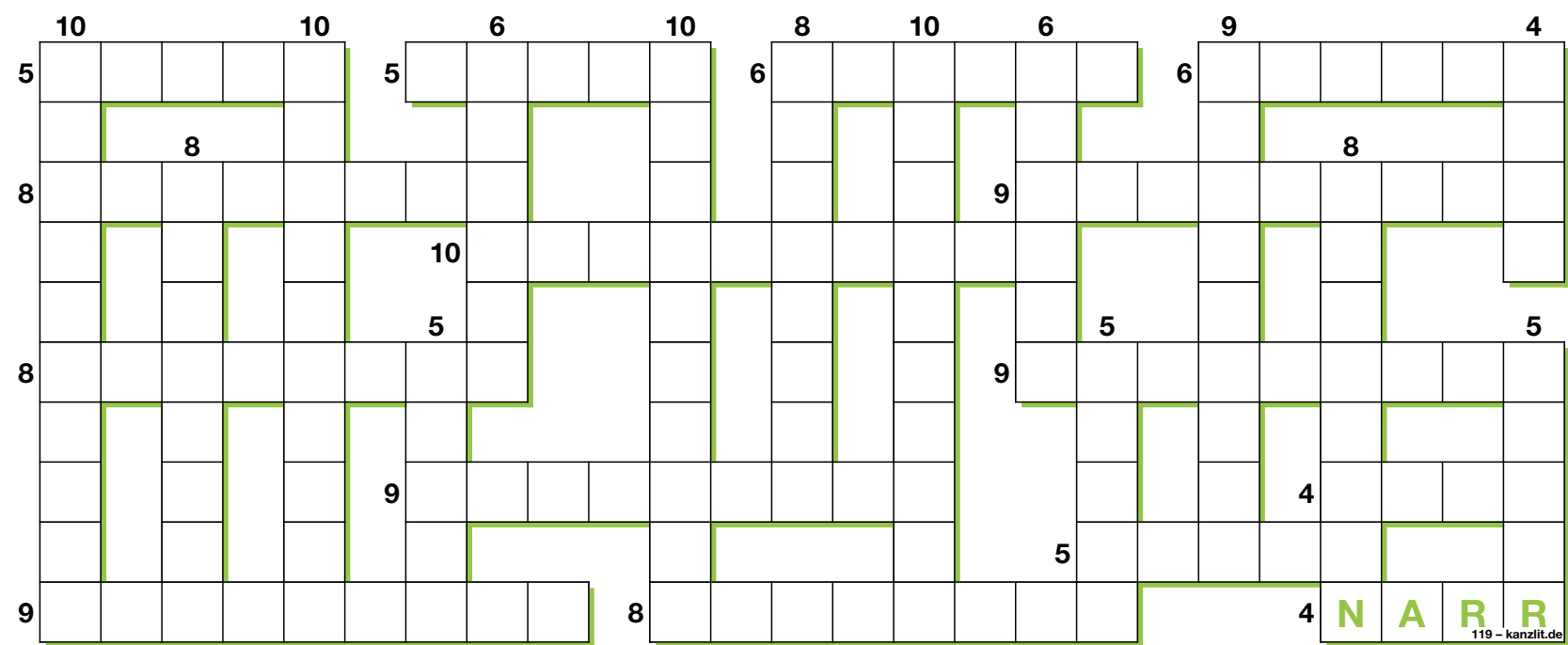
März 2022, in der Paderhalle in Paderborn (Ersatztermin für 8. April 2021) und am Donnerstag, 24. März 2022, in der Stadthalle Beverungen (9. April 2021), wenn dort die Tributeshow „Tina – The Rock Legend“ zu Gast ist. Karten bleiben gültig.

„Break every rule“ – der Titel dieser Show ist Programm. Es wird optisch viel Wert auf Details gelegt und bietet mit entsprechender Licht- und Tontechnik die Rahmenbedingung für eine elektrisierende Performance der Sänger, Musiker und Tänzer. Ein Hit jagt den nächsten.

Rätsel

Nr. 14, Samstag, 3. April 2021

GITERRÄTSEL Setzen Sie die aufgeführten Wörter so ein, dass sich ein Kreuzworträtsel ergibt.



4 BUCHSTABEN: ETNA – SENF

5 BUCHSTABEN: ANNAM – EICHE – EIFER – HARFE – SET-UP – ZWEIG

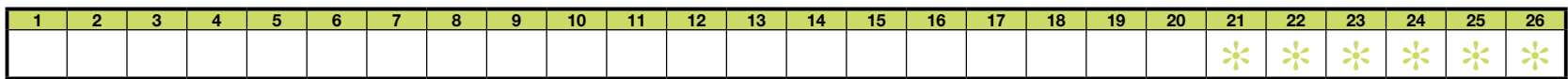
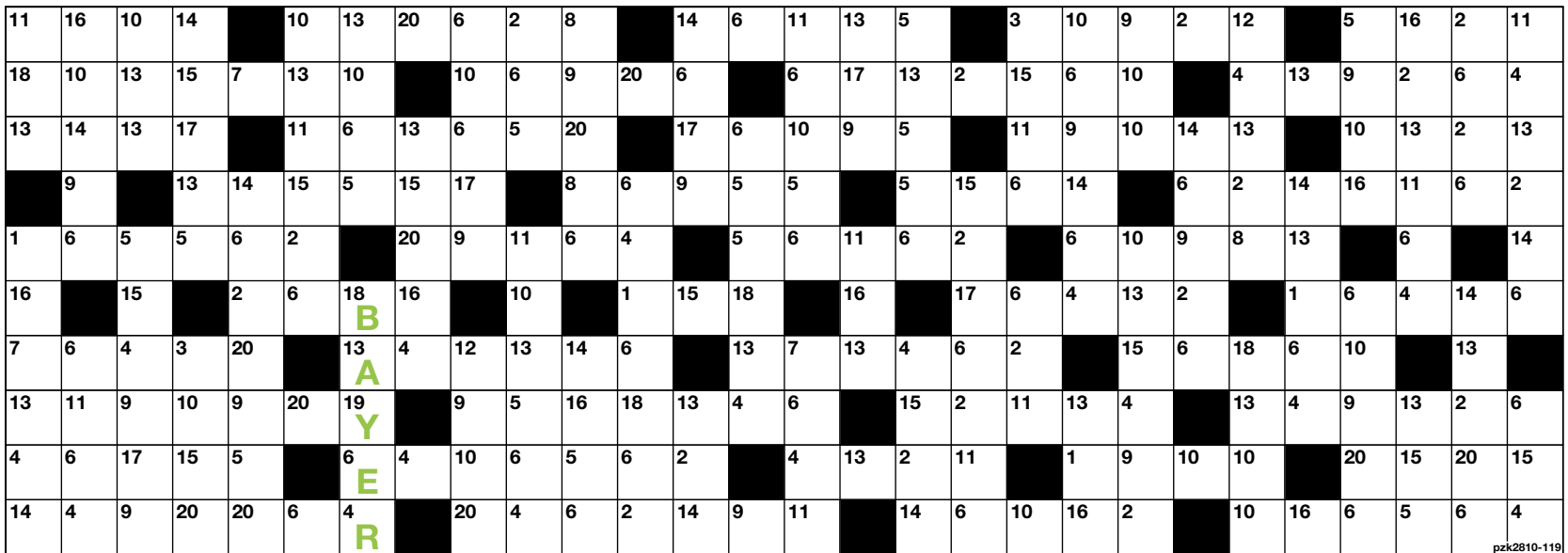
6 BUCHSTABEN: ERGUSS – GANOVE – SOMMER – WIMPER

8 BUCHSTABEN: EDELDAME – LINOLEUM – NACHREDE – NENNWERT –
SCHUBSEN – SINGULAR

9 BUCHSTABEN: ENTNEHMEN – GEKNISTER – MALKASTEN – NEUIGKEIT – REISSUPPE

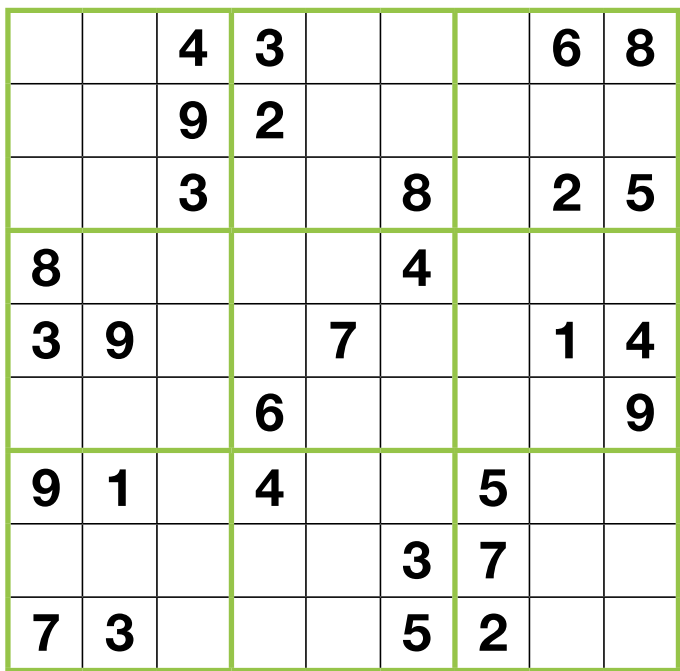
10 BUCHSTABEN: GEIZKRAGEN – GELAECHTER – PELZMUETZE –
PURZELBAUM – SALATSOSSE

ZAHLENKREUZWORTRÄTSEL Wenn Sie die Zahlen durch Buchstaben ersetzen, erhalten Sie ein vollständiges Kreuzworträtsel.



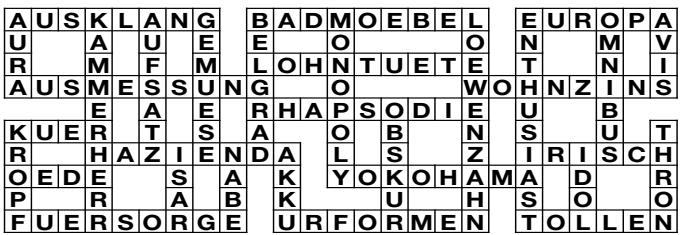
SUDOKU

Das Diagramm ist mit den Zahlen 1 bis 9 aufzufüllen. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und jeder Spalte sowie in jedem 3x3-Feld nur ein Mal vorkommen.



AUFLÖSUNGEN DER LETZTEN RÄTSEL

GITERRÄTSEL



ZAHLNENKREUZWORTRÄTSEL

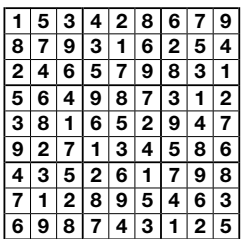


1=N, 2=E, 3=U, 4=Z, 5=T, 6=B, 7=F.

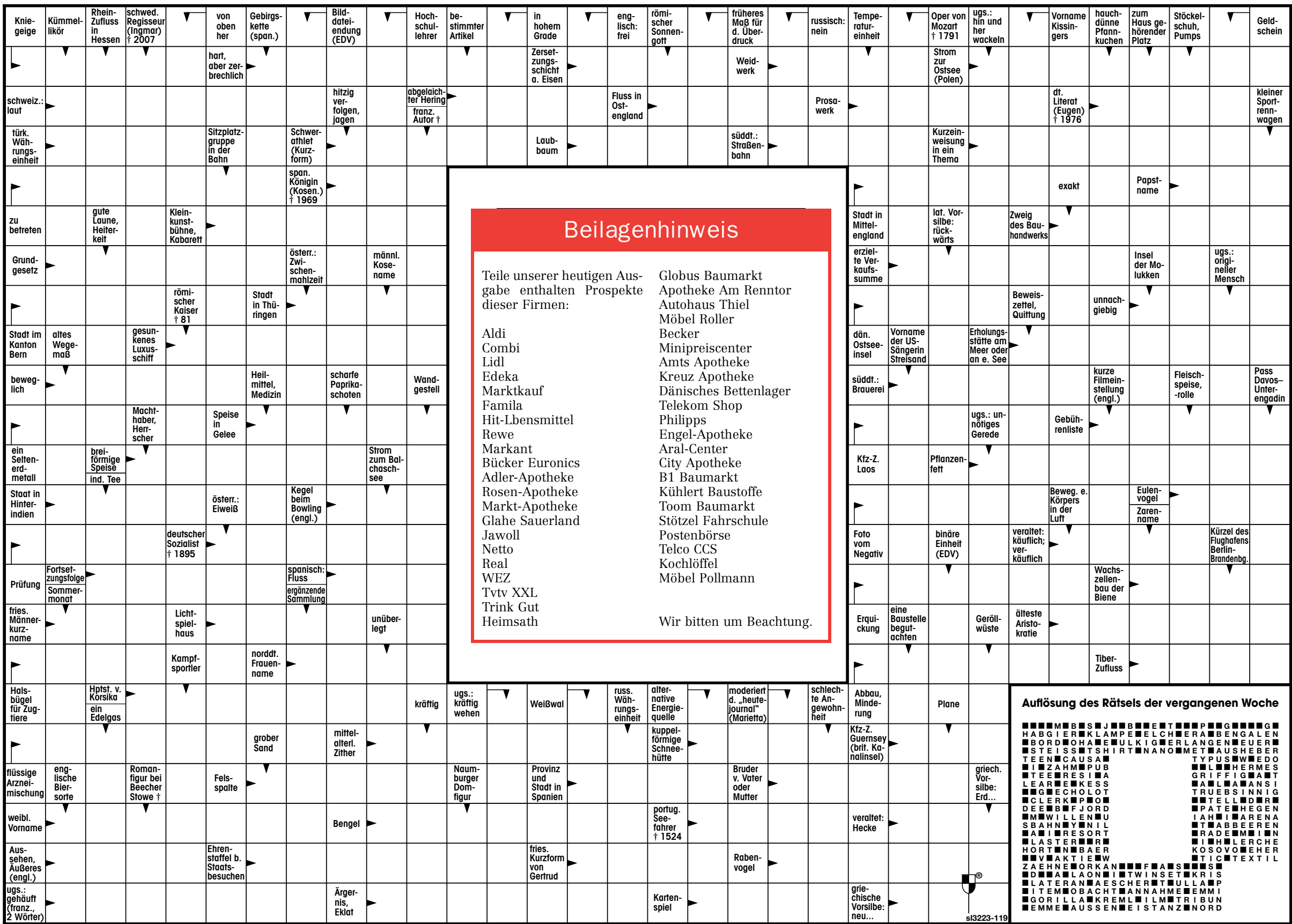
8=D, 9=A, 10=L, 11=I, 12=M, 13=G

14=R, 15=K, 16=V, 17=S, 18=W,

19=P, 20=C, 21=J, 22=O, 23=H



SUDOKU



Stellenmarkt

**HIDDENHAUSEN**

➔ Wir stellen ein:

Sachbearbeiter/in (m/w/d)
für Anlagenbuchhaltung/Controlling
• EG 10 TVöD-VKA bzw. A11 LBesG, unbefristet in Vollzeit

➔ Ihr Aufgabengebiet:

- Anlagenbuchhaltung
- Weiterentwicklung der KLR
- Verantwortung für die Inventur
- unterjähriges Berichtswesen
- Steuerungsunterstützung für die Verwaltungsführung
- Durchführung von Analysen und Wirtschaftlichkeitsberechnungen

➔ Sie bringen mit:

- betriebswirtschaftliches Studium oder
- Diplom-Verwaltungswirt/in oder Bachelor-Abschluss eines vglb. Studiengangs der öffentlichen Verwaltung oder
- Verwaltungsfachwirt/-in (AL II)
- Erfahrungen in der Anlagenbuchhaltung/Controlling

➔ Die ausführliche Stellenbeschreibung finden Sie auf der Homepage.

➔ Interessiert?
• Bewerben Sie sich bitte bis zum **18.04.2021** über unser Online-Formular

Gemeinde Hiddenhausen • Rathausstraße 1 • 32120 Hiddenhausen
Jutta Schnitker • Tel.: 05221 964335 • bewerbung@hiddenhausen.de
www.hiddenhausen.de/rathaus/stellenanzeige

Jetzt bewerben.

Die Stadt Verl sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt

**Stadt Verl**
Ein guter Grund.

Sozialpädagoginnen/ Sozialpädagogen bzw. Sozialarbeiterinnen/ Sozialarbeiter (m/w/d)
für den Allgemeinen Sozialen Dienst (ASD)
in Voll- und Teilzeit. Es handelt sich sowohl um unbefristete als auch zeitlich befristete Stellen.
Das vollständige Anforderungsprofil sowie weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.verl.de in der Rubrik Stellenangebote. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Seit 45 Jahren zählt HEGLA zu den Technologie- und Marktführern rund um den Zuschnitt und die Verarbeitung von Flach-, Fahrzeug- und Funktionsglas. Mehr als 700 ambitionierte und kompetente Mitarbeiter setzen sich weltweit für die HEGLA-Gruppe ein. Darum wachsen wir national und international weiter.

**HEGLA**



Wir suchen für unser Team:

Leiter Finanzbuchhaltung (m/w/d)

Wir freuen uns auf Sie als zukünftige Leitung (m/w/d) der Konzernbuchhaltung der HEGLA-Gruppe. Im Rahmen Ihrer neuen Tätigkeit stehen Sie unseren internationalen Tochtergesellschaften als Ansprechpartner zur Seite. Sie übernehmen die fachliche und disziplinarische Verantwortung für ein mehrköpfiges Team und erstellen unter anderem die Monats-, Quartals- sowie Jahresabschlüsse. Ihre Mitarbeiter profitieren von Ihrer fachlichen Expertise. Im Rahmen des Reportings berichten Sie direkt an die Geschäftsführung.
Ihr Profil:

- Sie verfügen über ein abgeschlossenes Studium in einem relevanten Bereich oder Sie sind ausgebildeter Bilanzbuchhalter (m/w/d) bzw. haben eine entsprechende Qualifikation mit entsprechender Berufserfahrung,
- Kommunikations- und Teamstärke prägen Ihre Persönlichkeit ebenso wie eine Hands-on-Mentalität und eine hohe soziale Kompetenz,
- Sehr gute Kenntnisse im Bereich der Konzernbuchhaltung,
- Gute Deutsch- und Englischkenntnisse,
- Sie haben Freude an der Weiterentwicklung eines international erfolgreichen Unternehmens des Sondermaschinenbaus.

Finanzbuchhalter (m/w/d)

Als neuer Mitarbeiter (m/w/d) unserer Finanzbuchhaltung der HEGLA-Gruppe unterstützen Sie uns in den Bereichen Debitoren, Kreditoren sowie im Zahlungsverkehr. Sie prüfen und kontieren Rechnungen, bearbeiten Reisekosten, erstellen Umsatzsteuervoranmeldungen und unterstützen bei der Erstellung von Monats- und Jahresabschlüssen.
Ihr Profil:

- Sie verfügen über eine erfolgreich abgeschlossene kaufmännische bzw. steuerfachliche Ausbildung oder vergleichbare Qualifikation,
- Idealerweise verfügen Sie über eine mehrjährige berufliche Praxis in der Finanzbuchhaltung eines produzierenden Unternehmens,
- Wünschenswert sind Erfahrungen im Umgang mit einer Rechnungswesensoftware wie z.B. Diamant/3,
- Kommunikations- und Teamstärke prägen Ihre Persönlichkeit,
- Gute Deutsch- und Englischkenntnisse,
- Sie haben Interesse an der Mitarbeit in einem international tätigen Unternehmen des Sondermaschinenbaus.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann freuen wir uns darauf, Sie kennenzulernen.
Wir bieten Ihnen eine abwechslungsreiche Position mit Eigenverantwortung, die wir gerne leistungsgerecht vergüten. Weiterhin profitieren Sie von der langfristigen Perspektive eines Hightech-Unternehmens, das für die Herausforderungen der Zukunft gut aufgestellt ist und sich als heimischer Arbeitgeber zu seinen Standorten und Qualität „Made in Germany“ bekennt.
Ihre Bewerbung senden Sie bitte an Fr. Brökel, die Sie bei weiteren Fragen gerne kontaktieren können (E-Mail: jobs@hegla.de • Telefon: 0 52 73 / 9 05-103).

HEGLA GmbH & Co. KG
Industriestraße 21 • 37688 Beverungen
Tel.: 0 52 73 / 9 05-0 • Fax: 0 52 73 / 9 05-2 52
jobs@hegla.de • www.hegla.com/karriere

Lust auf Karriere?!

Die Stadt Gütersloh sucht Sie als:

**Gütersloh**

Leitung Dienstgruppe (m/w/d)
(A 11 LBesO A NRW)
im Fachbereich Feuerwehr

Ingenieur*in Versorgungstechnik (m/w/d)
mit Schwerpunkt Gebäudetechnik
(EG 11 TVöD)
im Fachbereich Technisches Gebäudemanagement

IT-Administrator*in (m/w/d)
(EG 9a TVöD)
im Fachbereich Personal, Organisation und IT

Gärtner*in (m/w/d)
Fachrichtung Garten- und Landschaftsbau
(EG 6 TVöD)
im Fachbereich Grünflächen

Klimabeauftragte*r (m/w/d)
(EG 11 TVöD)
im Fachbereich Umweltschutz

HIER BEWERBEN: www.karriere.guetersloh.de

#TEILDESTEAMS

**POLIZEI**
Nordrhein-Westfalen
Kreis Gütersloh

Bei der Kreispolizeibehörde Gütersloh sind folgende Stellen zu besetzen:

1. Sachbearbeiter/in (m/w/d)
für das behördliche Gesundheitsmanagement
Es handelt sich um eine unbefristete Vollzeitstelle nach Entgeltgruppe 9a TV-L am Dienstort Gütersloh.

2. Sachbearbeiter/in (m/w/d) im Erkennungsdienst
Es handelt sich um eine unbefristete Teilzeitstellen (0,5 Stellenanteile) nach Entgeltgruppe 9a TV-L am Dienstort Gütersloh.

Sind Sie interessiert? Nähere Informationen und die vollständigen Ausschreibungstexte finden Sie auf unserer Internetseite <https://guetersloh.polizei.nrw>.

Gesucht: der ideale Bewerber.
Erfolgreich, zuverlässig, motiviert.

WESTFALEN-BLATT
die Lokalzeitung!
STELLENMARKT

**STADTMARKETING RIETBERG**

**GARTENSCHAUPARK RIETBERG**

Die Gartenschau Park Rietberg GmbH und die Stadtmarketing Rietberg GmbH (Kreis Gütersloh, 30.000 Einwohner) suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt

eine neue Geschäftsführung (w/m/d)
Es handelt sich um ein unbefristetes Beschäftigungsverhältnis in Vollzeit.
Den vollständigen Text dieser Stellenausschreibung finden Sie im Internetangebot der Stadt Rietberg unter „Rathaus, Stellenangebote“.
Bewerbungsfrist: **01.05.2021**
Für weitergehende Auskünfte stehen Ihnen der Aufsichtsratsvorsitzende der Gartenschau Park Rietberg GmbH, Andreas Sunder, Tel. 05244/986-214 oder Frau Burghardt, Tel. 05244/986-226 gerne zur Verfügung.

WESTFALEN-BLATT
die Lokalzeitung!
STELLENMARKT

Wenn es um Fach- und Führungskräfte geht:

**WIRUS FENSTER**



Zur Verstärkung in der WIRUS-Produktion sucht unser engagiertes und erfolgreiches Team:

handwerklich geschickte Kollegen (m/w/d)
Kommen Sie herein und schauen Sie sich bei uns um:
Mit 230 Mitarbeitern produzieren wir in Rietberg-Mastholte jährlich rund 125.000 Fenster und 10.000 Haustüren. Dabei handelt es sich ausschließlich um Maßanfertigungen. Modernste Fertigungstechnologien und handwerkliches Können ergänzen sich in unserer Produktion optimal und sind Garant für die hohe Qualität der Produkte.
Das bieten wir Ihnen:

- ☐ Ein sehr gutes Betriebsklima in einem gewachsenen Team, das Spaß an der gemeinsamen Arbeit hat
- ☐ Einen respektvollen Umgang miteinander auf Augenhöhe
- ☐ Eine moderne und offene Unternehmenskultur
- ☐ Eine intensive Einarbeitung
- ☐ Einen sicheren und langfristig ausgelegten Arbeitsplatz
- ☐ Ein Höchstmaß an Arbeitssicherheit, Arbeitserleichterungen und Gesundheitsschutz
- ☐ Eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit plus Entwicklungsmöglichkeiten
- ☐ Eine attraktive Vergütung plus Zusatzleistungen sowie die üblichen Sozialleistungen

Das werden Ihre Aufgaben sein:

- ☐ Fertigung von Fenstern, Hebeschiebetüren und Haustüren
- ☐ Zuschnitt und Fertigung der unterschiedlichen Elemente
- ☐ Montage von Zubehör (z.B. Rollladenkästen)
- ☐ Verglasung

Darauf legen wir Wert:

- ☐ Technisches Verständnis
- ☐ Flexibilität und Teamfähigkeit
- ☐ Bereitschaft zur Schichtarbeit (Früh- und Spätschicht)
- ☐ Selbstständiges Arbeiten und Erkennen von Prioritäten
- ☐ Zuverlässige und verantwortungsbewusste Arbeitsweise

Interessiert?
Dann möchten wir Sie sehr gerne kennen lernen und freuen uns auf Ihre Bewerbung an:
Herrn Martin Lahme, E-Mail: m.lahme@wirus-fenster.de, Telefon: (02944) 983-221
WIRUS Fenster GmbH & Co. KG • Westenholzer Straße 98 • 33397 Rietberg-Mastholte

www.wirus-fenster.de
XXL – DIE IDEE, DIE UNS TRÄGT: 100% QUALITÄT UND 100% SERVICE.



Sie suchen eine neue Herausforderung?
Sie arbeiten gern im Team und wünschen sich ein neues Tätigkeitsfeld? Dann bewerben Sie sich zu sofort für die Position als
Mitarbeiter/in für die Finanzbuchhaltung (m/w/d)
in Teilzeit.
Fachlicher Voraussetzungen:

- Kaufmännische Ausbildung
- Berufserfahrung
- Gute EDV-Kenntnisse

Persönliche Voraussetzungen:

- Verantwortungsbewusstsein
- Genauigkeit
- Belastbarkeit
- Flexibilität
- Selbstständiges Arbeiten

Tätigkeiten/Aufgaben:

- Buchung von allen anfallenden Geschäftsvorfällen
- Warenwirtschaft • Angebotsschreiben • Rechnungserstellung • Allgemeine Verwaltungsaufgaben

Sind Sie interessiert?
Dann bewerben Sie sich schriftlich oder per E-Mail!

PREISWERT + KOMPETENT

expert
Bewerben Sie uns im Internet! <http://www.expert.de/Bewerbungen>
BEVERUNGEN
TV • Video • HiFi • Elektro • CD • Telekom • Car-HiFi • Computer • Service
Paderborn • Bayernweg 60-64 • Tel. 0 52 51 / 14 44-0 • Fax 14 44-34
Bewerbungen bitte an: expert@beverungen.com



**Hasenhoff**
SEIT 1958
...macht Appetit auf mehr

Wir suchen zu sofort oder später einen gelernten
Fleischereifachverkäufer (m/w/d)
in Teil- oder Vollzeit.
Senden Sie bitte Ihre aussagefähige, schriftliche Bewerbung an:
Fleischerfachgeschäft & Partyservice Hasenhoff GmbH
Waldbadstraße 25 • 33803 Steinhagen (Westf.)
Telefon (0 52 04) 35 17 • info@hasenhoff.de • www.hasenhoff.de

Wir bieten Ihnen in unserer Filiale in **Lübbecke** einen geringfügigen Arbeitsplatz (450 € Basis) als Urlaubs- und Krankheitsvertretung.

Verkäufer (w/m/d) für sofort gesucht

- individuelle und familienfreundliche Arbeitszeiten ohne WE Dienste
- Urlaubsanspruch und LFZ im Krankheitsfall

Bitte bewerben Sie sich online unter: bewerbung@toenjes.ag

Schilder Steininger GmbH • Postfach 1726
27737 Delmenhorst • ☎ 04221/795 – 435
www.toenjes-holding-ag.de



WIR SUCHEN SIE!

KAUFFRAU/-MANN
im Einzelhandel,
Bereiche Schlafen, Wohnen,
Bad und Gartenmöbel
in Voll- und Teilzeit (m/w/d)



JETZT BEWERBEN!
bewerbung@hansel-moebel.de
oder rufen Sie an 0 29 44 / 985-0 oder per Video / Social Media

Alles von

EINRICHTUNGSHAUS

hansel

www.hansel-moebel.de | Knäppenstraße 26-30 | 33129 Delbrück-Westenholz   

Stellenmarkt



Wir bilden aus!

Bachelor of Laws (duales Studium) - Beamtenanwärterinnen/-anwärter (m/w/d) für die Laufbahngruppe 2, erstes Einstiegsamt -

Ausbildungsbeginn: 01.09.2022
erforderlicher Schulabschluss: Allgemeine Hochschulreife oder vollständige Fachhochschulreife
späterer Einsatzbereich: Kreisverwaltung Herford oder Jobcenter Herford

Verwaltungsfachangestellte (m/w/d)

Ausbildungsbeginn: 01.08.2022
erforderlicher Schulabschluss: Fachoberschulreife
späterer Einsatzbereich: Kreisverwaltung Herford

Verwaltungswirtinnen/Verwaltungswirte (m/w/d) (Ausbildung für das Jobcenter Herford)

Ausbildungsbeginn: 01.08.2022
erforderlicher Schulabschluss: Fachoberschulreife
späterer Einsatzbereich: Jobcenter Herford

Sie möchten vor dem Start in das Berufsleben zunächst Lebenserfahrung sammeln und sich sozial engagieren? Der Kreis Herford bietet Ihnen auch die Möglichkeit, einen

Bundesfreiwilligendienst

zu absolvieren! Alle Angebote finden Sie auf unserer Internetseite.

Weitere Informationen zu den Ausbildungen und den Einstellungsvoraussetzungen erhalten Sie auf unserer Internetseite www.kreis-herford.de/ausbildung oder telefonisch von Lina Römhild (Tel. 05221/13-1369) und Carina Luchtmeier (Tel. 05221/13-1359).

Wir freuen uns, wenn Sie für Ihre Bewerbung **bis zum 27.04.2021** unser Online-Bewerbungsportal auf unserer Internetseite www.kreis-herford.de/Stellenangebote nutzen.

Bei der Stadt Marsberg ist zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Stelle als

Sachbearbeiter/in (m/w/d) im Sozialamt

zu besetzen.

Es handelt sich um eine unbefristete Vollzeitbeschäftigung. Die Teilbarkeit der Stelle ist grundsätzlich gegeben.

Detaillierte Informationen und bequeme Online-Bewerbung: www.marsberg.de/stellenangebote

Servicetechniker für Druck- und Multifunktionssysteme (m/w/d)

Stellenausschreibung unter: Kreisch.com

KREISCH Bürotechnik GmbH & Co. KG | Carl-Zeiss-Str. 4 | 33334 Gütersloh

...weil Sie mehr verdienen!

Seit 45 Jahren zählt HEGLA zu den Technologie- und Marktführern rund um den Zuschnitt und die Verarbeitung von Flach-, Fahrzeug- und Funktionsglas. Mehr als 700 ambitionierte und kompetente Mitarbeiter setzen sich weltweit für die HEGLA-Gruppe ein. Darum wachsen wir national und international weiter.

Wir suchen für unser Team:

- Softwareentwickler Hochsprachen / HMI-Programmierer (m/w/d)
- SPS-Programmierer / Automatisierungstechniker (m/w/d)

Ein hoher Grad an Automation und Vernetzung zeichnen unsere Maschinen und Anlagen für die glasverarbeitende Industrie aus. Als neuer Mitarbeiter (m/w/d) unserer Elektrotechnik entwickeln und optimieren Sie die HMI Applikationen für unsere anspruchsvollen Anlagen, die in der Glasindustrie weltweit im Einsatz sind. Sie passen unsere User Interfaces an die technischen Anforderungen und den Kundenbedarf an und überführen diese in neue oder bestehende Systeme. Als Spezialist für Ihr Projekt unterstützen Sie uns fallbezogen bei der Inbetriebnahme Ihrer Lösungen oder durch entsprechende Hilfestellungen für Ihre Kollegen. Darüber hinaus stehen Sie unserer Dokumentation, unserer Schaltplankonstruktion sowie unserem Support-Team als Ansprechpartner zur Seite.

Ihr Profil:

- Abgeschlossenes Studium der Automatisierungstechnik, Elektrotechnik oder vergleichbare Qualifikation bzw. Ausbildung oder Berufserfahrung,
- Sie verfügen über Erfahrungen in der Programmierung mit HMI-Tools,
- Gute Kenntnisse in C++,
- Idealerweise haben Sie auch Kenntnisse mit SQL und HTML,
- Wünschenswert sind erste Erfahrungen in einem Unternehmen im Bereich des Maschinenbaus,
- Sie haben Interesse an der Mitarbeit in einem Team,
- Fremdsprachenkenntnisse (Englisch oder andere),
- Reisebereitschaft für die Projektabwicklung im In- und Ausland.

Begleiten Sie uns auf dem Weg in die digitale Zukunft und unterstützen Sie uns aktiv bei der Umsetzung unserer Industrie 4.0 Strategie „HEGLA 2025“. Tragen Sie mit Ihrem Know-how zur Weiterentwicklung und Implementierung speicherprogrammierbarer Steuerungen (SPS) bei und profitieren Sie von den Erfahrungen eines interdisziplinären Teams. Gemeinschaftlich erarbeiten Sie Automations- und Softwarelösungen immer mit dem Ziel, unsere Produkte noch bedienerfreundlicher und intelligenter zu machen. Im Rahmen Ihrer internationalen Projekte begleiten Sie die Maschinen von der Konzeption, über den Testaufbau bis hin zur Inbetriebnahme bei uns im Werk und bei unseren Kunden vor Ort.

Ihr Profil:

- Abgeschlossenes Studium beispielsweise der Automationstechnik, Elektrotechnik oder vergleichbare Qualifikation bzw. Ausbildung oder Berufserfahrung,
- Erfahrung in der Programmierung von SPS-Steuerungen (Codesys / strukturierter Text) sowie mit der Konzeption von Steuerungsstrategien wird vorausgesetzt,
- Idealerweise haben Sie erste Erfahrung mit der Inbetriebnahme von Maschinen und Anlagen,
- Gute Deutschkenntnisse sowie Englischkenntnisse in Wort und Schrift sind wünschenswert,
- Sie haben Interesse an der Mitarbeit in einem Team,
- Reisebereitschaft für die Projektabwicklung im In- und Ausland.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann freuen wir uns darauf, Sie kennenzulernen.

Wir bieten Ihnen eine abwechslungsreiche Position mit Eigenverantwortung, die wir gerne leistungsgerecht vergüten. Weiterhin profitieren Sie von der langfristigen Perspektive eines Hightech-Unternehmens, das für die Herausforderungen der Zukunft gut aufgestellt ist und sich als heimischer Arbeitgeber zu seinen Standorten und Qualität „Made in Germany“ bekennt.

Ihre Bewerbung senden Sie bitte an Fr. Brökel, die Sie bei weiteren Fragen gerne kontaktieren können (E-Mail: jobs@hegla.de • Telefon: 052 73 / 9 05-103).

HEGLA GmbH & Co. KG

Industriestraße 21 • 37688 Beverungen
Tel.: 0 52 73 / 9 05-0 • Fax: 0 52 73 / 9 05-2 52
jobs@hegla.de • www.hegla.com/karriere

WESTFALEN-BLATT

die Lokalzeitung

STELLENMARKT

Wir suchen zum nächstmöglichen Termin eine

Medizinische Fachangestellte

oder MTA oder ZFA (m/w/d) in Vollzeit.

Wir bieten eine interessante Tätigkeit, ein freundliches und aufgeschlossenes Team, geregelte Arbeitszeiten ohne Dienstbereitschaft, Fortbildungsmöglichkeiten sowie eine übertarifliche Vergütung.

Gern erwarten wir Ihre Bewerbung schriftlich oder per E-Mail.

Praxis Dr. med. M. Haesner • Am Dreifaltigkeitshospital
Klosterstraße 31 • 59555 Lippstadt • info.haesner@web.de

Stellenausschreibung

Die Abteilung Wirtschaftsförderung und Grundstücksangelegenheiten der Stadt Rietberg (Kreis Gütersloh, 30.000 Einwohner) sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Sachbearbeiter/in für Wirtschaftsförderungs- und Grundstücksangelegenheiten (m/w/d)

Es handelt sich um ein unbefristetes Beschäftigungsverhältnis mit einer wöchentlichen Arbeitszeit von 20 Stunden. Die Eingruppierung erfolgt nach Entgeltgruppe 7 TVöD. Den vollständigen Text lesen Sie bitte im Internetangebot der Stadt Rietberg unter „Rathaus, Jobangebote“. Bewerbungsfrist: **24.04.2021**

Telefonische Auskünfte erhalten Sie bei Frau Pörtner unter der Rufnummer 05244/986-240 und unter der Rufnummer 05244-986226 (Frau Burghardt).

Für unseren Standort in Schloß Holte-Stukenbrock suchen wir zum nächstmöglichen Termin einen

IMMOBILIENKAUFMANN w/m/d

oder einen **BÜROKAUFMANN w/m/d** mit Erfahrungen im Bereich der Mietverwaltung

in Teilzeit. Eine mehrjährige Berufserfahrung ist wünschenswert.

Ihre aussagekräftige Bewerbung senden Sie bitte per Mail an: bewerbung@baubuero-liedtke.de

oder schriftlich an: **Hausverwaltung Liedtke**
Holter Straße 4-6, 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Tel. 0 52 07 / 99 101 20

Traumjob gesucht?

wb-jobs.de

ERFOLGREICH IM KREIS GÜTERSLOH

Gesucht wird für die Wirtschaftsförderungsgesellschaft im Kreis Gütersloh, die pro Wirtschaft GT GmbH, im Rahmen einer Nachfolge zum 01.10.2021 eine neue

GESCHÄFTSFÜHRUNG (m/w/d)

Gesucht wird eine Persönlichkeit, die mit großem Einsatz, ausgeprägtem Kommunikationsgeschick und einem hohen Innovationsgrad die Gesellschaft und den Kreis Gütersloh permanent weiterentwickelt.

Gewünscht wird ein abgeschlossenes Studium in einer der Funktion angemessenen Fachrichtung und umfangreiche Erfahrung in der Zusammenarbeit mit Wirtschaft und kommunalen Strukturen.

Den vollständigen Ausschreibungstext finden Sie unter: www.prowi-gt.de

Ihre Bewerbung, richten Sie bitte bis zum **26. April 2021** ausschließlich per E-Mail unter Nennung Ihrer Gehaltsvorstellungen und des frühestmöglichen Eintrittstermins an:

Landrat Sven-Georg Adenauer
Vorsitzender der Gesellschafterversammlung
der pro Wirtschaft GT GmbH
Kreis Gütersloh, 33334 Gütersloh
E-Mail: s.adenauer@kreis-guetersloh.de

Ingenieurbüro für Bauplanung und Bauleitung

Unser Büro plant und betreut Neu- u. Umbauten von Ein- u. Mehrfamilienhäusern, Büro- u. Verwaltungsgebäuden, Industrie- und Gewerbebauten. Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir für unsere Büros in Paderborn und Schloß Holte-Stukenbrock zum nächstmöglichen Termin je einen

ARCHITEKTEN o. BAUINGENIEUR w/m/d

alternativ auch Bautechniker w/m/d für die LPH 1-5 und 5-8 in Voll- oder Teilzeit.

Eine mehrjährige Berufserfahrung ist wünschenswert. Ihre aussagekräftige Bewerbung senden Sie bitte per Mail an: bewerbung@baubuero-liedtke.de

oder schriftlich an: **baubüro Liedtke**
Technologiepark 13, 33100 Paderborn
Tel. 0 52 51 / 29 868 20

Stellenausschreibung

Die Stadt Rietberg (Kreis Gütersloh, 30.000 Einwohner) sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Sachbearbeiter/in für die Abteilung Schule, Kultur & Sport (w/m/d)

Die Stelle ist nach A 10 LBesG bzw. EG 10 TVöD bewertet. Es handelt sich um eine unbefristete Vollzeitstelle. Den vollständigen Text dieser Stellenausschreibung finden Sie im Internetangebot der Stadt Rietberg unter „Rathaus, Stellenangebote“.

Bewerbungsfrist: **24.04.2021**

Telefonische Auskünfte erhalten Sie bei Herrn Bartels unter der Rufnummer 05244/986-205 oder Frau Burghardt 05244/986-226.

Mühlenkreiskliniken

Lisa R., Mitarbeiterin der Mühlenkreiskliniken

Elektroniker*in (m/w/d) für Betriebstechnik

Die Mühlenkreiskliniken suchen im Bereich der MKK-Technik/ „Abteilung Klimatechnik“ für den Standort Johannes Westling Klinikum Minden zum nächstmöglichen Zeitpunkt Verstärkung. Engagieren Sie sich mit uns für die Gesundheit der Menschen in Minden-Lübbecke – und darüber hinaus. **Bewerben Sie sich jetzt!**

Mehr Infos unter www.dein-krankenhaus.de

SPIELFILM



Phantastische Tierwesen: Grindelwalds Verbrechen

Fantasyfilm Im zweiten Teil der Reihe will der geflohene Zauberer Grindelwald die Welt ins Verderben stürzen: Albus Dumbledore (Jude Law, l.) braucht die Hilfe seines ehemaligen Schülers Newt (Eddie Redmayne). Der soll ihm dabei helfen, die düsteren Pläne Grindelwalds zu durchkreuzen, dass nur reinblütige Zauberer über alle nicht-magischen Wesen herrschen. Newt lässt sich darauf ein, obwohl er die lauernnden Gefahren nicht abschätzen kann. Er reist nach Paris um dort den mysteriösen, totgeglaubten Credence zu treffen. **Sonntag, 20.15 Sat.1**

DOKUMENTATION



Altern ohne alt zu werden

Dokumentation Eine Weisheit besagt: Alt werden ist schön – alt sein nicht. Jeder will gesund alt werden. Doch nur wenigen gelingt es. Die Doku zeigt, was das Altern effektiv verlangsamen kann und wie die Kraft der Natur dabei helfen kann, lange gesund zu bleiben. Der Altersforscher Sven Voelpel (Foto) z. Bsp. macht täglich einen Kopfstand. **Mittwoch, 20.15 RBB**

SERIE



SOKO Hamburg: Nachts auf dem Friedhof

Krimiserie Zum Start der 3. Staffel führt es die Ermittler der SOKO auf einen Friedhof: Der Gärtner Stöver wurde von einem Grabstein erschlagen. Oskar Schütz (Marek Erhardt, r.) ermittelt verdeckt am Tatort, und gelangt über Friedhofsgärtner „Harke“ (David Scheller) schnell an brisante Informationen über den Steinmetz Reichardt und der Ex des Opfers – der Chefin der Friedhofsgärtnerei. Oder stecken etwa doch die Jugendlichen dahinter, die sich nachts heimlich auf dem Gelände treffen? **Dienstag, 18.00 ZDF**

SHOW



Da kommst du nie drauf!

Show In drei neuen Folgen stellt Johannes B. Kerner (Foto) wieder jeweils zwei prominenten Rateteams höchst kuriose Fragen. Der Moderator war im Vorfeld der Sendung unterwegs und hat Fragen in Form von unterhaltsamen Einspielfilmen mitgebracht. Diesmal sind u. a. Michael Mittermeier, Petra Gerster und Reiner Calmund dabei. **Mittwoch, 20.15 ZDF**

KRIMI



Tatort: Der Herr des Waldes

TV-Krimi Die 18-jährige Jessi ist zu einem Date im Wald verabredet. Doch dort kommt sie nie an. Ein Jogger findet am folgenden Tag die Leiche der Schülerin mit brutalen Stichwunden im Herz und am Oberschenkel. Die Ermittler Leo Hölzer (V. Burlakov, l.) und Adam Schürk (D. Sträßer) gehen zunächst von einem Ritualverbrechen aus. Als sich Schürks Vater in die Ermittlungen drängelt, gibt es Probleme. **Montag, 20.15 ARD**

KINDER



Mary Poppins

Musikfilm In dem zeitlosen Disney-Klassiker wickelt das vom Wind herbeigewehte Kindermädchen Mary Poppins (Julie Andrews) mit etwas Magie und hinreißendem Charme die rebellischen und unerzogenen Racker der Familie Banks mitsamt deren gestrengem Vater um den Finger. So verwandelt sich deren Alltag in ein Reich der Fantasie. – Einfach „superkalifragilistikeksialigetisch“! **Sonntag, 20.15 Disney Channel**

SPORT



Sportschau

Bundesliga, 27. Spieltag Der FC Schalke (Foto: Sead Kolašinac) spielt eine Saison zum Vergessen: Mit 10 Punkten steht man am Ende der Tabelle und der Abstieg rückt immer näher. Das letzte Auswärtsspiel verlor man in Wolfsburg mit 5:0. Kann gegen Bayer Leverkusen noch die Wende kommen? Jessy Wellmer moderiert. **Samstag, 18.30 ARD**

Seereisedienst Vorteile

✓ 8 Tage Donauklassiker & mehr schon ab € 499,- p.P.

✓ 15 Tage Donaudelta & Eisernes Tor schon ab € 999,- p.P.

✓ nickoVISION Neubau 2018

Seereisedienst Preishit: Donau Premium Flusskreuzfahrten zu absoluten Sonderpreisen

nickoVISION Premiumklasse Superior^o

Reisetermine 2021

Reise 1

s) 10.05. - 17.05.21
s) 17.05. - 24.05.21
a) 07.06. - 14.06.21
b) 02.08. - 09.08.21
b) 09.08. - 16.08.21
b) 13.09. - 20.09.21

Reise 2

s) 24.05. - 07.06.21
s) 14.06. - 28.06.21
a) 28.06. - 12.07.21
b) 19.07. - 02.08.21
c) 16.08. - 30.08.21
c) 30.08. - 13.09.21

Reisezeit a,b,c mit Zuschlag
Reisezeit s ohne Zuschlag

Reise 1: 8 Tage Donau Highlights & mehr

Tag	Hafen	An	Ab
01.	Anreise		
01.	Passau/Deutschland		17.00
02.	Ybbs/Österreich	06.00	12.00
02.	Passage Wachau		
02.	Wien/Österreich	20.00	-
03.	Wien/Österreich	-	19.00
04.	Budapest/Ungarn	12.00	-
05.	Budapest/Ungarn	-	14.00
06.	Bratislava/Slowakei	08.00	14.00
07.	Melk/Österreich	07.30	13.30
08.	Passau/Deutschland	07.30	
08.	Rückreise		

Reise 2: 15 Tage Donaudelta & Eisernes Tor

Tag	Hafen	An	Ab
01.	Anreise		
01.	Passau/Deutschland		17.00
02.	Wien/Österreich	13.30	17.30
03.	Solt/Ungarn	13.30	14.00
04.	Mohacs/Ungarn	21.00	23.00
05.	Belgrad/Serbien	13.00	23.59
06.	Eisernes Tor Passage		
07.	Rousse/Bulgarien	12.00	21.00
08.	Cernavoda/Rumänien	06.30	17.00
09.	Giurgiu/Rumänien	07.30	14.00
10.	Eisernes Tor Passage		
10.	Novi Sad/Serbien	14.30	23.30
11.	Aljmas/Kroatien*	08.00	09.00
11.	Batina/Kroatien	12.00	14.00
12.	Budapest/Ungarn	09.00	21.00
13.	Bratislava/Slowakei	15.00	18.00
14.	Weißkirchen/Österreich	09.00	11.30
15.	Passau/Deutschland	08.30	
15.	Rückreise		

*Stopp zur Ausflugsabwicklung/techn. Stopp

KREUZFAHRTPREISE p.P. IN EURO

Kategorie	Reise 1 Seereisedienst Preis		Reise 2 Seereisedienst Preis	
	bis 13.04.21	ab 14.04.21	bis 13.04.21	ab 14.04.21
Roulette Außen	499,-	1.299,-	999,-	2.099,-
Außen Hauptdeck	549,-	1.349,-	1.099,-	2.199,-
Außen frz. Balkon Mitteldeck	699,-	1.499,-	1.399,-	2.499,-
Außen frz. Balkon Oberdeck	799,-	1.599,-	1.599,-	2.699,-

• Zuschlag Reise 1 Saison a) + € 99,- p.P. b) + € 199,- p.P. s) ohne Zuschlag

• Zuschlag Reise 2 Saison a) + € 199,- p.P. b) + € 299,- p.P. c) + € 399,- p.P. s) ohne Zuschlag

• Einzelkabinen-Zuschlag nur 30%

• Schiffsklassifizierung nach eigener Einschätzung

• Schiffsklassifizierung nach eigener Einschätzung

• Bahn An- und Abreise € 59,- p.P./Strecke

• Bus An- und Abreise mit Haustürabholung € 239,- p.P.

• Eingeschlossene Leistungen: Vollpension, Ein- und Ausschiffungsgebühren in den Häfen

• Nicht eingeschlossen sind: Ausgaben für Landausflüge, weitere persönliche Ausgaben

• Optional zubuchbar: Getränkepaket Reise 1: € 180,- p.P. Getränkepaket Reise 2: € 310,- p.P.

• Sonstige Hinweise: Personalausweis mit 6-monatiger Gültigkeit nach Reiseende erforderlich

• Veranstalter: nicko cruises Schiffsreisen GmbH, Mittlerer Pfad 2, 70499 Stuttgart

Rund um die Uhr buchen unter:

www.seereisedienst.de

Mo. bis Fr. 09.00 - 18.00 Uhr

Sa. 10.00 - 15.00 Uhr

0203/30 98 00

SEEREISEDIENT

Eine Marke der Elbflorenz Reisedienst GmbH & Co. KG

Vinckeweg 21, 47119 Duisburg

DAS ERSTE

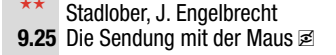


20.15 TV-KRIMI

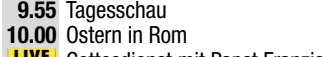
Tatort

Was hat Mikesch, ein alter Freund von Franz Leitmayr (Udo Wachtveitl, l.), zu verbergen? Er ist verletzt aus dem Krankenhaus geflüchtet.

8.25 Rumpelstilzchen  TV-Märchenfilm, D 2009 · Mit Robert Stadlober, J. Engelbrecht

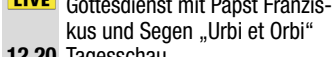
9.25 Die Sendung mit der Maus 

9.55 Tagesschau

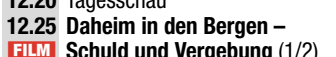
10.00 Ostern in Rom 

10.15 Gottesdienst mit Papst Franziskus und Segen „Urbi et Orbi“

12.20 Tagesschau

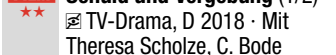
12.25 Daheim in den Bergen – Schuld und Vergebung (1/2) 

12.30 TV-Drama, D 2018 · Mit Theresa Scholze, C. Bode

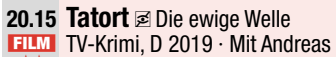
13.55 Sportschau 

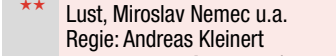
16.55 Tagesschau

17.00 Die Wolfsaga Doku, D 2020

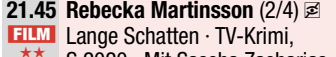
17.45 Unsere wunderbaren Jahre (1–3/6) 

20.00 Tagesschau

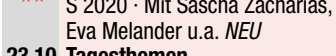
20.15 Tatort 

21.45 **Rebecka Martinsson** (2/4) 

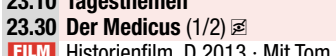
23.10 Tagesthemen

23.30 **Der Medicus** (1/2) 

1.00 Tagesschau

1.05 **Angélique – Eine große Liebe in Gefahr** 

2.55 Tagesschau

3.00 **Der Medicus** (1/2) 

NDR

6.00 **FILM** **Till** Eulenspiegel (2/2) TV-Märchenfilm, D 2014 **7.00** **FILM** **Kidbusters** Familienfilm, DK 2017 **8.15** Abenteuer Wildnis **9.00** Regional **9.30** Hamburg Journal **10.00** S-H Magazin **10.30** buten und binnen **11.00** Hallo Niedersachsen **11.30** **FILM** **Wer aufgibt ist tot** TV-Tragikomödie, D 2016 **13.00** **FILM** **Der Meisterdieb** TV-Märchenfilm, D 2010 **14.00** **FILM** **Vom Fischer und seiner Frau** TV-Märchenfilm, D 2013 · Mit Fabian Busch **15.00** Hanseblick Spezial **16.00** Klosterküche **16.30** Is besesser! **17.00** Bingo! **18.00** Rund um den Michel **18.45** Osterbräuche und Frühlingstrost **19.30** Neues aus Büttendorfer **20.00** Tagesschau **20.15** die nordstory spezial · Die Isestraße – Europas längster Markt zwischen Viadukt und Isebeck **21.45** Bundesliga **22.05** Die NDR-Quizshow **23.05** Sportclub **23.50** Sportclub Story – Profi werden, Profi bleiben – Die Fußball-Brüder Otto **0.20** Das Heilige Grab Jesu Christi – Ein ewiger Streit

MDR

8.05 Spuk am Tor der Zeit **8.30** MDR-Garten **9.00** Unser Dorf hat Wochenende **9.30** **FILM** **Mensch, Oma!** (3/4) Kinder, Kinder ...! · TV-Familienfilm, DDR 1984 **10.45** **FILM** **Der Feuervogel** Märchenfilm, D/CZ 1997 **12.15** **FILM** **Die Heiden von Kummerow und ihre lustigen Streiche** Komödie, D/DDR 1967 **13.45** Unsere Erde aus dem All (3/3) **14.30** **FILM** **Der Hasenhüter** TV-Märchenfilm, DDR 1976 **15.15** **FILM** **Sechse kommen durch die ganze Welt** TV-Märchenfilm, D 2014 **16.20** **FILM** **Heintje – Ein Herz geht auf Reisen** Komödie, D 1969 **18.05** Ostwärts – mit der Transsibirischen Eisenbahn **18.52** Sandmännchen **19.00** MDR Regional **19.30** Aktuell **19.50** Kripo live **20.15** Ostern war's · Mit Bürger Lars Dietrich **21.45** Aktuell **22.00** Bundesliga **22.20** **FILM** **Die Legende von Paul und Paula** Liebesfilm, DDR 1973 **0.00** Ost-Legenden · Domröse & Thäte **0.45** **FILM** **Effi Briest** TV-Drama, DDR 1970

RBB

7.00 **FILM** **Die Galoschen des Glücks** TV-Märchenfilm, D 2018 **8.00** Aktuell **8.30** Abendschau **9.00** Familie Neumann **10.00** **FILM** **Die kleine Meerjungfrau** TV-Märchenfilm, D 2013 **11.00** **FILM** **Schneewittchen** Märchenfilm, DDR 1961 **12.00** **FILM** **Die zertanzten Schuhe** TV-Märchenfilm, DDR 1977 · Mit Jaekki Schwarz **12.45** **FILM** **Sissi** Liebesfilm, A 1955 · Mit Romy Schneider **14.25** **FILM** **Sissi – Die junge Kaiserin** Liebesfilm, A 1956 **16.05** **FILM** **Sissi – Schicksalsjahre einer Kaiserin** Liebesfilm, A 1957 · Mit Romy Schneider **17.50** Sandmann **18.10** Gartenzeit **18.40** Ein Herz und eine Seele **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Gefragt – Gejagt **21.45** rbb24 **22.00** Bundesliga **22.20** **FILM** **Manche mögen's heiß** Komödie, USA 1959 · Mit Marilyn Monroe **0.15** **FILM** **Mankells Wallender Abschied** · TV-Krimi, S 2013 **1.45** Abenteuer Darb – Zwischen Bodden und Meer · Unterwegs mit Sascha Hingst

ZDF



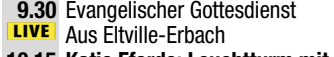
20.15 TV-FAMILIENFILM

Das Traumschiff

Der Langzeitpassagier und notorische Herzensbrecher Frank (Christoph M. Ohrt) umgarnt die frisch geschiedene Birgit (Saskia Vester).

7.35 Hanni & Nanni 2 Familienfilm, D 2012 · Mit Jana Münster, Sophia Münster, Hannelore Elsner

9.03 Evangelischer Gottesdienst

9.30 Aus Elville-Erbach 

10.15 Katie Florde: Leuchtturm mit Aussicht TV-Familienfilm, D 2011 · Mit Luise Bähr u.a.

11.50 Bares für Rares

14.15 Duell der Gartenprofis

15.05 **Peter Hase** Familienfilm, GB/USA/AUS 2018 · Regie: Will Gluck

16.30 **planet e.** Bockig, zickig und lammfromm – Das geheime Leben der Schafe

17.00 heute

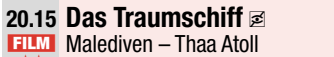
17.10 Sportreportage

17.55 **Geld, Glück und Geschäfte: Millionär aus eigener Kraft**

18.25 **Terra Xpress** Unglaublich! Wenn Wunder wahr werden

19.00 heute

19.15 **Terra X Kaffee** (2021)

20.15 Das Traumschiff 

21.45 heute-journal

22.00 **Kommissar Beck** (1/4) (so.) Undercover · TV-Krimi, S 2020 · Mit Peter Haber, Kristofer Hivju, Ingvar Hirdwall u.a. NEU

23.25 **ZDF-History** Dokureihe, D '21 Mick Jagger – Der gemachte Rebell?

0.10 heute Xpress

0.15 **Kommissar Beck** (1/4) Undercover · TV-Krimi, S 2020 (Wh. von 22.00)

1.45 **Monk** Krimiserie, USA 2005 · Mr. Monk unterwegs als Weihnachtsmann / Mr. Monk betritt die Modewelt

3.05 **Schuld nach Ferdinand von Schirach** (1+2/6) Wh. 1. St.

RTL



20.15 SHOW

Ninja Warrior Germany ...

In sechs Folgen suchen die „Allstars“ der Show den Allerbesten. Unter den 160 Warrior-Veteranen sind Max Sprenger (l.) und Ivo Rupena.

6.20 Dr. Dolittle Komödie, USA '98 · Mit Eddie Murphy, Ossie Davis, Oliver Platt · R.: Betty Thomas

7.35 Ice Age – Jäger der verlorenen Eier Animationsspecial, USA 2016

7.55 Immer Ärger mit 40 Komödie, USA 2012 · Mit Paul Rudd, Leslie Mann, John Lithgow

10.15 Plan B für die Liebe Komödie, USA 2010 · Mit Jennifer Lopez, Alex O'Loughlin

12.05 Wedding Planner – Verlobt, verlobt, verplant Komödie, USA 2000 · Mit Jennifer Lopez, Matthew McConaughey u.a.

13.55 Manhattan Love Story Liebeskomödie, USA 2002 · Mit Jennifer Lopez, Ralph Fiennes

15.45 Deutschland sucht den Superstar (19/19) Finale

18.45 RTL aktuell

19.05 Bauer sucht Frau International – Die neuen Bauern weltweit Doku-Soap, D 2020

20.15 Ninja Warrior Germany – Allstars (1/6) Neue Show, D 2021 · Mit Pascal Probst – Norwin Stuffer, Silke Solfrank – Hannah Mees, Andreas Wöhle – Andrew Safo, Sladjan Djulabic – Marius Bender, Philipp van der Grinten – Christian Range, Lilli Kiesgen – Stefanie Drach, Philipp Peter Frank – Simon Sielemann, The Huy Giang – Patrick Masivi, Simon Brunner – Krister Kröll Mod.: Laura Wontorra, Frank Buschmann, Jan Köppen

23.00 **2 Guns** Actionkomödie, USA 2013 · Mit Denzel Washington, Mark Wahlberg, Paula Patton

1.00 Ride Along Actionkomödie, USA 2014 · Mit Ice Cube, Kevin Hart, John Leguizamo u.a.

2.50 **2 Guns** Actionkomödie, USA 2013 (Wh. von 23.00)

SAT. 1



20.15 FANTASYFILM

Phantastische Tierwesen 2

Newt Scamander (Eddie Redmayne) reist nach Paris, wo Finsterling Grindelwald die Zauberer gegen die Menschen aufhetzen will.

6.45 The Voice Kids · Show, D 2021 **9.15** So gesehen – Talk am Sonntag **9.35** **FILM** **Wickie auf großer Fahrt** Kinderfilm, D 2011 · Mit Jonas Hämmerle **11.25** **FILM** **Ice Age 2 – Jetzt taut's** Animationsfilm, USA 2006 **13.05** **FILM** **Shrek 2 – Der tollkühne Held kehrt zurück** Animationsfilm, USA 2003/2004 **14.50** **FILM** **Drachenzähmen leicht gemacht** Zeichentrickfilm, USA 2010 **16.35** **FILM** **Shrek der Dritte** Animationsfilm, USA 2007 **18.15** **FILM** **Störche – Abenteuer im Anflug** Animationsfilm, USA 2016 **19.55** Sat.1 Nachrichten

20.15 Phantastische Tierwesen 2: Grindelwalds Verbrechen Fantasyfilm, GBUSA 2018 · Mit Johnny Depp, Jude Law Regie: David Yates **NEU**

23.00 **Die neun Pforten** Mystery-Thriller, F/E 1999 · Mit Johnny Depp, Frank Langella, Lena Olin u.a. Regie: Roman Polanski

1.30 **13 Geister** Horrormovie, USA 2001 · Mit Tony Shalhoub, Embeth Davidtz, F. Murray Abraham Regie: Steve Beck

3.05 **Die neun Pforten** Mystery-Thriller, F/E 1999 (Wh. von 23.00)

HR

7.40 Hessen à la carte **8.25** **Herkules** **8.55** Erlebnis Hessen **9.40** **FILM** **Da wo die Freundschaft zählt** TV-Heimattfilm, A/D 2007 **11.10** **FILM** **Garmischer Bergspitzen** TV-Heimattfilm, D 2010 **12.40** **FILM** **Hurra, die Schule brennt!** Komödie, D 1969 **14.15** Entdeckungen in Hessens Wäldern **15.45** Wald der Zukunft – Zukunft des Waldes **16.30** Der Kampf um den Wald **17.15** 9-mal Natur retten – Hilfe für Wald, Insekten & Co. **18.00** So geht Heimat **18.45** Mittendrin – Flughafen Frankfurt (2/3) **19.30** hessenschau **20.00** Tagesschau **20.15** Das grüne Wunder – Unser Wald · Dok.-Film, D 2012 **21.45** Erlebnis Hessen · SOS Stadtwald **22.30** Bundesliga **22.50** heimspiel! Bundesliga **23.00** Einer Wird Gewinnen! Das große internationale Quiz mit Hans-Joachim Kulenkampff und Kandidaten aus 8 Ländern **1.05** strassen stars

PRO 7



20.15 DRAMA

The Accountant

Offiziell ist das Mathegenie Chris Wolff (Ben Affleck) Steuerberater in der Provinz, doch er arbeitet auch für kriminelle Organisationen.

5.45 **FILM** **Ein Mann für alle Unfälle** Komödie, USA 2008 **7.35** **FILM** **Ein Schatz zum Verlieben** Abenteuerfilm, USA 2008 · Mit Matthew McConaughey **9.30** **FILM** **Duff – Hast du keine, bist du eine Komödie**, USA 2015 **11.20** **FILM** **Atemlos – Gefährliche Wahrheit** Thriller, USA 2011 **13.10** **FILM** **Die Legende von Aang** Fantasyfilm, USA 2010 · Mit Noah Ringer **15.00** **FILM** **Star Wars: Die letzten Jedi** Sci-Fi-Film, USA 2017 · Mit Mark Hamill **17.50** Newstime **18.00** **FILM** **Ant-Man and the Wasp** Actionfilm, USA 2018 · Mit Paul Rudd

20.15 The Accountant Drama, USA 2016 · Mit Anna Kendrick, J.K. Simmons u.a. Regie: Gavin O'Connor

22.55 **Avengers: Infinity War** Sci-Fi-Film, USA 2018 · Mit Robert Downey Jr., Chris Hemsworth, Mark Ruffalo · Regie: Anthony Russo, Joe Russo

1.40 **Stirb langsam – Ein guter Tag zum Sterben** Actionthriller, USA 2013 · Mit Bruce Willis, Jai Courtney, Sebastian Koch Regie: John H. Moore

3.25 **Ring 2** Horrormovie, USA 2005 · Mit Naomi Watts, Simon Baker, David Dorfman · Regie: Hideo Nakata

SWR

8.35 **FILM** **Die Mädels vom Immenhof** Heimatfilm, D 1955 **10.00** **LIVE** Ostern in Rom · Gottesdienst mit Papst Franziskus **12.20** Ostern auf dem Land – Erinnerungen im Südwesten · Dok.-Film, D 2014 **13.50** Köstliches aus Hohenlohe **14.15** Treckerfahrer dürfen das! **15.00** Traumwege · 2 Folgen **16.30** Sagenhaft **18.00** Aktuell (BW/RH) **18.05** Hierzuland (RH) **18.15** Ich trage einen großen Namen **18.45** Treffpunkt (BW) / Bekannt im Land (RH) **19.15** Die Fallers **19.45** Aktuell **20.00** Tagesschau **20.15** Schlager-Spaß · Mit Anna-Maria Zimmermann, Florian Fesl, Monika Martin, Oswald Sattler, René Kollo, Semino Rossi, Sigrid & Marina. Gespräch mit Alfons Schuhbeck **22.15** Bundesliga **22.35** SWR Sport **23.20** Ab in die 70er – Von ABBA bis Frank Zander mit Hans-Joachim Kulenkampff und Kandidaten aus 8 Ländern **1.05** strassen stars

VOX



20.15 SCI-FI-FILM

Ant-Man

Popcornkino mit einem Helden aus den Marvel Comics: Ein spezieller Anzug lässt den einstigen Häftling Scott (Paul Rudd) schrumpfen.

5.25 Criminal Intent – Verbrechen im Visier Kreuzfahrt in den Tod / Blutsbrüder / Im Kreuzfeuer / Sorgenkind / Stiche / Tod auf dem Asphalt / Sorgenkind / Stiche **12.00** **FILM** **A World Beyond** Sci-Fi-Film, USA 2015 · Mit George Clooney (Wh. von gestern) **14.30** **FILM** **James Bond 007 – Diamantenfieber** Agentenfilm, GB 1971 · Mit Sean Connery, Jill St. John **17.00** auto mobil · Magazin, D 2021 **18.10** Die Auto-doktoren · Doku-Soap, D 2021 **19.10** Ab ins Beet! Die Garten-Soap · Bergbau-Stollen / Aquaponik-Anlage / Hühner-Umzug

20.15 Ant-Man Sci-Fi-Film, USA/GB 2015 · Mit Michael Douglas, Evangeline Lilly · Regie: Peyton Reed

22.35 **Colombiana** Actionfilm, F 2011 · Mit Zoe Saldana, Jordi Mollà, Lennie James · Regie: Olivier Megaton Als Kind musste die Kolumbianerin Cataleya den Mord an ihren Eltern mitansehen. Sie lässt sich zur Auftragsmörderin ausbilden, um sich an den Tätern zu rächen.

0.35 **Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin** U.a.: Niedere Beweggründe / Tod aus dem Nichts (bis 5.05)

WDR

7.40 Einfach und köstlich **8.10** Kochen mit Martina und Moritz **8.40** Ludwig van Beethoven **9.30** Westart **10.00** 50 Jahre mit der Maus (1/5) **11.00** Kölner Treff **12.45** Unser Westen **13.30** Im Rausch der Farben – Eine Reise durch die Jahreszeiten · Dok.-Film, D 2021 **15.00** Erlebnisreisen **15.15** Abenteuer Erde **16.45** Hunde verstehen! **18.15** Lokalzeit unterwegs **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit-Geschichten **20.00** Tagesschau **20.15** Wunderschön! · Urlaub rund um Münster **21.45** Bundesliga **22.15** Dittsche – Das wirklich wahre Leben (5/7) Live **22.45** Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs **23.15** Kassettensinder – Unsere Kindheit in den 80ern · Mit Mimi Fiedler, Tamina Kallert, Oli P. **0.45** John Lennon: Imagine Dok.-Film, USA 1972 **1.50** In den Kellern von Liverpool – Die Beatles sind fort, der Beat ist geblieben · Dok.-Film, D 1965

KABEL 1



20.15 KOMÖDIE

Der Prinz aus Zamunda

Prinz Akeem (Eddie Murphy, r.) flieht vor seiner arrangierten Hochzeit und reist undercover nach New York, um dort die Frau fürs Leben zu finden.

6.00 **FILM** **Zwei Asse trumpfen auf** Actionkomödie, I/USA 1981 **8.05** **FILM** **Das Krokodil und sein Nilpferd** Actionkomödie, I 1979 **9.55** **FILM** **Die rechte und die linke Hand des Teufels** Westernkomödie, I 1969 **12.10** **FILM** **Vier Fäuste für ein Halileluja** Westernkomödie, I 1971 **14.30** **FILM** **Eine Faust geht nach Westen** Westernkomödie, I 1980 **16.15** News **16.25** **FILM** **Buddy haut den Lukas** Actionkomödie, I 1980 · Mit Bud Spencer **18.05** **FILM** **Zwei wie Pech und Schwefel** Actionkomödie, I/E 1973 · Mit Bud Spencer

20.15 Der Prinz aus Zamunda Komödie, USA 1988 · Mit Arsenio Hall, James Earl Jones Regie: John Landis

22.40 **Die Eddie Murphy Story** Porträt, D 2021

23.50 **Die Glücksritter** Komödie, USA 1982 · Mit Eddie Murphy, Dan Aykroyd, Jamie Lee Curtis · Regie: John Landis

1.55 **Auf der Suche nach dem goldenen Kind** Komödie, USA 1986 · Mit Eddie Murphy, J. L. Reate, Charles Dance · Regie: Michael Ritchie

3.30 **Freitag, der 13.** Horrormovie, USA '09 · Mit Jared Padalecki, Danielle Panabaker u.a.

BR

7.30 Tele-Gym **7.45** Panoramabilder / Bergwetter **8.30** **FILM** **Pik & Amadeus – Freunde wider Willen** TV-Familienfilm, D 06 **10.00** **LIVE** Ostern in Rom **12.20** Das Stift St.Peter – Bis dass der Tod Euch scheidet **12.50** **FILM** **Wo der Wildbach rauscht** Heimatfilm, D 1956 **14.30** Trachtler- und Musikantentreffen im Berchtesgadener Land **15.15** Lust aufs Land – Bayerische Hofgeschichten (2/4) **16.00** Rundschau **16.15** Damals ... **16.45** Europa-Reportage **17.15** Einfach. Gut. Bachmeier (7/8) **17.45** Regional **18.30** Rundschau **18.45** freizeit **19.15** Unter unserem Himmel **20.00** Tagesschau **20.15** Blickpunkt Sport **23.00** Rundschau Magazin **23.15** **FILM** **Sauerkrautkoma** Krimikomödie, D 2018 · Mit Sebastian Bezzel **0.45** Einfach. Gut. Bachmeier (7/8) **1.15** Unter unserem Himmel

Das hilft, das wirkt, das spürt man

Ein- und Durchschlaf-Störungen



In Deutschland haben immer mehr Menschen Probleme beim Ein- und Durchschlafen

Schlafstörungen nehmen mit dem Alter zu. Man schläft nicht mehr so gut ein und die Tiefschlaf-Phasen sind verkürzt. Experten warnen Betroffene vor starken chemischen Schlafmitteln, die bereits nach 14 Tagen in die Abhängigkeit führen können. Als pflanzliche Alternative wird ein hochdosierter Passionsblumen-Extrakt wie Lioran centra empfohlen, der über längere Zeit eingenommen werden kann.

Wissenschaftler fanden heraus, dass zu wenig GABA (Gamma-Aminobuttersäure) im Gehirn der Auslöser für Ein- und Durchschlaf-Störungen ist*. Hier setzt die Wirkung starker chemischer Schlafmittel an. Ebenso – aber ganz natürlich – die Wirkung von Lioran centra höchstdosiert mit dem

Wirkstoff der Passionsblume.

Der starke natürliche Impuls für den Schlaf

Der körpereigene Botenstoff GABA senkt am Abend die Aktivität der Nervenzellen, damit wir zur Ruhe kommen und schlafen können. Stark

vereinfacht: GABA schaltet im Gehirn den Schalter auf Schlaf um. Doch mit zunehmendem Alter und bei häufigem Stress stellt der Körper immer weniger GABA bereit. Die Folge: Ein- und Durchschlafstörungen. Hier kommt Lioran centra höchstdosiert mit der Passionsblume ins Spiel.

Die Passionsblume regt den Körper gezielt zur GABA-Freigabe an, untermauert die Wissenschaft. Schon 2011 wurde sie zur Arzneipflanze des Jahres gewählt, weil ihre Wirkung einzigartig ist. „Lioran centra hat mir sehr gut geholfen, es ist sehr zu empfehlen, da ich wiedergut schlafen kann“,

schreibt ein Apothekenkunde*.

Das Schlafmittel für die Langzeit-Einnahme

Lioran centra mit einem bioaktiven Wirkstoff aus der Passionsblume wird am besten höchstdosiert (2 Dragees) eine Stunde vor dem Schlafengehen eingenommen. Man

kommt langsam zur Ruhe, wird müde und kann gut einschlafen und besser durchschlafen. Als angenehm empfundenen Zusatz-Effekt verbessert Lioran centra die nervliche Belastbarkeit. Am nächsten Tag schenkt das innere Ausgeglichenheit. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt, auch keine Nebenwirkungen. Gut verträglich ist Lioran centra das pflanzliche Schlafmittel – natürlich auch für die Langzeit-Einnahme.

Lioran centra gibt es rezeptfrei in Apotheken (PZN 13889966, 20er Packung, 11,60 € AVP)



Lioran centra.
Schlafen Sie gut!

Lioran centra. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Anwendungsgebiet: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei nervlicher Belastung und zur Förderung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Lioran die Passionsblume. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Nervöse Unruhezustände. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Niehaus Pharma GmbH & Co. KG, 55218 Ingelheim.

DAS ERSTE

20.15 TV-KRIMI

Tatort

Fall zwei für das Saar-Duo Schürk und Hölzer (Vladimir Burlakov, r.). Schürks irrer Vater mischt bei der Suche nach einem Mädchenmörder mit.

8.25 Der gestiefelte Kater
FILM ***
TV-Märchenfilm, D 2009 · Mit Roman Knizka, J. Matschenz
50 Jahre mit der Maus **9.25**
Evangelischer Gottesdienst Aus Hamburg-Kirchdorf
10.00 LIVE
Tagesschau
11.00 Mein Traum von Afrika
FILM ***
TV-Melodram, D 2006 · Mit Jutta Speidel, G. Maria Halmer
Tagesschau
12.45 Daheim in den Bergen (2/2)
FILM ***
Liebesreigen · TV-Drama, D 2018 · Mit Theresa Scholze
14.30 Uta Danella – Wer küsst den Doc?
FILM ***
TV-Komödie, D 2013 · Mit Saskia Vester u.a.
16.00 Tagesschau
16.10 Lioriti Odipussi **16.10** Komödie, D 1988 · Mit Vicco von Bülow, Evelyn Hamann, K. Brauren
17.35 Tagesschau
17.45 Unsere wunderbaren Jahre (4–6/6) **17.45** Dramaserie, D 2020
20.00 Tagesschau

20.15 Tatort **20.15** Der Herr des Waldes TV-Krimi, D 2021 · Mit Daniel Sträßer, Brigitte Urhausen u.a. Regie: Christian Theede *NEU*
21.45 Rebecca Martinsson (3/4) **21.45** In Teufels Küche · TV-Krimi, S 2020 · Mit Sascha Zacharias, Eva Melander u.a. *NEU*
23.10 Tagesthemen
23.30 Der Medicus (2/2) **23.30** Historienfilm, D 2013 · Mit Tom Payne, Stellan Skarsgård, Ben Kingsley · Regie: Philipp Stölzl
1.00 Tagesschau
1.05 Tatort **1.05** Der Herr des Waldes TV-Krimi, D 2021 (Wh. von 20.15)
2.35 Tagesschau
2.40 Der Medicus (2/2) **2.40** Historienfilm, D 2013 (Wh. von 23.30)
4.10 Umzug mit Fischen – Ein Fischer und fünf Millionen Felchen Doku, D 2021

ZDF

20.15 TV-ROMANZE

Inga Lindström...

Den Imker Björn (Moritz Vierboom) und die Köchin Astrid (Laura Berlin) eint etwas: Beide wurden von ihren Partnern verlassen.

7.25 Die wilden Hühner und das Leben Komödie, D 2009 · Mit Michelle von Treuberg u.a.
9.15 Hanni & Nanni 3 Familienfilm, D 2013 · Mit Jana Münster, Sophia Münster, S. von Borsody
10.35 Mein Lotta-Leben – Alles Bingo mit Flamingo! Komödie, D 19 · Mit Meggy Hussong *NEU*
12.05 Die Schöne und das Biest **12.05** TV-Märchenfilm, D 2012 · Mit Cornelia Gröschel u.a.
13.35 Der süße Brei **13.35** TV-Märchenfilm, D 2018 · Mit Svenja Jung, Merlin Rose, Christina Große
15.05 Rosamunde Pilcher: Vertrauen ist gut, verlieben ist besser TV-Romanze, D 2014
16.40 Das Traumschiff Kambodscha TV-Familienfilm, D 2011 · Mit Siegfried Rauch, Heide Keller
18.15 Frau.Macht.Kirche.
19.00 heute
19.15 Kreta Doku, D 2021
19.30 Terra X Die Sprache der Tiere

20.15 Inga Lindström: Auf der Suche nach dir **20.15** TV-Romanze, S/D 2019 · Mit Moritz Vierboom, Lisa Marie Trense · R.: Oliver Dieckmann
21.45 heute-journal
22.00 Deepwater Horizon **22.00** Katastrophenthriller, USA/HK '16 · Mit Mark Wahlberg, Kurt Russell, John Malkovich
Regie: Peter Berg
23.35 heute Xpress
23.40 15:17 nach Paris **23.40** Drama, USA 2018 · Mit Spencer Stone, Anthony Sadler, Alek Skarlatos u.a. · Regie: Clint Eastwood *NEU*
1.05 Schuld nach Ferdinand von Schirach Krimiserie, D 2015
Ausgleich / Die Illuminaten / DNA / Volksfest · Staffelfinale
4.05 Terra X Dokureihe, D 2021
Die Sprache der Tiere
zdf.formstark Magazin

RTL

20.15 QUIZSHOW

Wer wird Millionär?

FFP steht für „Filtering Face Piece“. Das wusste bei Günther Jauch (Foto) in einer März-Ausgabe weder die Kandidatin noch das Publikum.

8.20 Manhattan Love Story **8.20** Liebeskomödie, USA 2002 · Mit Jennifer Lopez, Ralph Fiennes
10.15 Liebe mit Herz und Hund **10.15** Romanze, USA 2019 · Mit Jen Lilley, Christopher Russell u.a.
Regie: Christie Will Wolf *NEU*
11.45 Bruce Allmächtig **11.45** Komödie, USA 2003 · Mit Jim Carrey, Jennifer Aniston, M. Freeman
13.25 Overboard **13.25** Romantikkomödie, MEX/USA 2018 · Mit Eugenio Derbez, Anna Faris u.a.
15.20 Last Vegas **15.20** Komödie, USA '13 · Mit Michael Douglas, Robert De Niro, Morgan Freeman u.a.
17.10 Das ist erst der Anfang! **17.10** Mission Ruhestand Actionko-mödie, USA 2017 · Mit Morgan Freeman, Tommy Lee Jones
18.45 RTL aktuell
19.05 Bauer sucht Frau – Was ist auf den Höfen los?
19.15 Neues Special
19.30 Doku-Soap, D 2021

20.15 Wer wird Millionär? **20.15** Quizshow, D 2020
Das große Zocker-Special
Mod.: Günther Jauch
23.15 Ninja Warrior Germany – Allstars (1/6) **23.15** Show, D 2021
Mit Pascal Probst – Norwin Stuffer, Silke Söllfrank – Hannah Mees, Andreas Wöhle – Andrew Safo, Sladjan Djulabic – Marius Bender, Philipp van der Grinten – Christian Range, Max Sprenger – Ivo Rupena, Lilli Kiesgen – Stefanie Drach, Philipp Peter Frank – Simon Sielemann u.a.
Mod.: Laura Wontorra, Frank Buschmann, Jan Köppen
1.50 Take Me Out – Music Special **1.50** Show, D 2018
Mod.: Ralf Schmitz
2.55 Der Blaulicht-Report **2.55** Doku-Soap, D 2015
4.55 Exklusiv Magazin

SAT. 1

20.15 FANTASYFILM

Harry Potter und der Orden ...

Das Zaubereiministerium glaubt Harry (Daniel Radcliffe) nicht, dass Volde-mord auferstanden ist. Allein der Orden des Phönix hilft ihm.

7.50 FILM Die Reise zum Mittelpunkt der Erde Abenteuerfilm, USA 2008 · Mit Brendan Fraser
9.25 FILM Drachenzähnen leicht gemacht Zeichentrickfilm, USA 2010
11.10 FILM Störche – Abenteuer im Anflug Animationsfilm, USA 2016
12.50 FILM Shrek der Dritte Animationsfilm, 2007
14.30 FILM Harry Potter und der Feuerkelch Fantasyfilm, USA 2005 · Mit Daniel Radcliffe
17.20 FILM Phantastische Tierwesen 2: Grindelwalds Verb-chen Fantasyfilm, GB/USA 2018 · Mit Johnny Depp
19.55 Sat.1 Nachrichten
20.15 Harry Potter und der Orden des Phönix **20.15** Fantasyfilm, USA/GB 2007
Mit Emma Watson, Rupert Grint
Regie: David Yates
23.00 Hellboy **23.00** Fantasyfilm, USA 2003
Mit Ron Perlman, John Hurt, Jeffrey Tambor u.a.
Regie: Guillermo del Toro
Der Dämon Hellboy bekämpft mit anderen übernatürlichen Wesen wie Liz Sherman den bösen Zauberer Rasputin.
1.30 So gesehen Magazin
1.35 Harry Potter und der Orden des Phönix **1.35** Fantasyfilm, USA/GB 2007 (Wh. von 20.15)
3.45 Auf Streife

HR

7.05 Wald der Zukunft – Zukunft des Waldes
7.50 Urwald, Steppe, Felsenmeer – Naturschätze in Hessen · Dok.-Film, D 14
9.20 Das hr-Sinfonieorchester spielt Tschai-kowsky
10.05 Herkules **10.50 FILM Da wo wir zuhause sind** TV-Heimatfilm, D/A 2008
Mit Hansi Hinterseer
12.20 Herkules **13.05 FILM Die Häschenschule** Animationsfilm, D 2017
14.15 FILM Sebastian und die Feuerretter Abenteuerfilm, F 2015
15.45 Erlebnis Hessen **17.15** Abenteuer Höhe – Ausflüge über Hessen
18.00 So geht Heimat
18.45 Mittendrin – Flughafen Frankfurt (3/3)
19.30 hessenschau **20.00** Tages-schau **20.15** So schön ist Deutschland
Eine musikalische Frühlingsreise · Mit Christian Anders, Simone, Bernhard Brink, Franziska u.a.
21.45 FILM Das Wirtshaus im Spessart Komödie, D 1958
23.20 heim-spiel! **0.05** Das hr Comedy Festival XXL

PRO 7

20.15 DRAMA

Rocketman

Taron Egerton (Foto) verkörpert das Musikgenie Elton John, das jahrelang seine Homosexualität verbarg, mit Tiefgang und Leidenschaft.

5.20 Galileo Big Pictures Show, D 2020
Emojis – 50 Bilder die uns bewegen
8.00 Galileo 360° · Magazin, D 17 · Ranking XXL
– Die 100 spektakulärsten Geschichten der Welt
14.50 ABBA – Songs für die Ewigkeit
Doku, D 19
15.45 Songs für die Ewigkeit
Dokureihe, GB 2020 · Whitney Houston
16.40 Songs für die Ewigkeit · Cher
17.40 Newstime
17.50 Queen – Days of our Lives
Dok.-Film, GB/D 2011 · Der von der BBC produzierte Dokumentarfilm erzählt deren Geschichte in zahlreichen Interviews und Konzertausschnitten.

20.15 Rocketman **20.15** Drama, GB/USA/CDN 2019
Mit Jamie Bell, Richard Madden, Bryce Dallas Howard
Regie: Dexter Fletcher *NEU*
22.50 Elton John – A Singular Man **22.50** Doku, D '15 · Im Interview äußert Elton John sich persönlich zu den Höhen und Tiefen seiner Karriere und seines Lebens.
0.00 Elton John: The Million Dollar Piano **0.00** Konzert, J/USA 2012
1.05 The Accountant **1.05** Drama, USA 2016 · Mit Ben Affleck, Anna Kendrick, J.K. Simmons · Regie: Gavin O'Connor
3.20 Rocketman **3.20** Drama, GB/USA/CDN 2019 (Wh. von 20.15)

SWR

10.00 LIVE Ev. Gottesdienst
11.00 FILM Die Sterntaler TV-Märchenfilm, D 2011
12.00 FILM Der Graf von Monte Christo (1+2/2) **12.00** Der Verrat / Die Rache · Abenteuerfilm, F/1954
15.00 Die Schlucht – Ein Jahr in der Weltenburger Enge
15.45 Zu Fuß von der Zugspitze nach Bozen
16.30 Sagenhaftes Südtirol · Dok.-Film, D 2016
18.05 Die Kleingärtner am Stuttgarter Reichberg (BW) / Hierzuland (RH)
18.15 Mensch, Leute! (RH)
18.30 Mysterischer Südschwarzwald (BW)
18.45 Fahr mal hin (RH)
19.00 Nationalpark Schwarzwald (BW)
19.15 Essgeschichten (RH)
19.45 Aktuell **20.00** Tages-schau **20.15** Hannes und der Bürgermeister „Verschnüpf!“
21.45 Wohnzimmer-Comedy **22.30** Aktuell **22.45** Jürgen B. Hausmann: Frühlung, Flanzen, Feiertage
23.45 Eijejel – Österliche Hausmannskost mit Jürgen Beckers
0.45 SchleichFernsehen

VOX

20.15 SHOW

Die Höhle der Löwen

Retten die Gründer Nick Peters (l.) und Jan-Angelus Meyer die Bienen? Ihre „easyBeeBox“ soll Imkern für jedermann ermöglichen.

6.10 FILM Asterix und die Wikinger **6.10** Zeichentrickfilm, F/DK 2005
7.25 FILM Super süß und super sexy **7.25** Komödie, USA 2002
9.00 FILM Schwer verliebt **9.00** Komödie, USA 2001
10.55 FILM Natürlich blond 2 **10.55** Komödie, USA 2003 · Mit Reese Witherspoon
12.45 FILM Was passiert, wenn's passiert ist **12.45** Komödie, USA 2012 · Mit Cameron Diaz
14.40 FILM Mädelsabend **14.40** Komödie, USA 2014 · Mit Elizabeth Banks
16.15 FILM Coyote Ugly **16.15** Komödie, USA 2000
Mit Piper Perabo
18.05 FILM Ant-Man **18.05** Sci-Fi-Film, USA/GB 2015 · Mit Paul Rudd

20.15 Die Höhle der Löwen (3/12) **20.15** Show, D 2020
„EASY Bee Box“ / „munevo drive“ · Jury: Nils Glagau, Dr. Georg Kofler, Judith Williams, Carsten Maschmeyer, Dagmar Wöhrl, Ralf Dümmel
Mod.: Amiaz Habtu, Dagmar Wöhrl, Ralf Dümmel, Carsten Maschmeyer, Nils Glagau, Georg Kofler, Nico Rosberg
22.50 Prominent! Magazin
23.35 Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin **23.35** U.a.: Codes des Bösen / In Schutt und Asche / Pfad der Wahrheit / Überführt / Spuren des Bösen (bis 5.05)

WDR

6.30 FILM Kleine Schiffe **6.30** TV-Komödie, D 2012
8.00 Prächtiges Prag
8.45 Bayern erleben
9.30 Lokalzeit-Geschichten **10.00** 50 Jahre mit der Maus (3/5)
11.30 Beste Heimathäppchen – regional, lecker, einfach!
11.45 Der Vorkoster **12.30 FILM Ein Hauch von Nerz** **12.30** Komödie, USA 1962
14.05 FILM Frühstück bei Tiffany **14.05** Tragikomödie, USA 1960
16.00 FILM Uta Danella Mit dir die Sterne sehen **16.00** TV-Melodram, D 2007
17.30 Der Vorkoster **18.15** Apfel, Bier und Schokolade
18.45 Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit-Geschichten **20.00** Tagesschau **20.15** Frag doch mal die Maus · Die große Geburtstagsshow · Mit Günther Jauch, Barbara Schöneberger, Mark Forster, Elton, Stephanie Stumph, Jana Ina Zarrella
23.35 Die größten Schlager-Kulturs der 80er
1.35 FILM Frühstück bei Tiffany (Wh. v. 14.05)
3.25 FILM Ein Hauch von Nerz (von 12.30)

KABEL 1

20.15 ACTIONFILM

Karate Kid

Der Schüler Daniel (R. Macchio, l.) wird schikaniert. Der japanische Hausmeister Mr. Miyagi (Pat Morita) wehlt ihn in die Kunst des Karate ein.

7.05 FILM Buddy **7.05** haut den Lukas Actionkomödie, I 1980 · Mit Bud Spencer
8.50 FILM Banana Joe **8.50** Actionkomödie, I/D 1981
Mit Bud Spencer
10.40 FILM Zwei wie Pech und Schwefel **10.40** Actionkomödie, I/E 1973 · Mit Bud Spencer
12.35 FILM Auf der Suche nach dem goldenen Kind **12.35** Komödie, USA 1986 · Mit Eddie Murphy
14.25 Die Eddie Murphy Story
15.35 News **15.45** **15.45** **FILM Die Glücksritter** **15.45** Komödie, USA 1982
Mit Eddie Murphy
18.00 FILM Der Prinz aus Zamunda **18.00** Komödie, USA 1988 · Mit Eddie Murphy (Wh. von gestern)

20.15 Karate Kid **20.15** Actionfilm, USA 1983 · Mit Elisabeth Shue u.a.
Regie: John G. Avildsen
23.00 Karate Kid 2 – Entscheidung in Okinawa **23.00** Actionfilm, USA 1986 · Mit Ralph Macchio, Noriyuki „Pat“ Morita, Martin Kove u.a.
Regie: John G. Avildsen
1.10 Karate Kid 3 – Die letzte Entscheidung **1.10** Actionfilm, USA 1989 · Mit Ralph Macchio, Noriyuki „Pat“ Morita, Robyn Lively · Regie: John G. Avildsen
First Strike – Jackie Chans Ersts Schlag **3.05** Actionkomödie, USA/HK 1997 · Mit Jackie Chan, Jackson Liu, Annie Wu

BR

8.40 Tele-Gym **9.00** Unternehmen Mär-chenschloss
9.45 FILM Allerlei **9.45** Märchenfilm, D 2012
10.45 Checker Tob
11.15 FILM Jorinde und Joringel **11.15** Märchenfilm, D 2011
12.15 FILM Schneeweißchen und Rosenrot **12.15** Märchenfilm, DDR 78
13.30 Checker Julian **14.00 FILM Der starke Hans** **14.00** TV-Märchenfilm, D 2020
14.50 Märchenhaftes Ostern (7/7)
15.00 FILM Von einem, der auszog, das Fürchten zu lernen **15.00** TV-Märchen, D '14
16.00 Rundschau **16.15** Wir in Bayern
17.45 Gipfel-treffren **18.30** Rundschau **18.45** Quer-beet **19.30** Dahoam is Dahoam
20.00 Tagesschau **20.15** Lust aufs Land – Bayeri-sche Hofgeschichten (3/4)
21.00 Nym-pheuburg **21.45** Rundschau **22.00** Lebenslinien · Markus Wasmeier
22.45 Mord mit Aussicht **23.35** Gipfel-treffen **0.20** Ringlstetter **1.05** Dahoam is ...

NDR

6.15 Elefant, Tiger & Co. **6.40 FILM Die Häschenschule** **6.40** Animationsfilm, D 2017
7.55 Matthäuspassion 2021
9.10 Pilgern in Mecklenburg-Vorpommern
9.40 Helgoland... mit Judith Rakers
10.25 Das Heilige Grab Jesu Christi – Ein ewiger Streit
11.20 Osterbräuche und Frühlingslust
12.05 Das erste Jahr in der Wildnis · Dok.-Film, D 2018
13.36 Made in Norddeutschland
14.20 Peter Heinrich Brix – ein Mann mit Charakter
15.20 Neues aus Büttenwarder
16.15 Treckerfahrer dürfen das! **DIE SHOW** **17.45** Nordseereport Spezial
18.45 DAS! Kochstudio · Ostermenü
19.30 Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Land zwischen den Strömen · Dok.-Film, D 2021
NEU **21.45 FILM Book Club – Das Beste kommt noch** **21.45** Romantikkomödie, USA 2018 · Mit Diane Keaton
23.20 FILM Die Dirigentin **23.20** Drama, NL/B 2018 · Mit Christiane de Bruijn
1.35 Nordseereport Spezial **2.35** Mein Norden
2.45 Hallo Niedersachsen

MDR

7.00 FILM **Das doppelte Lottchen** **7.00** Kinderfilm, D 1950
8.45 Spuk am Tor der Staffelfinale
9.10 FILM Mensch, Oma! **9.10** (4/4) Weitere Aussichten heiter ... · TV-Familienfilm, DDR 1984
10.10 FILM Rumpelstilzchen oder Das Zaubermännchen **10.10** Kinderfilm, D 1960
11.20 FILM Die Gerechten von Kummerow **11.20** Kinderfilm, DDR '82
12.50 FILM Tod auf dem Nil **12.50** Krimi, GB '77
15.05 Vögel des Glücks – Kranich-treffen in Mitteldeutschland
15.50 Auf schma-ler Spur **16.20** Aktuell **16.30** **FILM Heimtje – Mein bester Freund** **16.30** Drama, D 1970
18.05 Ostwärts – mit der Transsibirischen Eisenbahn · Dok.-Film, D 2021
18.54 Sand-männchen **19.00** Regional **19.30** Aktuell **19.50** Mach dich ran! **20.15** André Rieu – Das Konzert auf der Blumeninsel **21.45** Aktuell **22.00** Wem gehört der Osten? **21.45** Die Bahn **22.45** **FILM Hochzeitsnacht im Regen** **22.45** Musicalfilm, DDR 1967 · Mit Traudl Kulikowski
0.25 Die Bergpolizei

RBB

6.55 FILM Die feuerrote Blume **6.55** Märchenfilm, UdSSR 197
8.00 Aktuell **8.30** Abendschau **9.00** Familie Neumann
11.30 **FILM Cinderella '80 (1+2/2)** **11.30** Liebesfilm, I/F 1984
Mit Bonnie Bianco
14.20 **FILM König Drosselbart** **14.20** Märchenfilm, DDR 1965
Mit Manfred Krug
15.30 **FILM Die Prinzessin und der fliegende Schuster** **15.30** Märchenfilm, CS 1987
16.55 **FILM Das Märchen vom goldenen Taler** **16.55** Märchenfilm, D 2020 · Mit Valerie Sophie Körfer
18.10 Tier zullebe **18.40** Bilderbuch **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Eine Brückentour durch Berlin · Dok.-Film, D 2019
21.45 **22.00** **FILM Tatort** **22.00** Dreimal schwarzer Kater · TV-Krimi, D 2002 · Mit Axel Prahl
23.25 **FILM Polizeiruf 110** **23.25** Trickbetrügerin gesucht · TV-Krimi, DDR 1977 · Mit Peter Bergelt
0.35 **FILM** **Manche mögen's heiß** **0.35** Komödie, USA 1959
Mit Marilyn Monroe
2.30 **FILM Cinderella '80 (1+2/2)** **2.30** Liebesfilm, I/F 1984 (Wh. ab 11.30)

Marktplatz

Tarot-LIVE

Was bringt die Zukunft? Wie geht es weiter in Job und Partnerschaft? In **einflussamen Gesprächen** geben Ihnen unsere Berater gerne Auskunft.

Rufen Sie unsere **LIVE-Hotline** an: **0900 / 3333 725**

(€ 1,59/Min. a.d.t. Festnetz, mobil höher) FSK 18

Karten · Numerologie · Astrologie · Pendel

Täglich von 8 Uhr morgens bis 2 Uhr nachts

GLASSCHIEBEDÄCHER LAMELLENDÄCHER

MADE IN GERMANY
DIREKT VOM HERSTELLER

100% FLEXIBEL 100% VARIABEL 100% BERATUNG

KIELGAST

Vario Überdachungstechnik
Kielgast GmbH & Co. KG
Auf'm Brinke 14 · D-59872 Meschede

Telefon: 02 91 74 22
www.kielgast.de

alber

Kraftverstärkender Zusatzantrieb

E-MOTION®

Kraft, die aus den Rädern kommt.

- Elektromotoren im Rad unterstützen wirkungsvoll beim Anschieben
- Spielend Steigungen und längere Strecken bewältigen
- Passt an die meisten Rollstühle

Gratis-Prospekt anfordern: **0800 1224567** (Geb.-frei)

Alber GmbH, Vor dem Weißen Stein 14, Abt. 112, 72461 Albstadt, www.alber.de

Badewannenlift

Endlich wieder unbeschwert baden

Service bundesweit!

Kassenzuschuss möglich

0800 960 1000

24h / 7 Tage die Woche erreichbar

www.idumo.de

Treppenlift

Service & Montage übernimmt unser Hersteller

- Service bundesweit
- Kurze Lieferzeiten
- Sehr preiswert

Neu oder gebraucht

Rufen Sie uns kostenlos an **0800 - 2345655**

www.minova-lift.de

Service & Montage übernimmt unser Hersteller

Neu oder gebraucht

Rufen Sie uns kostenlos an **0800 - 2345655**

www.minova-lift.de

tvvtv Rezept

Möhren-Muffins

Zutaten für 12 Muffins:

- 100 g Margarine
- 125 g brauner Zucker
- 1 Päck. Vanillezucker
- 1 Ei
- 175 g fein geriebene Möhren
- 3 EL Milch
- 150 g Mehl
- 1/2 Päck. Backpulver
- 3 EL kernige Haferflocken
- 50 g gehackte Pecanuss- oder Walnusskerne
- 80 g weiße Kuvertüre
- ca. 24 g dragierte Schoko-mandeln

1 Margarine, Zucker und Vanillezucker mit den Quirlen des Handrührgeräts cremig rühren. Ei, geriebene Möhren und Milch dazugeben und unterrühren.

2 Mehl und Backpulver sieben, mit Haferflocken und Nüssen mischen und zu der Margarine-Ei-Masse geben. Teig in ein mit Papierförmchen ausgelegtes Muffinblech füllen. Muffins im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft: 160 Grad) ca. 25 - 35 Minuten backen.

3 Muffins aus dem Backofen holen und ca 10 Minuten abkühlen lassen. Zum Verzieren Kuvertüre schmelzen. Die Muffins damit bestreichen und mit den dragierten Schokomandeln verzieren.

Tipp:
Wer mag, kann die Muffins statt mit Schokomandeln mit Mini-Möhren aus Marzipan dekorieren.

Süße Ostern

Verwöhnen Sie Ihre Lieben am Ostersonntag mit luftigem Mandel-Osterbrot und saftigen Möhrenmuffins

Osterbrot mit Mandeln

Zutaten für den Hefeteig:

- 600 g Mehl
- 20 g Hefe
- 300 ml lauwarme Milch
- 1 Prise Salz
- 80 g Zucker
- 50 g Butter
- 2 Eigelbe
- Abgeriebene Schale einer halben Bio-Zitrone
- 100 g gemahlene Mandeln
- 1 Ei
- 2 EL Hagelzucker

Außerdem: Backpapier

1 Für den Vorteig Mehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde drücken und die Hefe hinein bröckeln. Mit etwas Zucker und Mehl bestreuen. Etwas lauwarme Milch zugeben und verrühren. Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.

2 Butter schmelzen, etwas abkühlen und mit Mandeln, restlicher Milch, Eigelben, Zitronenschale, Salz und restlichem Zucker zum Vorteig geben. Mit den Knethaken des Handrührgerätes in fünf Minuten zu einem Teig verkneten. Teig zugedeckt nochmal solange ruhen lassen,

3 Den gegangenen Teig kurz kneten und in drei Stücke teilen. Jedes Stück zu einer 30 Zentimeter langen Rolle formen. Teigrollen zu einem Zopf flechten. Den Zopf in eine mit Backpapier ausgekleidete Kastenform geben. Den Hefeteig in der Form nochmal 20 Minuten gehen lassen.

4 Das Ei trennen, das Eigelb und die Hälfte vom Eiweiß verquirlen. Das Osterbrot damit bestreichen und dann mit Hagelzucker bestreuen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen auf der zweiten Einschubleiste von unten 30 - 35 Minuten backen. Damit das Osterbrot nicht zu dunkel wird, nach 25 Minuten eventuell mit Backpapier abdecken. Nach Ende der Backzeit Osterbrot aus dem Ofen nehmen und in der Form abkühlen lassen.

Foto: Rima, Topins

DAS ERSTE



20.15 FAMILIENSERIE

Um Himmels Willen
Pilot Sam (Ben Blaskovic, l.) ist ver- zweifelt, weil er keine großen Ma- schinen mehr fliegen darf. Schwester Hanna (Janina Hartwig) hilft ihm.

5.30 ZDF-Morgenmagazin
9.05 Live nach Neun
9.55 Verrückt nach Meer
10.45 Meister des Alltags
11.15 Wer weiß denn sowas?
12.00 Tagesschau
12.15 ARD-Buffer
13.00 Mittagssmagazin
14.00 Tagesschau
14.10 Rote Rosen
15.00 Tagesschau
15.10 Sturm der Liebe
16.00 Tagesschau
16.10 Das Quiz mit Jörg Pilawa
17.00 Tagesschau
17.15 Brisant
18.00 Wer weiß denn sowas?
Quizshow, D 2021 · Gäste:
Robert Hunke, Jessy Wellmer
18.50 WaPo Berlin
Die Inszenie- rung eines Lebens (2019)
19.45 Wissen vor acht – Natur
19.50 Wetter vor acht
19.55 Börse vor acht
20.00 Tagesschau

20.15 **Um Himmels Willen**
Familienserie, D 2021 · Abflug
21.00 **In aller Freundschaft**
Krankenhausserie, D 2021
Wennschon – dennschon
21.45 **Report München extra**
Eichmann und sein geheimer Komplize – Die Enttarnung eines Massenmörders
22.15 **Tagesthemen**
22.50 **Club 1** Der Überraschungstalk mit Hannes Ringlstetter
0.20 **Nachtmagazin**
0.40 **Um Himmels Willen**
Familienserie, D 2021 · Abflug
1.25 **In aller Freundschaft**
Krankenhausserie, D 2021
Wennschon – dennschon
2.10 **Tagesschau**
2.15 **Club 1** Der Überraschungstalk mit Hannes Ringlstetter
3.45 **Die Wolfsaga** Doku, D 2020
4.30 **Brisant**
4.55 **Tagesschau**

20.15 **Um Himmels Willen**
Familienserie, D 2021 · Abflug
21.00 **In aller Freundschaft**
Krankenhausserie, D 2021
Wennschon – dennschon
21.45 **Report München extra**
Eichmann und sein geheimer Komplize – Die Enttarnung eines Massenmörders
22.15 **Tagesthemen**
22.50 **Club 1** Der Überraschungstalk mit Hannes Ringlstetter
0.20 **Nachtmagazin**
0.40 **Um Himmels Willen**
Familienserie, D 2021 · Abflug
1.25 **In aller Freundschaft**
Krankenhausserie, D 2021
Wennschon – dennschon
2.10 **Tagesschau**
2.15 **Club 1** Der Überraschungstalk mit Hannes Ringlstetter
3.45 **Die Wolfsaga** Doku, D 2020
4.30 **Brisant**
4.55 **Tagesschau**

20.15 **Die Tricks von Ferrero**
Doku, D 2021 · Nutella, Yogurette & Co. im Check
21.00 **Frontal 21** Politmagazin
21.45 **heute-journal**
22.15 **Wisch und weg**
Wie man sich heute findet und verpasst
22.45 **Markus Lanz** Talkshow
0.00 **heute journal update**
0.15 **Deepwater Horizon**
Katastrophenfilm, USA/HK '16
Mit Mark Wahlberg, Kurt Russell, John Malkovich
Regie: Peter Berg
1.50 **Hanna Svensson – Blutsbande** (1/5)
TV-Krimireihe, S 2016
Mit Marie Richardson, Adam Pålsson, Alexej Manvelov
Regie: Simon Kaijser
3.40 **The Five – Drama in West-Brigde** Dramaserie, GB 2016
Finale der 1. Staffel
4.25 **Filmgorillas** Magazin

NDR

6.20 **FILM** Nils Holgerssons wunderbare Reise (1/4) Der Aufbruch · Kinderfilm, S/D '11 (tägl.) **7.20** Rote Rosen **8.10** Sturm der Liebe **9.00** Regional **9.30** Hamburg Journal **10.00** S-H Magazin **10.30** buten un binnen **11.00** Hallo Niedersachsen **11.30** Die Nordreportage **12.00** Elefant & Co. **12.25** In aller Freundschaft **13.10** In aller Freundsch. – Die jungen Ärzte **14.00** Nord Info **14.15** Gefragt – Gejagt **15.00** die nordstory **16.00** Nord Info **16.10** Mein Nachmittag **17.00** NDR Info **17.10** Seehund & Co. **18.00** Regional **18.15** Die Nordreportage **18.45** DAS! **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Visite · Kontrastmittel bei MRT-Untersuchung kann Nebenwirkungen haben / Hüftschmerzen **21.15** Panorama – die Reporter **21.45** NDR Info **22.00** **FILM** Tatort Borowski und der Fluch der weißen Möwe · TV-Krimi, D 2021 · Mit Axel Milberg **23.00** Weltbilder · Indiens Kindersklaven **0.00** Gestorben wird morgen · Dok.-Film, USA/D 2018

20.15 **Um Himmels Willen**
Familienserie, D 2021 · Abflug
21.00 **In aller Freundschaft**
Krankenhausserie, D 2021
Wennschon – dennschon
2.10 **Tagesschau**
2.15 **Club 1** Der Überraschungstalk mit Hannes Ringlstetter
3.45 **Die Wolfsaga** Doku, D 2020
4.30 **Brisant**
4.55 **Tagesschau**

MDR

5.10 Thüringen-Journal **5.40** Rote Rosen **6.30** Sturm der Liebe **7.20** Rote Rosen **8.10** Sturm der Liebe **9.00** In aller Freundschaft **9.45** Quizduell – Der Olymp **10.30** Elefant, Tiger & Co. **11.00** MDR um elf **11.45** In aller Freundschaft **12.30** **FILM** Das fliegende Klassenzimmer Jugendfilm, D 1973 · Mit Joachim Fuchsberger **14.00** MDR um zwei **15.15** Gefragt – Gejagt **16.00** MDR um vier **17.45** Aktuell **18.10** Brisant **18.54** Sandmännchen **19.00** MDR Regional **19.30** Aktuell **19.50** Einfach genial **20.15** Umschau · 21.00 Eine Schule für Helden – das Feuerwehrrstitut Heyrothsberge **21.45** Aktuell **22.10** Der Sputnik-Schock · Raketenpoker im Kalten Krieg **22.55** **FILM** ■ **Polizeiruf 110** Das Haus an der Bahn · TV-Krimi, DDR 1972 · Mit Peter Borgelt **0.00** Morden im Norden · Zahr und Zimmermann **0.50** Die Bergpolizei · Sprung in den Tod / Das See- ungeheuer **2.30** Eine Schule für Helden – das Feuerwehrrstitut Heyrothsberge

20.15 **Um Himmels Willen**
Familienserie, D 2021 · Abflug
21.00 **In aller Freundschaft**
Krankenhausserie, D 2021
Wennschon – dennschon
2.10 **Tagesschau**
2.15 **Club 1** Der Überraschungstalk mit Hannes Ringlstetter
3.45 **Die Wolfsaga** Doku, D 2020
4.30 **Brisant**
4.55 **Tagesschau**

RBB

6.50 Rote Rosen **7.40** Der rbb macht Fit- ness **8.00** Aktuell **8.30** Abendschau **9.00** In aller Freundschaft **10.30** **FILM** Sissi Lie- besfilm, A 1955 · Mit Romy Schneider **12.10** Dings vom Dach **13.00** rbb24 **13.15** Gefragt – Gejagt **14.00** Unterwegs im Ho- hen Fläming **14.15** **FILM** Sissi – Die junge Kaiserin Liebesfilm, A 1956 · Mit Romy Schneider **16.00** rbb24 **16.12** Panda, Gorilla & Co. **17.05** Alles Klara **18.00** Um sechs **18.27** zibb **19.30** Abendschau **20.00** Ta- gesschau **20.15** Geheimnisvolle Orte · Der Anhalter Bahnhof / Hitlers Linz **21.45** rbb24 · mit Sport **22.15** Hitzler (3/6) **22.45** Die Florian Schroeder Satireshow **23.30** Kroymann (3/3) · Mit Sebastian Schwarz, Walter Kreye, Annette Frier, Rainer Bock, Marleen Lösch, Denise M'Baye **0.00** Kroy- mann · Mit Christina Hecke, Gustav-Peter Wöhler, Sylvia Mayer, Klaus Nierhoff, Georg Uecker, Roland Riebling **0.30** Geheimnis- volle Orte **2.00** Baseballschlägerjahre

20.15 **Um Himmels Willen**
Familienserie, D 2021 · Abflug
21.00 **In aller Freundschaft**
Krankenhausserie, D 2021
Wennschon – dennschon
2.10 **Tagesschau**
2.15 **Club 1** Der Überraschungstalk mit Hannes Ringlstetter
3.45 **Die Wolfsaga** Doku, D 2020
4.30 **Brisant**
4.55 **Tagesschau**

ZDF



20.15 DOKU

Die Tricks von Ferrero
Der Konzern Ferrero hat viele süße Klassiker im Sortiment. Sebastian Lege (Foto) will u.a. das Geheimnis des „nutella“-Erfolgs lüften.

5.30 ZDF-Morgenmagazin
9.00 heute Xpress
9.05 Volle Kanne – Service täglich
10.30 Notruf Hafenkante
11.15 SOKO Stuttgart
12.00 heute
12.10 drehscheibe
13.00 Mittagssmagazin
14.00 heute – in Deutschland
14.15 Die Küchenschlacht
15.05 Bares für Rares
16.00 heute – in Europa
16.10 **Die Rosenheim-Cops**
Krimiserie, D 2017
Enzian kann tödlich sein
17.00 heute
17.10 hallo deutschland
17.45 Leute heute
18.00 **SOKO Hamburg**
Krimiserie, D 2021
Nachts auf dem Friedhof
19.00 heute / Wetter
19.25 **Die Rosenheim-Cops**
Krimiserie, D 2021 · Der Tod ist kein Veganer · Staffelfinale

20.15 **Die Tricks von Ferrero**
Doku, D 2021 · Nutella, Yogurette & Co. im Check
21.00 **Frontal 21** Politmagazin
21.45 **heute-journal**
22.15 **Wisch und weg**
Wie man sich heute findet und verpasst
22.45 **Markus Lanz** Talkshow
0.00 **heute journal update**
0.15 **Deepwater Horizon**
Katastrophenfilm, USA/HK '16
Mit Mark Wahlberg, Kurt Russell, John Malkovich
Regie: Peter Berg
1.50 **Hanna Svensson – Blutsbande** (1/5)
TV-Krimireihe, S 2016
Mit Marie Richardson, Adam Pålsson, Alexej Manvelov
Regie: Simon Kaijser
3.40 **The Five – Drama in West-Brigde** Dramaserie, GB 2016
Finale der 1. Staffel
4.25 **Filmgorillas** Magazin

20.15 **Die Tricks von Ferrero**
Doku, D 2021 · Nutella, Yogurette & Co. im Check
21.00 **Frontal 21** Politmagazin
21.45 **heute-journal**
22.15 **Wisch und weg**
Wie man sich heute findet und verpasst
22.45 **Markus Lanz** Talkshow
0.00 **heute journal update**
0.15 **Deepwater Horizon**
Katastrophenfilm, USA/HK '16
Mit Mark Wahlberg, Kurt Russell, John Malkovich
Regie: Peter Berg
1.50 **Hanna Svensson – Blutsbande** (1/5)
TV-Krimireihe, S 2016
Mit Marie Richardson, Adam Pålsson, Alexej Manvelov
Regie: Simon Kaijser
3.40 **The Five – Drama in West-Brigde** Dramaserie, GB 2016
Finale der 1. Staffel
4.25 **Filmgorillas** Magazin

20.15 **Die Tricks von Ferrero**
Doku, D 2021 · Nutella, Yogurette & Co. im Check
21.00 **Frontal 21** Politmagazin
21.45 **heute-journal**
22.15 **Wisch und weg**
Wie man sich heute findet und verpasst
22.45 **Markus Lanz** Talkshow
0.00 **heute journal update**
0.15 **Deepwater Horizon**
Katastrophenfilm, USA/HK '16
Mit Mark Wahlberg, Kurt Russell, John Malkovich
Regie: Peter Berg
1.50 **Hanna Svensson – Blutsbande** (1/5)
TV-Krimireihe, S 2016
Mit Marie Richardson, Adam Pålsson, Alexej Manvelov
Regie: Simon Kaijser
3.40 **The Five – Drama in West-Brigde** Dramaserie, GB 2016
Finale der 1. Staffel
4.25 **Filmgorillas** Magazin

RTL



20.15 SHOW

I Can See Your Voice
Gesangstalent oder Krächzstimme? Daniel Hartwich (Foto) stellt seine Jury vor knifflige Entscheidungen nach den Playback-Auftritten.

5.30 Guten Morgen Deutschland
8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten
9.00 Unter uns
9.30 Alles was zählt
10.00 Der Blaulicht-Report
12.00 Punkt 12
14.00 110 – Echte Fälle der Polizei
15.00 **Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal** Show, D '19
Designer Tisch von Peter Ghy- czy / Oscar Statue lebensgroß / Walter Bosse Schlüsselhaken
16.00 **Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal** Show, D '20
Pluvium Schirmständer
16.30 **Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal** Show, D 2019 · Kirmesgreifer / Silber- kannen / Hotel-Boy Aufsteller
17.30 **Unter uns** Daily Soap
18.00 **Explosiv** Magazin
18.30 **Exklusiv** Magazin
18.45 **RTL aktuell**
19.05 **Alles was zählt**
19.40 **Gute Zeiten, schlechte Zeiten**

20.15 **I Can See Your Voice** (2/6)
Show, D 2021
Barbara Schöneberger
Mod.: Daniel Hartwich
22.15 **Mario Barth live!** (2/2)
Comedyshow, D 2019
Männer sind faul, sagen die Frauen
23.15 **Täglich frisch geröstet**
Show, D 2021
Mod.: Jens Knossalla
0.00 **Nachtjournal**
0.30 **CSI: NY** Krimiserie, USA/CDN 2004 · Geschöpfe der Nacht
2.50 **CSI: NY** Tiefes Grab
3.35 **Der Blaulicht-Report**
Doku-Soap, D 2016
Supermarkt-Baby deckt Beziehungs- drama auf / Unbekannte Angreiferin überschüttet Auto mit Farbe
4.55 **Exklusiv** Magazin

20.15 **I Can See Your Voice** (2/6)
Show, D 2021
Barbara Schöneberger
Mod.: Daniel Hartwich
22.15 **Mario Barth live!** (2/2)
Comedyshow, D 2019
Männer sind faul, sagen die Frauen
23.15 **Täglich frisch geröstet**
Show, D 2021
Mod.: Jens Knossalla
0.00 **Nachtjournal**
0.30 **CSI: NY** Krimiserie, USA/CDN 2004 · Geschöpfe der Nacht
2.50 **CSI: NY** Tiefes Grab
3.35 **Der Blaulicht-Report**
Doku-Soap, D 2016
Supermarkt-Baby deckt Beziehungs- drama auf / Unbekannte Angreiferin überschüttet Auto mit Farbe
4.55 **Exklusiv** Magazin

20.15 **I Can See Your Voice** (2/6)
Show, D 2021
Barbara Schöneberger
Mod.: Daniel Hartwich
22.15 **Mario Barth live!** (2/2)
Comedyshow, D 2019
Männer sind faul, sagen die Frauen
23.15 **Täglich frisch geröstet**
Show, D 2021
Mod.: Jens Knossalla
0.00 **Nachtjournal**
0.30 **CSI: NY** Krimiserie, USA/CDN 2004 · Geschöpfe der Nacht
2.50 **CSI: NY** Tiefes Grab
3.35 **Der Blaulicht-Report**
Doku-Soap, D 2016
Supermarkt-Baby deckt Beziehungs- drama auf / Unbekannte Angreiferin überschüttet Auto mit Farbe
4.55 **Exklusiv** Magazin

SAT. 1



20.15 SHOW

Claudias House of Love
Schluss mit Nacktplantschen: Die Herren (Foto) müssen Modebewusst- sein beweisen, um Gastgeberin Clau- dia Obert zu überzeugen.

5.30 Sat.1-Frühstücksfernsehen · Modera- tion: Daniel Boschmann, Karen Heinrichs, Matthias Killing, Marlene Lufen, Alina Mer- kau, Jochen Schropp, Christian Wackert
9.25 2 Broke Girls
10.20 Man with a Plan **11.15** Scrubs – Die Anfänger **12.05** Young Sheldon **13.00** Last Man Standing · Hardliner Hardin **13.25** Two and a Half Men **14.45** The Middle **15.40** The Big Bang Theory · Das Warteschlan- gen-Problem / Die Annäherungs-Versu- chung / Die Beischlaf-Vermutung **17.00** Auf Streife – Die Spezialisten **18.10** Die Simpsons
Talent mit Pfiff / Der Exorzismus von Mag- gie Simpson **19.05** Galileo

20.15 **Claudias House of Love** (3/8)
Show, D 2020
Mod.: Claudia Obert
21.30 **Claudias House of Love** (4/8)
Show, D 2020
22.45 **Promis Privat** (3/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Harald Glöckler, Melanie Müller, Theresia Fischer
23.50 **Promis Privat** (4/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Matthias Mangiapane, Philipp Plein, Harald Glöckler, Hubert Fella
0.45 **Promis Privat** (5/7)
Doku-Soap, D 2020
1.35 **Auf Streife – Die Spezialisten**
3.15 **Auf Streife** Doku-Soap

20.15 **Claudias House of Love** (3/8)
Show, D 2020
Mod.: Claudia Obert
21.30 **Claudias House of Love** (4/8)
Show, D 2020
22.45 **Promis Privat** (3/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Harald Glöckler, Melanie Müller, Theresia Fischer
23.50 **Promis Privat** (4/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Matthias Mangiapane, Philipp Plein, Harald Glöckler, Hubert Fella
0.45 **Promis Privat** (5/7)
Doku-Soap, D 2020
1.35 **Auf Streife – Die Spezialisten**
3.15 **Auf Streife** Doku-Soap

20.15 **Claudias House of Love** (3/8)
Show, D 2020
Mod.: Claudia Obert
21.30 **Claudias House of Love** (4/8)
Show, D 2020
22.45 **Promis Privat** (3/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Harald Glöckler, Melanie Müller, Theresia Fischer
23.50 **Promis Privat** (4/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Matthias Mangiapane, Philipp Plein, Harald Glöckler, Hubert Fella
0.45 **Promis Privat** (5/7)
Doku-Soap, D 2020
1.35 **Auf Streife – Die Spezialisten**
3.15 **Auf Streife** Doku-Soap

HR

7.45 Hessen à la carte **8.00** Fit in den Tag
8.45 Die Ratgeber **9.15** defacto **10.00** Weinwunder Deutschland · Dok.-Film, D 2014 **10.30** Frau Doktor und die wilden Tiere (1/4) **11.15** Giraffe, Erdmännchen & Co. **12.05** Gefragt – Gejagt **12.50** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte **13.40** Hück **14.30** **FILM** **Mensch Mama!** TV-Ko- modie, D 2012 **16.00** hallo hessen / hes- senschau **18.00** Maintower **18.25** Brisant
18.45 Die Ratgeber **19.15** alle wetter **19.30** hessenschau **20.00** Tagesschau
20.15 Der Camping-Check Tinyhouse, Bul- lis & Naturcamping · Ein Roadtrip mit Friso Richter **21.00** Tobis Urlaubstrip – Edersee hautnah! **21.45** Herrliches Hessen · Fels- berg und Umgebung **22.15** hessenschau
22.30 **FILM** ■ **Sabrina** Liebeskomödie, USA 1954 · Mit Audrey Hepburn **0.20** **FILM** **Mensch Mama!** (Wh. von 14.30)

20.15 **Claudias House of Love** (3/8)
Show, D 2020
Mod.: Claudia Obert
21.30 **Claudias House of Love** (4/8)
Show, D 2020
22.45 **Promis Privat** (3/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Harald Glöckler, Melanie Müller, Theresia Fischer
23.50 **Promis Privat** (4/7)
Doku-Soap, D 2020
Mit Matthias Mangiapane, Philipp Plein, Harald Glöckler, Hubert Fella
0.45 **Promis Privat** (5/7)
Doku-Soap, D 2020
1.35 **Auf Streife – Die Spezialisten**
3.15 **Auf Streife** Doku-Soap

PRO 7



20.15 SHOW

Joko & Klaas gegen ProSieben
Joko Winterscheidt (l.) und Klaas Heufer-Umlauf wissen 15 Minuten zu nutzen. Ihre „Männerwelten“ wurden für den Grimmepreis nominiert.

5.20 Galileo **6.20** How I Met Your Mother
7.10 Two and a Half Men **8.30** Eine schrecklich nette Familie **9.25** 2 Broke Girls
10.20 Man with a Plan **11.15** Scrubs – Die Anfänger **12.05** Young Sheldon **13.00** Last Man Standing · Hardliner Hardin **13.25** Two and a Half Men **14.45** The Middle **15.40** The Big Bang Theory · Das Warteschlan- gen-Problem / Die Annäherungs-Versu- chung / Die Beischlaf-Vermutung **17.00** Auf Streife – Die Spezialisten **18.10** Die Simpsons
Talent mit Pfiff / Der Exorzismus von Mag- gie Simpson **19.05** Galileo

20.15 **Joko & Klaas gegen ProSieben** (2/5)
Show, D 2021
Mit Joko Winterscheidt, Klaas Heufer-Umlauf
Mod.: Steven Gätjen
23.05 **Late Night Berlin** (8/15)
Show, D 2021
Guest: Casper, Drangsal
Mod.: Klaas Heufer-Umlauf
0.15 **Joko gegen Klaas – Das Duell um die Welt**
Show, D 2014
3.15 **Spätnachrichten**
3.20 **Galileo Big Pictures**
Show, D 2020
Emojis – 50 Bilder die uns bewegen

20.15 **Joko & Klaas gegen ProSieben** (2/5)
Show, D 2021
Mit Joko Winterscheidt, Klaas Heufer-Umlauf
Mod.: Steven Gätjen
23.05 **Late Night Berlin** (8/15)
Show, D 2021
Guest: Casper, Drangsal
Mod.: Klaas Heufer-Umlauf
0.15 **Joko gegen Klaas – Das Duell um die Welt**
Show, D 2014
3.15 **Spätnachrichten**
3.20 **Galileo Big Pictures**
Show, D 2020
Emojis – 50 Bilder die uns bewegen

20.15 **Joko & Klaas gegen ProSieben** (2/5)
Show, D 2021
Mit Joko Winterscheidt, Klaas Heufer-Umlauf
Mod.: Steven Gätjen
23.05 **Late Night Berlin** (8/15)
Show, D 2021
Guest: Casper, Drangsal
Mod.: Klaas Heufer-Umlauf
0.15 **Joko gegen Klaas – Das Duell um die Welt**
Show, D 2014
3.15 **Spätnachrichten**
3.20 **Galileo Big Pictures**
Show, D 2020
Emojis – 50 Bilder die uns bewegen

SWR

7.55 Fahr mal hin **8.25** WaPo Bodensee
9.15 Eisenbahn-Romantik **9.45** Mensch, Leute! **10.15** Nationalpark Schwarzwald
11.00 Planet Wissen **12.00** Eisbär, Affe & Co. **12.45** Meister des Alltags **13.15** Ge- fragt – Gejagt **14.00** Aktuell **14.10** Eisen- bahn-Romantik **15.10** WaPo Bodensee
16.05 Kaffee oder Tee **18.00** Aktuell **18.15** natürlich! **18.45** Landesschau **19.30** Aktuel- lell **20.00** Tagesschau **20.15** Marktcheck
21.00 Die Ökochecker (1/4) · Fleisch · Neu- es Magazin, D 2021 **21.45** Aktuell **22.00** Freunde in der Mäulesmühle · Mit Willy Astor, Heinrich del Core **22.30** Das Gipfel- treffen (1/7) Schubert, Sträter und König retten die Welt **23.00** Comedy-Bar (2/6) Mit Sascha Korf, Volker und Thomas Martins
23.30 Wie der Südwesten wohnte (2/2) Dok.-Film, D 2018 **0.15** Traumvillen im Südwesten – Luxus, Glanz und 70 Zimmer

20.15 **Joko & Klaas gegen ProSieben** (2/5)
Show, D 2021
Mit Joko Winterscheidt, Klaas Heufer-Umlauf
Mod.: Steven Gätjen
23.05 **Late Night Berlin** (8/15)
Show, D 2021
Guest: Casper, Drangsal
Mod.: Klaas Heufer-Umlauf
0.15 **Joko gegen Klaas – Das Duell um die Welt**
Show, D 2014
3.15 **Spätnachrichten**
3.20 **Galileo Big Pictures**
Show, D 2020
Emojis – 50 Bilder die uns bewegen

Anzeige

Leichter abnehmen mit der Nr.1



Aus Ihrer Apotheke formoline L112 oder – für Personen über 75 kg – formoline L112 EXTRA hochdosiert

3 Kleidergrößen schlanker – klinisch belegt

Das seit nunmehr 19 Jahren bewährte Schlankheitsmittel formoline L112 ist das einzige Medi- zinprodukt zum Ab- nehmen mit einer bahnbrechenden klini- schen Langzeit- studie! über 12 Monate. Die Studie belegt seine enorme Leistungsfähigkeit, denn die Teilnehmer konnten im Mittel ihren Bauchumfang um über 13cm reduzieren sowie über 12 kg abnehmen.

Die Kalorien gehen – der Genuss bleibt

Nehmen Sie einfach täglich jeweils zwei Ballaststoff-Ta- bletten formoline L112 oder formoline L112 EXTRA zu Ih- ren beiden Hauptmahlzeiten

ein. Der Wirk-Ballaststoff L112 vermindert die Kalorienauf- nahme aus den verzehrten Nah- rungsfetten. Es- sen Sie vernünf- tig und bewegen Sie sich regel- mäßig. Damit ist Ihre Wohlfühfigur bald erreicht.

Ärzte empfehlen formoline L112 zum Abnehmen

In einer Umfrage sagen 86 % der Ärzte, die formoline kennen: „formoline L112 unterstützt Patienten beim Abnehmen“³.

Ihre 3 Hauptvorteile:

DAS ERSTE	ZDF	RTL	SAT. 1	PRO 7	VOX	KABEL 1
20.15 TV-DRAMA Gefangen Der erfahrene Polizist Harry (Wolfram Koch) fühlt sich von seinem Leben überfordert. Er flüchtet sich in die Identität eines Unfallopfers.	20.15 SHOW Da kommst du nie drauf! Johannes B. Kerner (Foto) hat wieder unterhaltsame Einspielfilme zu den originellen Fragen gedreht. Raten soll heute u.a. Rainer Calmund.	20.15 SHOW Pocher vs. Influencer Im Internet haben sie alles im Griff, doch können Influencer auch auf der Showbühne bestehen? Oliver Pocher (Foto) fordert sie heraus.	20.15 SHOW Reingelegt ... Zwei Stunden Schadenfreude: Comedians auf verschiedenen Ländern haben lustige Fallen für Passanten und Promis aufgestellt.	20.15 DRAMASERIE 9-1-1 Notruf L.A. Buck (Oliver Stark, l.) und Eddie (Ryan Guzman) müssen sich etwas einfallen lassen: Ein Kind fliegt allein und hilflos in einem Heißluftballon.	20.15 DRAMA Club der roten Bänder ... Die Vorgeschichte der „Krankenhaus-Gang“ lief 2019 im Kino: Leo (Tim O. Schultze, r.) freundet sich mit Benni (Jürgen Vogel) an.	20.15 SCI-FI-FILM Der Tag, an dem die Erde ... Der Außerirdische Klaatu (Keanu Reeves) landet in New York. Dr. Benson (J. Connelly) soll herausfinden, welche Absichten er verfolgt.
5.30 ZDF-Morgenmagazin 9.05 Live nach Neun 9.55 Verrückt nach Meer 10.45 Meister des Alltags 11.15 Wer weiß denn sowas? 12.10 Tagesschau 12.15 ARD-Buffer 13.00 Mittagsmagazin 14.00 Tagesschau 14.10 Rote Rosen 15.00 Tagesschau 15.10 Sturm der Liebe 16.00 Tagesschau 16.10 Das Quiz mit Jörg Pilawa 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? Gäste: Karsten Schwanke, Sven Plöger 18.50 Watzmann ermittelt Krimiserie, D 2021 · Weihnachtsmänner im Sommer 19.45 Wissen vor acht – Werkstatt 19.50 Wetter vor acht / Börse 20.00 Tagesschau	5.30 ZDF-Morgenmagazin 9.05 Volle Kanne – Service täglich 10.30 Notruf Hafenkante 11.15 SOKO Stuttgart 12.00 heute 12.10 drehscheibe 13.00 Mittagsmagazin 14.00 heute – in Deutschland 14.15 Die Küchenschlacht 15.00 heute Xpress 15.05 Bares für Rares 16.00 heute – in Europa 16.10 Die Rosenheim-Cops Krimiserie, D 2017 Nur Hansen war Zeuge 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar Krimiserie, D 2021 · Waidmannsheil Finale der 18. Staffel 18.54 Lotto am Mittwoch 19.00 heute / Wetter 19.25 Kanzlei Berger Anwalts-serie, D 2021 · Der Raser	5.30 Guten Morgen Deutschland 8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten 9.00 Unter uns 9.30 Alles was zählt 10.00 Der Blaulicht-Report 12.00 Punkt 12 14.00 110 – Echte Fälle der Polizei 15.00 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D 2019 · U.a.: Brillantring 16.00 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D '20 Lucienne Monique Lampe / Half Dome Chair-Paar von Eero Aarnio 16.30 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D '19 Tamco Soundwagen / Schütte Gewürze Küche / Werbetafel 17.30 Unter uns Daily Soap 18.00 Explosiv Magazin 18.30 Exklusiv Magazin 18.45 RTL aktuell 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten	5.30 Sat.1-Frühstücksfernsehen · Moderation: Daniel Boschmann, Karen Heinrichs, Matthias Killing, Marlene Lufen, Alina Merkau, Jochen Schropp, Christian Wackert 10.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie! 11.00 Mein dunkles Geheimnis 12.00 Die Ruhrpottwache 13.00 Auf Streife – Berlin 14.00 Auf Streife 15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Die Ruhrpottwache 17.30 K11 – Die neuen Fälle 18.00 Buchstaben Battle 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 Reingelegt – Die lustigsten Comedy-Fallen der Welt Show, D 2021 22.20 111 tollkühne Talente! Show, D 2020 Egal, wie, wo und wann man seinem Talent nachgeht – für die Mitmenschen kann das schnell anstrengend werden. Es sei denn, es läuft eine Kamera ... 0.05 Reingelegt – Die lustigsten Comedy-Fallen der Welt Show, D 2021 1.55 Auf Streife – Die Spezialisten Doku-Soap, D 2015-2021 3.30 Auf Streife Doku-Soap, D 2013-2021	6.35 Two and a Half Men 7.55 The Big Bang Theory 9.05 2 Broke Girls 10.00 Man with a Plan 10.50 Scrubs – Die Anfänger 12.35 Last Man Standing 13.30 Two and a Half Men · U.a.: Die reine Unbeschnittenheit / Sabber, lechzt, schmacht 14.45 The Middle · Die Jammerrappen / Der falsche Fußfänger 15.40 The Big Bang Theory · Die Schweige-Verpflichtung / Das künstliche Koffein-Problem / Das Kohabitations-Experiment 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons · Grampa ist ganz Ohr / Blau im Amt 19.05 Galileo 20.15 9-1-1 Notruf L.A. Dramaserie, USA 2020 Stromausfall 21.15 9-1-1: Lone Star Dramaserie, USA 2020 · Aufnahmestest 22.15 Seattle Firefighters – Die jungen Helden Actionserie, USA 2020 · Machtkämpfe / Ehrgeiz / Kälteschock 1.05 The Orville Sci-Fi-Serie, USA 2019 · Zu Hause / Vertraue dem Feind 2.55 Spätnachrichten 3.00 2 Broke Girls Sitcom, USA 2011 · Nicht hübsch genug 3.25 ABBA – Songs für die Ewigkeit Doku, GB 2019 4.05 taff	5.05 CSI: NY 7.20 CSI: Den Tätern auf der Spur 9.10 CSI: Miami 11.55 vox nachrichten 12.00 Shopping Queen 13.00 Zwischen Tüll und Tränen 14.00 Mein Kind, dein Kind 15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner · Tag 2: Johannes, Gütersloh / Vorspeise: Fenchel – Garam Masala – Thunfisch / Hauptspeise: Longhorn – Krapfen – Bohnen / Nachspeise: Lavendelhonig – Orange – Haselnuss – Himbeere 20.15 Club der roten Bänder – FILM *** Wie alles begann Drama, D 2019 · Mit Damian Hardung, Luise Biefert u.a. Regie: Felix Binder <i>NEU</i> 22.35 Bones – Die Knochenjägerin Krimiserie, USA 2015 Mobbingsopfer Molly? 23.30 Bones – Die Knochenjägerin Krimiserie, USA 2015 · Und wen verurteilen die Opfer? 0.25 vox nachrichten 0.45 Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin U.a.: Eiskalte Seelen / Todesengel / Skrupellos / Zwischen Himmel und Erde / Die Gier und der Tod (bis 5.05)	5.05 The Mentalist 5.55 Navy CIS 7.40 Navy CIS: New Orleans 9.25 Blue Bloods – Crime Scene New York · Die ganz harte Tour / Die blaue Grippe 11.10 Castle · 47 Sekunden / Der Britte 13.00 The Mentalist (1+2/23) Wh. der 2. Staffel · Schmerz und Geld / Der Problemlöser 14.55 Navy CIS Falsche Fährten 15.50 News 16.00 Navy CIS · Willkommen in der Hölle 16.55 Abenteuer Leben täglich · Sparfuchs: Markentartikel bei „Wish“ 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt · „Burghotel Pass“, Südlahn 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Der Tag, an dem die Erde stillstand FILM ★★ Sci-Fi-Film, USA 2008 · Mit Kathy Bates, Jaden Smith u.a. Regie: Scott Derrickson 22.30 Gefährliche Brandung FILM *** Thriller, USA 1991 · Mit Patrick Swayze, Keanu Reeves, Gary Busey · Regie: Kathryn Bigelow 1.00 Der Tag, an dem die Erde stillstand FILM ★★ Sci-Fi-Film, USA 2008 (Wh. von 20.15) 2.45 Watch Me Magazin 3.00 Kabel Eins Late News 3.05 Gefährliche Brandung FILM *** Thriller, USA 1991 (Wh. von 22.30)

Kräuterhaus Sanct Bernhard
www.kraeuterhaus.de
Bestell-Telefon: 073 34/96 540

Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

Gedächtnis Kapseln
Täglich 1 Kapsel! Mit B-Vitaminen, Jod, Zink und Ginkgo-biloba-Extrakt!
Best.-Nr. 81 180 Kapseln € 13,50
ab 3 Packungen nur € 12,00

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 500mg reines Grünlippmuschel-Konzentrat.
Best.-Nr. 805 170 Kapseln für 2 Monate € 12,50
Best.-Nr. 1850 340 Kapseln für 4 Monate € 23,00

Magnesium 400 supra nur 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 400mg reines Magnesium.
Best.-Nr. 129 120 Kapseln für 4 Monate € 8,50
Best.-Nr. 135 300 Kapseln für 10 Monate € 17,50

Immunkomplex-Kapseln
Immunkomplex-Kapseln enthalten eine ausgewählte Kombination von Vitaminen und Spurenelementen für ein gesundes, aktives Immunsystem. Eisen, Selen, Zink, Folat, Niacin, Pantothensäure, Vitamin B6, B12, C und D tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.
Best.-Nr. 18 90 Kapseln € 12,50
ab 3 Packungen nur € 11,00

Erotisan-Manneskraft-Kapseln
Unterstützt die sexuelle Leistungsfähigkeit des Mannes und trägt dazu bei, eine gesunde, natürliche Spannkraft zu erhalten. Die ausgewählten Extrakte aus Potenzholz, Damianablättern und Sabalfrüchten + Guarana sind seit langem für ihre anregende Wirkung bekannt.
Best.-Nr. 1043 120 Kapseln € 21,50
ab 3 Packungen nur € 19,00

Bio-Hagebutten-Pulver
Zur Anreicherung von Smoothies, Shakes, Müsli oder zur Vermischung mit Saft.
Best.-Nr. 563 500g (je 1kg = 240,00 €) € 12,00
*DE-ÖKO-001 vegetarisch, glutenfrei, vegan

Vitamin B12 supra-200µg
Für die gesunde Funktion von Gehirn und Nervensystem + mehr Energie. **Aktion bis 30.04.2021**
Best.-Nr. 118 240 Tabletten € 6,50
ab 3 Packungen nur € 5,95

Kürbiskernöl-Kapseln
Jede Kapsel enthält 500mg Kürbiskernöl. Gut für Blase und Prostata.
Best.-Nr. 162 150 Kapseln € 7,50
Best.-Nr. 161 400 Kapseln € 17,50

Augenfit mit 12 mg Lutein
Unterstützt die Gesundheit von Augen und Sehkraft. Mit Heidelbeer-Extrakt und Zink.
Best.-Nr. 105 90 Kapseln € 12,50
ab 3 Packungen nur € 11,00

www.kraeuterhaus.de
Bestell-Telefon: 073 34/96 540

tvvtv Aktuell im TV

Typisch: Doktor Ballouz (Merab Ninidze) auf der Suche nach der Katze eines Patienten

Fotos: ZDF | Text: A. Herden

Mit Trenchcoat, Trabi und Gefühl

Merab Ninidze spielt in der Serie „Dr. Ballouz“ den Chefarzt einer Klinik in der Uckermark. Das ist gefühlvoll, sympathisch – und sehr sehenswert

Das gibt's doch gar nicht. Eine Klinik auf dem platten Land in der Uckermark, superfreundliches Personal, die Ärzte sind kompetent und mitfühlend. Und sie nehmen sich Zeit für die Patienten. Besonders der Chefarzt, Dr. Ballouz. Der Mann mit Trenchcoat und Trabi röntgt auch schon mal einen Stoffteddy und verpasst ihm einen Gips, wenn er glaubt, das es ein Kinderscheitelpföckchen erleichtert. „Er ist ein guter Mensch“, sagt Merab Ninidze. „Ein überzeugter Idealist, der fast altmodisch wirkt.“

Ein Blick aufs Klinik-Personal: Links: Barbara (Julia Richter) schätzt Dr. Ballouz. Unten l.: Assistenzärztin Michelle (Nadja Bobyleva). Rechts: Ballouz-Konkurrent Mark (Daniel Fritz) fühlt für seine Patienten, er hat auch Probleme, den Tod seiner geliebten Frau zu verarbeiten. Denn, bei aller Liebe: Es wird viel gelitten in diesem fiktiven Krankenhaus. Denn auch wenn die Serie lose auf Motiven des Sachbuchs „Deutschland draußen: Das Leben des Dr. Amin Ballouz, Landarzt“ basiert, ist sie erfunden: Klinik, Patienten, Ärzte. Die Serie ist nämlich vieles: sympathisch, ergreifend, emotional – realistisch ist sie nicht. Conni Lubek, Chefautorin der Drehbücher: „In der Realität, in der Krankenhäuser gewinnorientiert arbeiten, würde einer wie Dr. Ballouz nicht Chefarzt, sondern gefeuert werden.“

Do **Dr. Ballouz** Sechsteilige Miniserie mit Sinn und Verstand. Drei Doppelfolgen
20.15 ZDF
Alle Folgen ab 1. April 10 Uhr abrufbar

NDR

6.20 **FILM** Nils Holgerssons wunderbare Reise (2/4) Die Reise · Kinderfilm, S/D 2011
7.20 Rote Rosen **8.10** Sturm der Liebe **9.00** Regional **9.30** Hamburg Journal **10.00** S-H Magazin **10.30** buten un binnen **11.00** Hallo Niedersachsen **11.30** Wie geht das? **12.00** Brisant **12.25** In aller Freundschaft **13.10** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte **14.00** NDR Info **14.15** Gefragt – Gejagt **15.00** die nordstory · Und plötzlich bist Du Chef... **16.00** NDR Info **16.10** Mein Nachmittag **17.00** NDR Info **17.10** Seehund & Co. **18.00** Regional **18.15** Die Nordreportage **18.45** DAS! **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** Expeditionen ins Tierreich · Wildes Südostasien (1+2/2): Im Reich der Orang-Utans / Im Reich der Flugdrachen **21.45** NDR Info **22.00** Großstadtrevier · Rabenmutter **22.50** extra 3 **23.35** Kroymann · Mit Anna Stiebelich, Max Bretschneider, Anna von Haebler **0.05** Deich TV (2/4) · 800 Kilo zum Geburtstag

MDR

5.05 Thüringen-Journal **5.35** Rote Rosen **6.25** Sturm der Liebe **7.15** Rote Rosen **8.05** Sturm der Liebe **8.55** In aller Freundschaft **9.40** Quizduell – Der Olymp **10.30** Elefant, Tiger & Co. **11.00** MDR um elf **11.45** In aller Freundschaft **12.30** **FILM** Marga Engel schlägt zurück TV-Komödie, D 2000 · Mit Marianne Sägebrecht **14.00** MDR um zwei **15.15** Gefragt – Gejagt **16.00** MDR um vier **17.45** Aktuell **18.10** Brisant **18.54** Sandmännchen **19.00** MDR Regional **19.30** Aktuell **19.50** Tierisch, tierisch **20.15** Exakt **20.45** Mafia-Kolonie Ostdeutschland · Der blinde Fleck der Deutschen Einheit **21.15** Echt **21.45** Aktuell **22.10** **FILM** Tatort Level X · TV-Krimi, D 2017 · Mit Alwara Höfels **23.40** Das Gipfeltreffen · Schubert, Sträter und König retten die Welt **0.10** extra 3 · Mit Kuttner **0.40** Die Bergpolizei – Ganz nah am Himmel · Die Bienenkönigin / Ein rätselhafter Absturz **2.25** Echt **2.55** Tierisch, tierisch **3.20** Mach dich ran! · Das MDR-Spiel

RBB

5.30 Abendschau **6.00** Sturm der Liebe **6.50** Rote Rosen **7.40** Der rbb macht Fitness **8.00** Aktuell **8.30** Abendschau **9.00** In aller Freundschaft **10.30** **FILM** Sissi – Schicksalsjahre einer Kaiserin Liebesfilm, A 1957 **12.15** Dings von Dach **13.00** rbb24 **13.15** Gefragt – Gejagt **14.00** Meister des Alltags **14.30** **FILM** Stunde der Entscheidung TV-Melodram, D 2006 · Mit Katharina Böhm **16.00** rbb24 **16.12** Panda & Co. **17.05** Alles Klara **18.00** Um sechs **18.27** zibb **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Altern ohne alt zu werden **21.00** Auf Leben und Tod – Die jungen Ärzte (1/8) Doku-Soap, D 2016 **21.45** rbb24 Mit Sport **22.15** Wie russisch ist der Osten? Dok.-Film, D 2020 **23.45** Verteidiger des Glaubens · Dok.-Film, D 2019 **1.05** Altern ohne alt zu werden **1.50** Auf Leben und Tod – Die jungen Ärzte (1/8) **2.35** rbb Praxis Hallux valgus / Fersensporn **3.20** Potsdam erwacht · Frühling **3.35** Um sechs

DAS ERSTE

20.15 TV-KRIMI

Der Wien-Krimi: Blind ...
Ein Bankier wurde vergiftet. Haller (Philipp Hochmair) hilft seinen Ex-Kollegen (u.a. Jaschka Lämmert, I.) und befragt die Witwe (F. Kasumba).

- 5.30 ZDF-Morgenmagazin
- 9.05 Live nach Neun
- 9.55 Verrückt nach Meer
- 10.45 Meister des Alltags
- 11.15 Wer weiß denn sowas?
- 12.00 Tagesschau
- 12.15 ARD-Buffer
- 13.00 Mittagsmagazin
- 14.00 Tagesschau
- 14.10 Rote Rosen
- 15.00 Tagesschau
- 15.10 Sturm der Liebe
- 16.00 Tagesschau
- 16.10 Das Quiz mit Jörg Pilawa
- 17.00 Tagesschau
- 17.15 Brisant
- 18.00 Wer weiß denn sowas?
Gäste: Inka Bause, Jeanette Biedermann
- 18.50 In aller Freundschaft – Die Krankenschwestern ⌘ Arztserie, D 2020 · Die goldene Mitte
- 19.45 Wissen vor acht – Mensch ⌘
- 19.50 Wetter vor acht / Börse
- 20.00 Tagesschau

20.15 Der Wien-Krimi: Blind ermittelt – Tod im Fiaker **FILM** *******
⌘ TV-Krimi, A/D 2020 · Mit Andreas Guenther u.a. - Regie: Katharina Mückstein *NEU*

21.45 Monitor Magazin
22.15 Tagesthemen
22.50 extra 3 Satiremagazin mit Christian Ehring

23.35 Die Florian Schroeder Satireshow

0.20 Nachtmagazin
0.40 Der Wien-Krimi: Blind ermittelt – Tod im Fiaker **FILM** *******
TV-Krimi, A/D 2020 (Wh. von 20.15)

2.10 Tagesschau
2.15 Mankells Wallander **FILM** *******
Tödliche Fracht - TV-Krimi, S/D 2006 · Mit Krister Henriksson, Johanna Sällström, Ola Rapace
Regie: Anders Engström

3.40 extra 3
4.25 Brisant

ZDF

20.15 DRAMASERIE

Doktor Ballouz
Dr. Ballouz (Merab Ninidze) leitet eine Klinik in der Uckermark. Er ahnt, dass die kleine Flori (Mavie Meschkowski) seine Hilfe braucht.

- 5.30 ZDF-Morgenmagazin
- 9.00 heute Xpress
- 9.05 Volle Kanne – Service täglich
- 10.30 Notruf Hafenkante
- 11.15 SOKO Stuttgart ⌘
- 12.00 heute
- 12.10 drehscheibe
- 13.00 Mittagsmagazin
- 14.00 heute – in Deutschland
- 14.15 Die Küchenschlacht
- 15.00 heute Xpress
- 15.05 Bares für Rares
- 16.00 heute – in Europa
- 16.10 Die Rosenheim-Cops ⌘ Krimiserie, D 2017
Kein Honigschlecken
- 17.00 heute
- 17.10 hallo deutschland
- 17.45 Leute heute
- 18.00 SOKO Stuttgart ⌘ Krimiserie, D 2018 · Letzter Vorhang
- 19.00 heute
- 19.20 Wetter
- 19.25 Notruf Hafenkante ⌘ Krimiserie, D 2017 · Brandstifter

20.15 Doktor Ballouz (1/6) ⌘ Neue Dramaserie, D 2021
Willkommen zurück

21.00 Doktor Ballouz ⌘
Grüßen Sie meine Frau

21.45 heute-journal
22.15 maybrit illner
Polit-Talk · Live

23.15 Markus Lanz Talkshow

0.30 heute journal update
0.45 Filmgorillas Magazin
0.55 Kanzlei Berger ⌘
Anwaltsserie, D 2021
Der Raser

1.40 Notruf Hafenkante ⌘ Krimiserie, D 2017 · Brandstifter

2.25 Notruf Hafenkante Krimiserie, D 2009 · Melanie's Albtraum

3.10 SOKO Stuttgart ⌘ Krimiserie, D 2018 · Letzter Vorhang

3.55 Die Rosenheim-Cops ⌘ Krimiserie, D 2017
Kein Honigschlecken

4.40 Filmgorillas Magazin

RTL

20.15 COMEDYSERIE

Der Lehrer
David (Simon Böer, r.) wird von Selbstzweifeln geplagt. Kann er dem von Panikattacken geplagten Schüler Kiko (Jan Liem) dennoch helfen?

- 5.30 Guten Morgen Deutschland
- 8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten
- 9.00 Unter uns
- 9.30 Alles was zählt
- 10.00 Der Blaulicht-Report
- 12.00 Punkt 12
- 14.00 110 – Echte Fälle der Polizei
- 15.00 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D '19
- 16.00 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D 2020 · Marmor Büste / Marilyn Monroe Telefon
- 16.30 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D '19
Zwei Werbepappaufsteller / „Cubo Sfera“ Tischleuchte von Alessandro Mendini
- 17.30 Unter uns Daily Soap
- 18.00 Explosiv Magazin
- 18.30 Exklusiv Magazin
- 18.45 RTL aktuell
- 19.05 Alles was zählt
- 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2020

20.15 Der Lehrer Comedyserie, D 2021 · Zu doll am Socken gerochen? · Staffelfinale

21.15 Magda macht das schon! Sitcom, D 2018
Freundschaft plus

21.45 Magda macht das schon! Sitcom, D 2018 · Das Geheimnis polnischer Frauen

22.15 Magda macht das schon! Sitcom, D 2018
Hochzeitspolka

22.45 Magda macht das schon! Freundschaft plus

23.10 Der Lehrer
Zu doll am Socken gerochen?

0.10 Nachtjournal
0.40 CSI: Miami Krimiserie, USA 2007 · Ferien ohne Ende

1.30 CSI: Miami Krimiserie, USA 2007 · Der Unterricht fällt aus

2.25 CSI: Miami CSI: Meine Nanny

3.10 CSI: Miami Guerillas im Nebel

4.00 Der Blaulicht-Report

SAT. 1

20.15 KRIMISERIE

Navy CIS
Ducky (David McCallum) bekommt die Leiche eines Gangsters auf den Tisch. Gibbs ahnt, für welche Bande der Mann gearbeitet hat.

- 5.30 Sat.1 -Frühstücksfernsehen · Moderation: Karen Heinrichs, Matthias Killing, Marlene Lufen, Alina Merkau, Jochen Schropp, Christian Wackert
- 10.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie! 11.00 Mein dunkles Geheimnis · Doku-Soap
- 12.00 Die Ruhrpottwache 13.00 Auf Streife – Berlin 14.00 Auf Streife 15.00 Auf Streife – Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Die Ruhrpottwache 17.30 K11 – Die neuen Fälle 18.00 Buchstaben Battle · Moderation: 19.00 Buchstaben Battle 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Navy CIS Krimiserie, USA 2020
Der Beginn einer wunderbaren Freundschaft

21.15 Navy CIS: L.A. Krimiserie, USA 2020 · Willkommen in Kandahar · Staffelfinale

22.15 FBI: Special Crime Unit Krimiserie, USA 2020
Spurlos verschwunden

0.00 Criminal Minds Krimiserie, USA 2010 · Der böse Zwilling / Flammen der Rache

1.40 Navy CIS Der Beginn einer wunderbaren Freundschaft

2.25 Navy CIS: L.A. Willkommen in Kandahar

3.05 FBI: Special Crime Unit Spurlos verschwunden

PRO 7

20.15 CASTINGSHOW

Germany's next Topmodel
Heidi Klum (Foto) schickt die Bewerberinnen für ein Videoshooting in einen „Spätkauf“. Otto Waalkes spielt dabei den Ladenbesitzer.

- 5.05 Galileo 5.55 The Middle 6.40 Two and a Half Men 7.55 The Big Bang Theory 9.10 2 Broke Girls 10.00 Man with a Plan 10.50 Scrubs 12.35 Last Man Standing · Erziehungsversuche / Die Eizellenspende 13.30 Two and a Half Men · Eiertanz / Fest der Liebe / Furzwitze, Torte und Celeste 14.45 The Middle · Der Jungflümer / Der Kinobesuch 15.40 The Big Bang Theory · Die Whirlpool-Kontamination / Kick it like Baby / Die Verzögerungstaktik 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons · Die Pin Pals / Lisa legt los 19.05 Galileo

20.15 Germany's next Topmodel – by Heidi Klum (10/17)
Castingshow, D 2021
Jury: Heidi Klum, Otto Waalkes
Mod.: Heidi Klum

23.00 red. Magazin

0.05 Big Stories (9/9)
Show, D 2020
Music for the Moment – Die größten Hymnen

1.05 Joko & Klaas gegen Spätiblen (2/5) Show, D 2021

3.25 Spätnachrichten

3.30 Crash Games – jeder Sturz zählt Show, D 2015

4.25 Big Stories Show, D 2020
Music for the Moment – Die größten Hymnen

VOX

20.15 ACTIONFILM

The Expendables 3
Auch in fortgeschrittenem Alter kann es Sylvester Stallone (Foto) einfach nicht lassen, Muckis zu zeigen und den harten Kerl zu mimen.

- 5.05 CSI: NY 7.20 CSI: Den Tätern auf der Spur 9.10 CSI: Miami 11.55 vox nachrichten 12.00 Shopping Queen 13.00 Zwischen Tüll und Tränen 14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erzieht du denn? 15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner · Tag 3: Anja, Gütersloh / Vorspeise: Apfel-Sellerie Suppe und Consommé double parfümiert mit Sherry / Hauptspeise: Reh Rücken unter Himbeer-Pfeffer mit Pastinaken-Thymian-Stampf

20.15 The Expendables 3 **FILM** *******
Actionfilm, USA 2014
Mit Jason Statham, Antonio Banderas, Jet Li, Arnold Schwarzenegger u.a.
Regie: Patrick Hughes

22.35 James Bond 007 – Leben und sterben lassen **FILM** *******
Agentenfilm, GB 1972 · Mit Roger Moore, Yaphet Kotto, Jane Seymour · Regie: Guy Hamilton

1.00 vox nachrichten

1.20 Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichtsmedizin
U.a.: Nur eine einzige Chance / Bitteres Ende / Rendezvous mit dem Tod / Zeugen der Anklage

KABEL 1

20.15 REPORTAGEREIH

Die Klinik
Im „Klinikum rechts der Isar“ in München geben täglich alle Mitarbeiter ihr Bestes. Ein Filmteam hat sie bei ihrem Alltag begleitet.

- 5.00 Kabel Eins Late News 5.05 Castle 5.55 Navy CIS 7.40 Navy CIS: New Orleans 9.25 Blue Bloods – Crime Scene New York Die blaue Grippe / Die Stadt, die niemals schläft 11.15 Castle · Zombies / Für immer Finale der 4. Staffel 13.05 The Mentalist Türen im Kopf / Der einzige Mandant 14.55 Navy CIS · Verbotene Waffen 15.50 News 16.00 Navy CIS · Abgestürzt 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt · „Haus Mühlenbrock“, Schermbeck 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum

20.15 Die Klinik – Ärzte, Helfer, Diagnosen Neue Folgen der Reportagerreihe, D 2021

22.20 K1 Magazin

23.20 Abenteuer Leben – Die Reportage Dokureihe, D 2021
Das Sozial-Experiment

0.30 Abenteuer Leben – Die Reportage Dokureihe, D 2019
Ronald Schill trifft Hartz IV

1.25 Kabel Eins Late News

1.30 Trucker Babes – 400 PS in Frauenhand Doku-Soap, D '20

3.15 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum Doku-Soap, D 2021

4.20 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum Doku-Soap

NDR

6.20 FILM Nils Holgerssons wunderbare Reise (3/4) Die Bewährung · Kinderfilm, S/D 2011 7.20 Rote Rosen 8.10 Sturm der Liebe 9.00 Regional 9.30 Hamburg Journal 10.00 S-H Magazin 10.30 buten un binnen 11.00 Hallo Niedersachsen 11.30 Die Nordreportage 12.00 Brisant 12.25 In aller Freundschaft (1/42) Wh. 16. Staffel 13.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte 14.00 NDR Info 14.15 Gefragt – Gejagt 15.00 die nordstory · Grafenschaft auf neuen Gleisen 16.00 NDR Info 16.10 Mein Nachmittag 17.00 NDR Info 17.10 Seehund, Puma & Co. 18.00 Regional 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Regional 20.00 Tagesschau 20.15 Slowenien – Zwischen Alpen und Adria 21.00 Der Böhmerwald – Eine Wildnis mitten in Europa 21.45 NDR Info 22.00 Die Kanzlei · Im Netz 22.50 The Split – Beziehungsstatus ungeklärt 23.40 **FILM** Kommissar Wisting Eislige Schatten · TV-Krimi, N 2019 1.10 extra 3

MDR

6.30 Sturm der Liebe **7.20** Rote Rosen **8.10** Sturm der Liebe **9.00** In aller Freundschaft **9.45** Quizduell – Der Olymp **10.30** Elefant, Tiger & Co. **11.00** MDR um elf **11.45** In aller Freundschaft **12.30 FILM** Inklusion – gemeinsam anders TV-Gesellschaftsdrama, D 2011 · Mit Florian Stetter **14.00** MDR um zwei **15.15** Gefragt – Gejagt **16.00** MDR um vier **17.45** Aktuell **18.10** Brisant **18.54** Sandmännchen **19.00** MDR Regional **19.30** Aktuell **19.50** Außenseiter Spitzenreiter **20.15** Lebensretter · Waldbrand Jüterbog **21.00** Hauptsache gesund · Gesunde Snacks / Elektronische Patientenakte / Stoßdämpfer im Knie: Meniskus **21.45** Aktuell **22.10** artour **22.40** Kostbare Zeit – Leben mit einem schwerkranken Kind **23.10** Annekatrin Bürger – Ich wollte nie ein Star sein **23.40 FILM** Der Rest, der bleibt TV-Drama, D 1991 · Mit Annekatrin Bürger **1.10** Die Bergpolizei · Jäger und Sammler **2.15** Hauptsache gesund **3.00** artour

RBB

5.30 Abendschau **6.00** Sturm der Liebe **6.50** Rote Rosen **7.40** Der rbb macht Fitness **8.00** Aktuell **8.30** Abendschau **9.00** In aller Freundschaft **10.30 FILM** Stunde der Entscheidung TV-Melodram, D 2006 · Mit Katharina Böhm **12.00** Dings von Dach **12.45** Hier und heute **13.00** rbb24 **13.15** Gefragt – Gejagt **14.00** Meister des Alltags **14.30 FILM** Baby frei Haus TV-Komödie, D 2009 · Mit Francis Fulton-Smith **16.00** rbb24 **16.12** Panda, Gorilla & Co. **17.05** Alles Klara **18.00** Um sechs **18.27** zibb **19.30** Brandenburg aktuell **19.30** Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15 FILM** Gendemann Biografie, D 2018 · Mit Alexander Scheer **22.15** rbb24 · Mit Sport **22.45 FILM** Polizeiruf 110 Grauzone · TV-Krimi, D 2002 Mit Dieter Montag **0.15 FILM** Weitermachen Sanssouci Komödie, D 2019 · Mit Sarah Ralfs *NEU* **1.30 FILM** Gendemann Biografie, D 2018 · Mit Alexander Scheer (Wh. von 20.15) **3.35** Um sechs

tvvtv Auto-Gewinnspiel

So geht's: 1. Rätsel oder Sudoku lösen 2. Wunschpreis(e) aussuchen 3. Nummer(n) wählen (Beispiel für 20.000 €: 01378 / 4201-26)

4 Spitzen-Autos oder 20.000 € zur Auswahl!

Ob Benzin oder Elektro: Bei uns ist für jeden etwas dabei. Wir verlosen entweder den Audi Q3 35 TFSI, den VW T-Roc Style 1.0 TSI, den BMW 318i Touring oder den elektrischen VW ID.3 Pro. Alle Autos gibt's in Serienausstattung. Alternativ können Sie auch 20.000 € wählen. Wir wünschen viel Glück!

20.000 Euro in bar
Am Telefon die **Durchwahl: 26** oder per SMS: **rtv26**

Audi Q3 (35 TFSI)
SUV (110 kW / 150 PS)
Telefon-Durchwahl: **22** oder per SMS: **rtv22**

VW ID.3 Pro
Kompakt-Elektro (107 kW / 145 PS)
Telefon-Durchwahl: **24** oder per SMS: **rtv24**

Ein Gewinnspiel der rtv media group GmbH

VW T-Roc Style (1.0 TSI)
Crossover SUV (81 kW / 110 PS)
Telefon-Durchwahl: **23** oder per SMS: **rtv23**

BMW 318i Touring
Kombi (115 kW / 156 PS)
Telefon-Durchwahl: **25** oder per SMS: **rtv25**

Alle Auto-Abbildungen ähnlich

Zeltüberdachung Vogel-schwinge			nichts Böses	rotes Wurzel-gemüse		Leicht-metall (Kw.)	Kellner	Erbfaktor Flug-zeug-führer		scheues Waldtier
						Musik-drama Warn-farbe		1		
			Leucht-diode (Abk.)	Gaskraft-maschine kleiner Junge						
Abgas-entgifter Gewürz-knospe	6					flüssiges Fett Notruf-zeichen			Haus-wand	
						Elektri-zität			Haar-styling-produnkt	
Kehr-gerät	Künstler-werk-statt	gleich-falls röm. Kaiser				Sicher-heits-hinle-terung	Teil der Woche Kreuzes-inschrift			
			Karotte	Schnee-gleit-brett			ein Umlaut			
kurz für: heron						Fisch-fang-gerät arge Lage			4	
griechi-scher Gott der Liebe		5				biß Zugriff mit den Zähnen			liebens-würdig	Almhirt
				weibl. Kurier Ende, Schluss					Trocken-gros	
drirk. Dick-blatt-gewächs	Insel-stadt in der Karibik					Him-mels-richtung			3	
Patron der Angler und Fischer	Nahrung				2		handeln			
Lösung Rätsel										
	1	2	3	4	5	6	ODER		Lösung Sudoku	a b c

Rechtsweg ausgeschlossen. Keine Barauszahlung d. Sachpreise. Teilnahme ab 18 Jahren. Mehrfachteilnahme möglich. Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Ausgeschlossen ist die Teilnahme über Gewinnspiel-Services oder sonstige gewerbliche Dienstleister sowie für Mitarbeiter der rtv media group GmbH und deren Angehörige. Auflösung und Gewinner nach Teilnahmeschluss auf www.rtv.de. Eine Aktion der rtv media group GmbH. Ausgenommen der Gewinner, werden die Teilnehmerdaten nach dem Gewinnspiel gelöscht. Die Datenschutzhinweise nach DSGVO zu den Gewinnspielen der rtv finden Sie beim Impressum.

Arthrose und jede Bewegung tut weh?

DER BESTE SCHMERZ IST DER, DER GAR NICHT ERST ENTSTEHT!



Als Arthrose-Patient kennen Sie sicherlich die positive Wirkung von Vitamin E auf Ihre Beschwerden. Schmerzhafte Entzündungen in Gelenken entstehen häufig durch einen zu hohen Anteil sogenannter „freier Radikale“ – auch „Oxidativer Stress“ genannt. Antioxidantien wie z. B. Vitamin E neutralisieren freie Radikale. Durch vermehrte Gelenkentzündungen steigt der Verbrauch an Antioxidantien, und die Vitamin E Konzentration in der Gelenkflüssigkeit nimmt ab. Die Einnahme von Vitamin E kann hier eine Therapiemöglichkeit sein.

Doch Vitamin E kann noch mehr: Es ist sogar zur Vorbeugung erneuter Entzündungsschübe zu empfehlen! Optovit® enthält hochdosiertes Vitamin E pflanzlicher Herkunft und zeigt eine positive Wirkung bei Gelenkbeschwerden“. Die regelmäßige Einnahme über einen längeren Zeitraum – z. B. mit einer 2-Monatskur – kann zur Linderung von Gelenkbeschwerden und somit auch zur Schmerzreduktion beitragen.***

www.optovit.de

* B. Wüschmann: Vitamin E bei entzündlichen Gelenkerkrankungen, DAZ Nr. 26, 2006
** aufgrund eines Vitamin E-Mangels *** Tantiavut et al: Effect of vitamin E on oxidative stress level in blood, synovial fluid, and synovial tissue in severe knee osteoarthritis: a randomized controlled study; MC Musculoskelet Disord. 2017 Jun 29;18(1):281.

Optovit® MEINE GELENKMEDIZIN AUS DER APOTHEKE

Optovit® fortissimum 500. Weichkapseln. **Wirkstoff:** RRR-alpha-Tocopherol (Vitamin E). **Anwendungsgebiete:** Optovit® fortissimum 500 ist ein Vitaminpräparat zur Behandlung eines Vitamin E-Mangels. Optovit® fortissimum 500 ist nicht geeignet zur Behandlung von Vitamin E-Mangelzuständen, die mit einer gestörten Aufnahme von Vitamin E aus dem Darm einhergehen. In diesen Fällen stehen parenterale Zubereitungen (Spritzen) zur Verfügung. Enthält Sorbitol und Sojaöl. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. HERMES ARZNEIMITTEL GMBH - 82049 Großhesselohe/München. Stand 08/2011

Optovit® fortissimum 500
Nur in Ihrer Apotheke!

DAS ERSTE

20.15 TV-DRAMA

Daheim in den Bergen

Georg (Thomas Unger) streitet mit seinem Bruder Florian über das Erbe und mit Marie (Catherine Bode) über ihre gemeinsame Zukunft.

- 5.30 ZDF-Morgenmagazin
- 9.00 Tagesschau
- 9.05 Live nach Neun
- 9.55 Verrückt nach Meer
- 10.45 Meister des Alltags
- 11.15 Wer weiß denn sowas?
- 12.00 Tagesschau
- 12.15 ARD-Buffer
- 13.00 Mittagsmagazin
- 14.00 Tagesschau
- 14.10 Rote Rosen
- 15.00 Tagesschau
- 15.10 Sturm der Liebe
- 16.00 Tagesschau
- 16.10 Das Quiz mit Jörg Pilawa
- 17.00 Tagesschau
- 17.15 Brisant
- 18.00 Wer weiß denn sowas?
Gäste: Florian Martens, Jörg Schütttauf
- 18.50 Quizduell – Der Olymp
Gäste: Guido Cantz, T. Hermanns
- 19.45 Sportschau vor acht
- 19.50 Wetter vor acht / Börse
- 20.00 Tagesschau

20.15 Daheim in den Bergen **FILM** **★★**
(1/2) ⌘ Brüder - TV-Drama, D 2021 - Mit Catherine Bode, Theresa Scholze, Thomas Unger - Regie: Markus Imboden *NEU* (2. Teil: nächsten Freitag)

21.45 Tagesthemen
22.15 Tatort ⌘ Unvergessen **FILM** **★★**
TV-Krimi, D 2013 - Mit Harald Krassnitzer, Adele Neuhauser

23.45 Inspector Mathias – Mord in Wales **FILM** **★★**
(1/4) ⌘ Die Brücke des Teufels - TV-Krimi, GB 2014
Mit Richard Harrington, Mali Harries, Hannah Daniel
Regie: Marc Evans (*fr.*)

1.20 Tagesschau
1.25 Daheim in den Bergen (1/2) ⌘ Brüder - TV-Drama, D 2021 (Wh. von 20.15)

3.00 Inspector Mathias – Mord in Wales **FILM** **★★**
(1/4) ⌘ Die Brücke des Teufels - TV-Krimi, GB 2014 (Wh. von 23.45)

ZDF

20.15 KRIMISERIE

Der Alte

Castingshows sind Haifischbecken. Voss (Jan-Gregor Kremp, l.) und Len-ny (Thimo Meitner) suchen den Mör-der einer geschassten Jurorin.

- 5.30 ZDF-Morgenmagazin
- 9.05 Volle Kanne – Service täglich
- 10.30 Notruf Hafenkante
- 11.15 SOKO Stuttgart ⌘
- 12.00 heute
- 12.10 drehscheibe
- 13.00 Mittagsmagazin
- 14.00 heute – in Deutschland
- 14.15 Die Küchenschlacht
- 15.00 heute Xpress
- 15.05 Bares für Rares
- 16.00 heute – in Europa
- 16.10 Die Rosenheim-Cops ⌘
Krimiserie, D 2017 - Der größte Fehler seines Lebens
- 17.00 heute
- 17.10 hallo deutschland
- 17.45 Leute heute
- 18.00 SOKO Wien ⌘ Krimiserie, D/A 2020 - Auf Abwegen
- 19.00 heute
- 19.20 Wetter
- 19.25 Bettys Diagnose ⌘
Krankenhausserie, D 2019
Die beste Freundin

20.15 Der Alte ⌘ Krimiserie, D 2021 - Unsterblich

21.15 Letzte Spur Berlin ⌘
Krimiserie, D 2021
Am seidenen Faden

22.00 heute-journal

22.30 heute-show Nachrichtensatire

23.00 ZDF Magazin Royale
Talkshow, D 2021

23.30 Das Literarische Quartett
Über aktuelle Bücher disku-
tieren Thea Dorn und Gäste

0.15 heute journal update

0.30 Tatort Dessau – Der Fall Yangjie Li

1.15 ZDF-History
Dokureihe, D 2021
Mick Jagger –
Der gemachte Rebell?

2.00 Das Luther-Tribunal **FILM** **★★★**
TV-Dokudrama, D 2017 - Mit Roman Knizka, Bernd Stege-
mann, Alexander Beyer u.a.

3.30 Bares für Rares

RTL

20.15 SHOW

Let's Dance

Glatte dreißig Punkte von der Jury: Darüber freuten sich in der zweiten Liveshow Valentina Pahde und ihr Partner Valentin Lusin.

- 5.30 Guten Morgen Deutschland
- 8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten
- 9.00 Unter uns
- 9.30 Alles was zählt
- 10.00 Der Blaulicht-Report
- 12.00 Punkt 12
- 14.00 110 – Echte Fälle der Polizei
- 15.00 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D 2019
- 16.00 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D 2020
Damenarmbanduhr aus 585er Gold / Verkaufsvitrine von effka
- 16.30 Die Superhändler – 4 Räume, 1 Deal Show, D '19
Cartier Reisewecker / Cocktailshaker Art Deco
- 17.30 Unter uns Daily Soap
- 18.00 Explosiv Magazin
- 18.30 Exklusiv Magazin
- 18.45 RTL aktuell
- 19.05 Alles was zählt
- 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten

20.15 Let's Dance (6/13) Show **LIVE**
Jury: Motsi Mabuse, Joachim Llambi, Jorge González
Mod.: Victoria Swarovski, Daniel Hartwich

23.15 Darf er das? – Die Chris Tall Show (1/5) **LIVE**
In den fünf neuen Folgen will der Comedian mit prominenter Unterstützung ausloten, wie weit man in der heutigen Gesellschaft gehen kann – alles wie gewohnt LIVE!

0.00 Nachtjournal

0.30 Mario Barth & Friends (1/6) Show, D 2020
Mit Dieter Nuhr, Paul Panzer, Lisa Feller, Jan van der Weyde

1.45 Let's Dance (6/13) Show, D 2021
Jury: Motsi Mabuse, Joachim Llambi, Jorge González

4.25 Darf er das? – Die Chris Tall Show (1/5)

SAT. 1

20.15 SHOW

Luke! Die Schule und ich ...

Wie schlagen sich „VIPs gegen Kids“? Oberlehrer Luke Mockridge (Foto) schickt vier Promis in den Wettkampf gegen Schüler aller Altersgruppen.

- 5.30 Sat.1 -Frühstücksfernsehen - Moderation: Karen Heinrichs, Matthias Killing, Marlene Lufen, Alina Merkau, Jochen Schropp, Christian Wackert
- 10.00 Im Namen der Gerechtigkeit – Wir kämpfen für Sie!
- 11.00 Mein dunkles Geheimnis
- 12.00 Die Ruhrpottwache
- 13.00 Auf Streife – Die Spezialisten
- 16.00 Klinik am Südring
- 17.00 Die Ruhrpottwache
- 17.30 K11 – Die neuen Fälle
- 18.00 Buchstaben Battle
- 19.00 Buchstaben Battle - Moderation: Ruth Moschner
- 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Luke! Die Schule und ich – VIPs gegen Kids (3/5) Show, D 2021
Mod.: Luke Mockridge

23.00 Ranking the Stars Show, D 2020 - Gäste: Charlotte Würdig, Olivia Jones, Claudia Effenberg, Natascha Ochsenknecht, Thorsten Legat, Paula Lambert
Mod.: Jochen Schropp

23.55 Switch Reloaded
Comedyshow, D 2010

0.55 Sechserpack Comedyshow, D 2003 - Kollegen / Nacht

1.45 Die dreisten drei – Die Comedy-WG Show, D 2004

2.55 Switch Reloaded
Comedyshow, D 2010

HR

- 6.30 Tiere bis unters Dach (1/13) Wh. der 7. Staffel
- 7.00 Respekt
- 7.55 Fit in den Tag
- 8.40 Die Ratgeber
- 9.10 Alles Wissen
- 9.55 Re: 10.25 Abenteuer Türkei (2/2)
- 11.10 Giraffe & Co. 12.00 Gefragt – Gejagt
- 12.45 Die Bergpolizei
- 13.40 Mord mit Aussicht
- 14.30 Warum ich meinen Boss entführte
- 14.30 TV-Komödie, D 2014
- 16.00 hallo hessen / hessenschau
- 18.00 Maintower
- 18.25 Brisant
- 18.45 Die Ratgeber
- 19.15 alle wetter
- 19.30 hessenschau
- 20.00 Tagesschau
- 20.15 Außergewöhnliche Hotels – Übernachten mal anders
- 21.00 Mythos Australien – Eine Spurensuche von Monika Birk in und um Sydney
- 21.45 hessenschau
- 22.00 NDR Talk Show
- 0.00 Alfons
- 0.45 Florian Schroeder Satireshow
- 0.45 Ben is Back Drama, USA 2018 - Mit Julia Roberts
- 2.20 Außergewöhnliche Hotels – Übernachten mal anders

PRO 7

20.15 SCI-FI-FILM

Jupiter Ascending

Jede Menge Action, starke Bilder und mittendrin Mila Kunis. Als Putzfrau Jupiter Jones schwingt sie sich zur Weltenherrscherin auf.

- 5.20 Galileo
- 6.15 The Middle
- 6.40 Two and a Half Men
- 7.55 The Big Bang Theory
- 9.10 2 Broke Girls
- 10.00 Man with a Plan
- 10.50 Scrubs – Die Anfänger
- 12.35 Last Man Standing
- 13.30 Two and a Half Men - Keine Polypen / Der Familien-Rottweiler / Charlies Engel
- 14.45 The Middle - Die Männer-Jagd / Die Weisheit der Zähne
- 15.40 The Big Bang Theory - Der Verführungskünstler / Das Freund-Feind-Dilemma
- 17.00 Die Eigentums-Verteilungs-Problematik
- 17.00 taff
- 18.00 Newstime
- 18.10 Die Simpsons
- 18.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Jupiter Ascending **FILM** **★★**
Sci-Fi-Film, USA/AUS 2015
Mit Channing Tatum, S. Bean
Regie: The Wachowskis

22.55 Resident Evil: Retribution **FILM** **★★★**
Horrorfilm, USA/D/F/CDN 2012
Mit Milla Jovovich, Sienna Guillory, Michelle Rodriguez
Regie: Paul W.S. Anderson

0.40 Jupiter Ascending **FILM** **★★**
Sci-Fi-Film, USA/AUS 2015 (Wh. von 20.15)

2.55 Watch Me Magazin

3.05 Spät Nachrichten

3.10 Die Legende von Aang **FILM** **★★**
Fantasyfilm, USA 2010 - Mit Noah Ringer, Dev Patel u.a.
Regie: M. Night Shyamalan

SWR

- 7.55 Brisant
- 8.25 WaPo
- Bodensee
- 9.15 Eisenbahn-Romantik
- 9.45 Die Rezept-scheerin zu Hause
- 10.15 Die Bayreuther Stra-ße
- 10.25 Abenteuer Türkei
- 11.00 Planet Wissen
- 12.00 Eisbär & Co.
- 12.45 Meister des Alltags
- 13.15 Gefragt – Gejagt
- 14.00 Aktuell
- 14.10 Eisenbahn-Romantik
- 15.10 Mord mit Aussicht (1/13) Wh. 1. Staffel
- 16.05 Kaffee oder Tee
- 18.00 Aktuell
- 18.15 Fahr mal hin
- 18.45 Landes-schau
- 19.30 Aktuell
- 20.00 Tagesschau
- 20.15 Expedition in die Heimat
- Schäfer-stündchen im Dreiländereck
- 21.00 Handwerkskunst!
- Wie man ein Hühnerhaus zimmer
- 21.45 Aktuell
- 22.00 Nachtcafé
- Leben mit dem Verbrechen
- 23.30 Alfons und Gäste - Mit Suchtpotenzial, HG, Butzko
- 0.15 kabarett.com - Olaf Bossi
- 1.00 Die Florian Schroeder Satireshow
- 1.45 Wohn-zimmer-Comedy – Mit Dui do on de Sell

VOX

20.15 ACTIONFILM

S.W.A.T. – Die Spezialeinheit

Sergeant Hondos (Samuel L. Jack-son) Spezialeinheit will den Drogen-baron Montel ins Gefängnis überfüh-ren – verfolgt von üblen Gestalten.

- 5.05 CSI: NY
- 7.20 CSI: Die Tötung auf der Spur
- 9.10 CSI: Miami
- 11.55 vox nachrichten
- 12.00 Shopping Queen
- 13.00 Zwischen Tüll und Tränen
- 14.00 Doku-Soap
- 14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehtst du denn?
- 15.00 Shopping Queen - In Berlin
- 16.00 Zwischen Tüll und Tränen
- 17.00 First Dates – Ein Tisch für zwei
- 19.00 Das perfekte Din-ner - Tag 4: Jessica, Gütersloh / Vorspeise: Teig an Teig / Hauptspeise: Schalottes Lieblingssschmaus / Nachspeise: Falsches Eis und Schokolade

20.15 S.W.A.T. – Die Spezialeinheit **FILM** **★★★**
Actionfilm, USA 2003
Mit Colin Farrell, Michelle Rodriguez, LL Cool J u.a.
Regie: Clark Johnson

22.30 The Expendables 3 **FILM** **★★**
Actionfilm, USA 2014
Mit Sylvester Stallone, Jason Statham, Antonio Banderas
Regie: Patrick Hughes

0.40 vox nachrichten

1.00 Medical Detectives – Geheimnisse der Gerichts-medizin In den besten Familien / Rätselhafte Gene

2.30 Snapped – Wenn Frauen töten Dokureihe, USA 2004

4.00 Medical Detectives

WDR

- 5.25 Lokalzeit OWL
- 5.50 Lokalzeit Süd-westfalen
- 6.20 Lokalzeit aus Bonn
- 6.50 Lokalzeit aus Duisburg
- 7.20 Ninja Nanny
- 8.50 Erlebnisreisen
- 9.10 Monitor
- 9.40 Ak-tuelle Stunde
- 10.25 Lokalzeit
- 10.55 Planet Wissen - Das große Insektensterben – Was können wir tun?
- 12.00 Abenteuer Erde
- 12.45 Aktuell
- 13.05 Panda, Gorilla & Co.
- 13.55 Zoo-Babies
- 14.20 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
- 16.00 Aktuell
- 16.15 Hier und heute
- 18.00 Aktuell / Lokal-zeit
- 18.15 Lieblingsstücke
- 18.45 Aktuelle Stunde
- 19.30 Lokalzeit
- 20.00 Tagesschau
- 20.15 Das grüne Herz Westfalens – Ein Wald im Wandel
- 21.00 Wir werden Camper
- Klaudia und Christoph aus Langerwehe
- 21.45 Aktuell
- 22.00 Kölner Treff
- 23.30 Nicht dein Ernst! - Die lieben Nachbarn - Mit Bastian Bielendorfer (Comedian)
- 0.15 Köl-ner Treff
- 1.45 Erlebnisreisen

KABEL 1

20.15 KRIMISERIE

Criminal Minds

Hotch (Thomas Gibson) und seine neue Kollegin Kate Callahan (Jennifer L. Hewitt) suchen in Bakersfield, Kalifornien, einen Serienmörder.

- 5.25 K1 Magazin
- 6.10 Navy CIS
- 7.55 Navy CIS: New Orleans
- 9.40 Blue Bloods – Crime Scene New York - Die Stadt, die niemals schläft / Der Preis des Muts
- 11.20 Castle (1+2/24) Wh. der 5. Staffel - Nach dem Sturm / Bewölkt mit Aussicht auf Mord
- 13.10 The Mentalist - Peppers Geist / Der Terrorist - Staffelfinale
- 15.50 News
- 16.00 Navy CIS - Die perfekte Frau
- 16.55 Abenteuer Leben täglich
- 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt - „Villa am See“, Dülmen
- 18.55 Achtung Kontrolle!

20.15 Criminal Minds (1/23) Wh. der 10. Staffel - Krimiserie, USA 2014 - Bakersfield

21.10 Criminal Minds Krimiserie, USA 2014 - Die Kreise der Hölle

22.10 Navy CIS Krimiserie, USA 2017
Wolf im Schafspelz

23.05 Navy CIS: New Orleans (1/16) Neue Folgen der 7. Staffel
Krimiserie, USA 2020
Das Schiff der Verdammten

0.00 Navy CIS: L.A. Krimiserie, USA 2013 - Dünn es Eis

0.55 Navy CIS Wolf im Schafspelz

1.45 Navy CIS: New Orleans
Das Schiff der Verdammten

2.35 Navy CIS: L.A. Dünn es Eis

3.20 Body of Proof Trauma

BR

- 6.30 Sturm der Liebe
- 7.20 Tele-Gym
- 7.35 Panoramabilder / Bergwetter
- 8.40 Tele-Gym
- 8.55 Nashorn & Co.
- 9.45 Giraffe & Co.
- 10.35 Querbeet Classic
- 11.20 Eisenbahn
- 11.50 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
- 12.40 Rentnercopos
- 13.30 Gefragt – Gejagt
- 14.15 Aktiv und gesund
- 14.45 Abenteuer Wildnis
- 15.30 Schnittgut
- 16.00 Rundschau
- 16.15 Wir in Bayern
- 17.30 Regional
- 18.00 Abendschau
- 18.30 Rundschau
- 19.00 Unser Land
- 19.30 Landgast-häuser
- 20.00 Tagesschau
- 20.15 Hubert und Staller - Über sieben Brücken / Zu gut für diese Welt
- 21.50 Rundschau
- Magazin
- 22.05 Auf bairisch g'lacht! - Mit Eddi Arent, Günter Grünwald, Michl Müller, Eva Mähl, Michael Altinger u.a.
- 22.50 Gesprengte Ketten
- Kriegsdrama, USA 1962 - Mit Steve McQueen
- 1.35 Spion zwischen zwei Fronten
- Thriller, F/GB 1966

NDR

- 7.20 Rote Rosen
- 8.10 Sturm der Liebe
- 9.00 Regional
- 9.30 Hamburg Journal
- 10.00 S-H Magazin
- 10.30 buten un binnen
- 11.00 Hal-lo Niedersachsen
- 11.30 Die Nordreportage
- 12.00 Brisant
- 12.25 In aller Freundschaft
- 13.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte
- 14.00 NDR Info
- 14.15 Gefragt – Ge-jagt
- 15.00 Eisenbahn-Romantik
- 16.00 NDR Info
- 16.10 Leopard & Co.
- 17.00 NDR Info
- 17.10 Seehund, Puma & Co.
- 18.00 Regional
- 18.15 Die Nordreportage
- 18.45 DAS!
- 19.30 Regional
- 20.00 Tagesschau
- 20.15 die nordstory - Kleine Inseln, große Chancen – Neustart im Wattenmeer
- 21.15 Trecker-fahrer dürfen das!
- (2/5) Schleppergolf, Tre-cker abchecken und Muckis gegen Brunhild
- 21.45 NDR Info
- 22.00 NDR Talk Show
- Gäste: Peter Schilling, Ulrike Folkerts, Alb-recht Mayer, Jan-Gregor Kremp, Johanna Gastdorf
- 0.00 Inas Nacht - Gäste: Guido Maria Kretschmer, Till Brönner, Majken 1.00 NDR Talk Show
- 3.00 Mein Norden

MDR

- 5.40 Rote Rosen
- 6.30 Sturm der Liebe
- 7.20 Rote Rosen
- 8.10 Sturm der Liebe
- 9.00 In aller Freundschaft
- 9.45 Quizduell – Der Olymp
- 10.30 Elefant & Co.
- 11.00 MDR um elf
- 11.40 In aller Freundschaft
- 12.25 Birnenkuchen mit Lavendel
- Liebeskomö-die, F '15
- 14.00 MDR um zwei
- 15.15 Ge-fragt – Gejagt
- 16.00 MDR um vier
- 17.45 Aktuell
- 18.10 Brisant
- 18.54 Sandmänn-chen
- 19.00 Regional
- 19.30 Aktuell
- 19.50 Elefant & Co.
- 20.15 Die Schlager des Mo-nats - Show, D '21 - März - Mit Maite Kelly, Nino de Angelo
- 21.45 Aktuell
- 22.00 River-boat
- Gäste: Kristina Vogel (ehemalige 2-fa-che Bahnrad-Olympiasiegerin), Dr. med. Carsten Lekatut (Arzt und MDR-Moderator „Hauptsache Gesund“), Andreas Kießling, Ursula Wötzel (Fluglehrerin), Ireen Sheer
- 0.15 NUR! - Nackt unter Wölfen
- ie Kriegsdrama, DDR '62 - Mit Erwin Geschon-neck
- 2.15 Night Will Fall – Hitchcocks Lehr-film für die Deutschen - Dok.-Film, GB 2014

RBB

- 6.00 Sturm der Liebe
- 6.50 Rote Rosen
- 7.40 Der rbb macht Fitness
- 8.00 Aktuell
- 8.30 Abendschau
- 9.00 In aller Freundschaft
- 10.30 Baby frei Haus
- TV-Komödie, D 2009
- 12.00 Dings vom Dach
- 12.45 Hier und heute
- 13.00 rbb24
- 13.15 Gefragt – Gejagt
- 14.00 Meister des Alltags
- 14.30 Alles Chefsache!
- TV-Komödie, D 2012 - Mit Günther Maria Halmer
- 16.00 rbb24
- 16.12 Panda & Co.
- 17.05 Alles Klara
- 18.00 Um sechs
- 18.27 zibb
- 19.30 Abendschau
- 20.00 Tagesschau
- 20.15 Die 30 schönsten Liebeslieder der Siebziger - Mit Manon Straché, Pit Weyrich, Björn Casapie-tra (Tenor), Ralph Morgenstern, Dominique Lacasa (Sängerin)
- 21.45 rbb24
- 22.00 Abendshow - Live
- 22.30 Die 30 schönsten Liebeslieder der Achtziger - Mit Dirk Zöllner, Oliver Mommsen, Gesine Kukrowski, Stefanie Tücking
- 0.00 Musikladen - Manfred Sexauer präsentiert Hits der 70er
- 0.45 Die 30 schönsten Liebeslieder der Siebziger

Mein treuer Gefährte
Schmuck-Anhänger für Hundeliebhaber

Kostbare Rhodium und Silberplattierung
Von Hand koloriert in farbenfroher Emaille
Echte Swarovski®-Kristalle

Yorkie

Bichon Jack Russell Shih Tzu Schwarzer Labrador Deutscher Schäferhund

Westie Chihuahua Beagle Schnauzer Zwergspitz Husky

Dackel Golden Retriever Mops Pudel Französische Bulldogge Malteser

Abbildung vergrößert
Höhe Anhänger: 2,5 cm
Länge Halskette: 45,7 cm

Produktpreis: € 59,90 je Anhänger
zzgl. € 8,95 Versand

Das Angebot ist limitiert – Reservieren Sie noch heute!

PERSÖNLICHE REFERENZ-NUMMER: 94886
Mit 120-TAGE-Rückgabe-Garantie

Zeitlich begrenztes Angebot: Antworten Sie bis zum **10. Mai 2021**

Ja, ich reserviere den Anhänger „Mein treuer Gefährte“ mit der Hunderasse:

☐ Yorkie ☐ Westie ☐ Dackel

☐ Bichon ☐ Chihuahua ☐ Golden Retriever

☐ Jack Russell ☐ Beagle ☐ Mops

☐ Shih Tzu ☐ Schnauzer ☐ Pudel

☐ Schwarzer Labrador ☐ Zwergspitz ☐ Franz. Bulldogge

☐ Schäferhund ☐ Husky ☐ Malteser

Ich zahle je Lieferung nach Erhalt der Rechnung.

Name/Vorname _____ Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

Straße/Nummer _____

PLZ/Ort _____

Geburtsdatum _____ E-Mail (nur für Bestellabwicklung) _____

Unterschrift _____ Telefon (nur für Rückfragen) _____

Datenschutz: Detaillierte Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.bradford.de/datenschutz. Wir werden Ihnen keine Angebote von The Bradford Exchange per E-Mail, Telefon oder SMS-Nachricht zukommen lassen. Sie können Ihre Kontaktpreferenzen jederzeit ändern, indem Sie uns unter nebenstehender Adresse bzw. Telefonnummer kontaktieren. Bitte teilen Sie uns per Telefon, E-Mail oder schriftlich mit, falls Sie keine brieflichen Angebote erhalten möchten.

MEEL-9073536

Seit Ihr geliebter Hund als kleiner Welpen zu Ihnen kam, ist er Ihnen ein treuer Gefährte. Von einem Haustier ist er zu einem echten Familienmitglied geworden, das Sie bis zum Mond und wieder zurück lieben. Feiern Sie nun das Band der Liebe, das Sie mit Ihrem Hund verbindet, mit einem speziell auf Ihre Hunderasse maßgeschneiderten Anhänger!

Der Anhänger ist in Form eines Halbmondes gestaltet und meisterlich von Hand gefertigt. Auf dem Halbmond schimmert ein Pavé aus echten Swarovski®-Kristallen, während die kostbare Silber- und Rhodiumplattierung für noch mehr Glanz sorgt. Süß und anmutig thront in der Mitte des Mondes Ihr über alles geliebter Yorkie, Dackel, Mops, Jack Russell. Wählen Sie aus 18 verschiedenen Hunderassen ganz einfach Ihren Liebling aus! Alle Hunde sind mit Emaille beschildert und von Hand koloriert. Auf der Rückseite steht die feine Gravur „Ich liebe meinen (den Name der gewählten Hunderasse) bis zum Mond und wieder zurück.“ (in englischer Sprache).

Exklusiv bei The Bradford Exchange

Der Anhänger erscheint exklusiv bei The Bradford Exchange und ist nicht im Handel erhältlich. Sie erhalten Ihr Schmuckstück in einem edlen Schmuckbeutel inklusive Präsentbox, ideal zum Aufbewahren und Verschenken. **Tragen Sie Ihren geliebten Hund ganz nah am Herzen und bestellen Sie Ihren Anhänger „Mein treuer Gefährte“ am besten noch heute!**

Bestellen Sie Online unter:
www.bradford.de/94886

Bitte einsenden an: The Bradford Exchange Ltd.
Johann-Friedrich-Böttger-Str. 1–3 • 63317 Rödermark • kundenbetreuung@bradford.de
Telefon: 06074/916 916
Österreich: Sanderstr. 10 • A-6960 Wolfurt • Schweiz: Jöhliweg 2 • CH-6340 Baar