

# chönen Sonntag! am Sonntag

## Kreis Gütersloh

Nr. 42 • Samstag, 16. Oktober 2021

www.owl-am-sonntag.de

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

#### Sollen Schüler Lehrer duzen dürfen?

Wenn es nach den Berliner Jungsozialisten geht, sollen Schüler in der Spree-Metropole in Zukunft die Möglichkeit erhalten, ihre Lehrer duzen zu dürfen. Für diese neuen Anredeformalitäten votierte in diesen Tagen bei der Landesdelegiertenkonferenz der SPD-Nachwuchsorganisation im Estrel Congress Center (Berlin-Neukölln) eine Mehrheit der Stimmberechtigten. Die Begründung: beispielsweise in Schweden, wo

Schüler schon seit langem ihre Lehrer duzen können, Маßdiese nahme statt des

befürchteten Autoritätsverlustes zum Distanzabbau und Vertrauensaufbau beigetragen. Schüler seien so eher bereit, eine Lehrperson anzusprechen, wenn sie ein Problem hätten.

Würden Sie es begrüßen, wenn Schüler in Zukunft ihre Lehrer duzen dürften?

Schreiben Sie bis Dienstag, 19. Oktober, an OWL AM SONNTAG, Sudbrackstraße 14-18, 33611 Bielefeld, oder per E-Mail an: owlamsonntag@westfalenblatt.de. Bitte Namen und Adresse nicht vergessen.

#### **Staudentausch** beim Stehcafé

Rietberg-Bokel. Stauden getauscht oder verschenkt werden können am 30. Oktober ab 14 Uhr am Dorfhaus in Bokel. Informationen unter Telefon 05244/77835.



# Kaum noch Schnäppchen

Zwangsversteigerungen von Häusern: Wohin der Trend geht

Von Philipp Körtgen

.df.deMargarethe Töllner ist aufgeregt: An diesem Morgen nimmt sie zum ersten Mal an einer Zwangsversteigerung teil. Zusammen mit ihrem Bruder sitzt sie im kleinen Saal der Stadthalle. Auf der schwarzen Bühne ist ein langer Tisch platziert, an dem drei Damen die Anwesenden begutachten.

Das Haus in Ummeln, um

das es geht, wurde auf einen Verkehrswert von 360.000 Euro geschätzt, wie sich Exposé entnehmen lässt. Beigelegt sind neben einer umfassenden Analyse von Lage und Substanz auch einige Bilder: Die Fassade ist beige geklinkert, gebaut wurde 2008. Es gibt eine Garage und einen kleinen Garten. Margarethe Töllner: "Ich wohne ganz in der Nähe. Meine Tochter wird dort bald eingeschult, daher wäre die Lage ideal." Zur Vor-



bereitung habe sie sich umfassend im Internet informiert. "Ich habe auch mit der Bank gesprochen und mir ein Limit gesetzt."

Seit einigen Jahren nutzen immer mehr Privatleute die Versteigerungstermine als ergänzende Möglichkeit zur Suche auf dem klassischen Immobilienmarkt. "Die Atmosphäre auf den Versteigerungen hat sich in den vergangenen Jahren sehr gewandelt", sagt Christian Wintermeyer. Er ist als einer von drei Rechtspflegern am Amtsgericht Bielefeld für die Versteigerungen zuständig. "Heute nehmen viele junge Familien teil, die auch die Preise in die Höhe treiben." Ein Schnäppchen könne man daher auf den Versteigerungen heute kaum mehr machen – oft würden die

Immobilien sogar über ihrem Verkehrswert versteigert. Die Zahl der Versteigerungen hat in Bielefeld kontinuierlich abgenommen. Gab es 2007 noch 307 Zwangsversteigerungen, halbierten sich die Zahlen

bis 2013 auf 148 Termine. 2019 lagen sie noch bei 80, 2020 bei nur noch 60.

Nachdem die Bietzeit für das kleine Haus in Ummeln eröffnet ist, rührt sich zunächst niemand – dann geht ein junger Mann zur Bühne. legt seinen Personalausweis vor und bietet 150.000 Euro. Nach dem ersten Gebot dürfen weitere Gebote per Handzeichen vom Platz aus abgegeben werden. Danach steigen die Gebote bald über den angesetzten Verkehrswert von 360.000 Euro. Bei 427.000 Euro steigt Margarethe Töllner traurig aus, die Versteigerung ist beendet. Sie will das Portal des Amtsgerichts auf jeden Fall weiternutzen.

Zeugen gesucht: Wer hat gesehen, wie mein schwarzer Fiat Tipo Kombi (neueres Modell) am oder vor dem 22.9.2021 in Espelkamp am Dach u. an der Motorhaube beschädigt wurde? Hinweise bitte unter: 20172/2125271 Kaufe Unternehmen 20171/3050653



## Zauberkünstler mit Humor

Lutz Ermshaus kommt in die Weberei

Gütersloh. Der Bielefelder Zauberkünstler Lutz Ermshaus ist am Samstag, 23. Oktober, in der Gütersloher Weberei zu Gast. Dafür bringe er eine Mischung aus verblüffenden Illusionen und charmantem Humor mit, kündigt die Weberei an. Bei der Premiere seiner aktuellen Show erwarte die Zuschauer ein unterhaltsamer Abend mit viel Witz, heißt es in der Ankündigung.

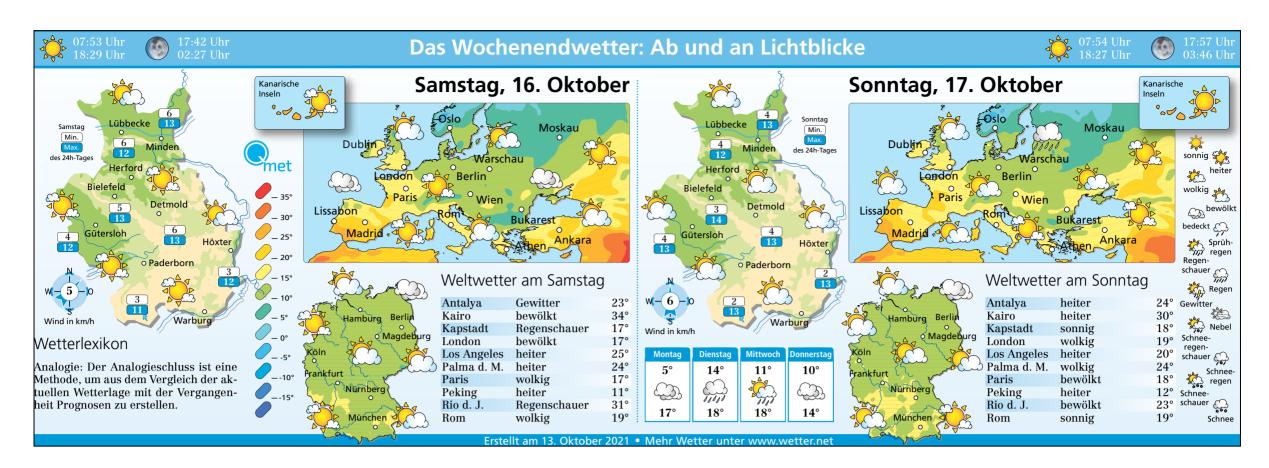
Eingelassen werden die Besucher um 19 Uhr. Beginn der Veranstaltung ist um 19.30 Uhr. Tickets sind im Vorverkauf über die Webseite der Weberei verfügbar. Es gilt die 3G-Regel. Der entsprechende Nachweis ist mitzubringen. Mehr Informationen gibt es im Internet unter www.weberei.de.



Wenn er am 23. Oktober nach Gütersloh in die Weberei kommt, hat er mehr als Kartentricks im Gepäck: der Bielefelder Zauberkünstler Lutz Ermshaus.







# Zahnlücke mit Vorteilen

#### Matze Knop verschiebt Auftritt

Halle/Paderborn. Matze Knop beweist "Mut zur Lücke". Mit seinem aktuellen Bühnenprogramm kommt der gebürtige Lippstädter ins OWL-Event-Center in Halle, aber nicht am Samstag, 23. Oktober 2021, wie ursprünglich geplant, sondern erst am Samstag, 17. Dezember 2022. Dieser Termin ist Pandemie-bedingt im kommenden Jahr. Welche Vorteile sich im Leben mit "Mut zur Lücke" noch ergeben können, verrät Matze Knop zudem am Donnerstag, 3. März 2022, in der Paderhalle in

Knop hat erkannt, welch



Knops Berufswunsch als Kind: Rudi Car-Foto: Stephan Pick

telefonisch unter 0521/585-502

per E-Mail an ticket@westfalen-blatt.de

zahllose Vorteile im Leben sich durch den großzügig bemessenen Raum zwischen seinen Schneidezähnen ergeben. So kann er zum Beispiel einen ganzen Hamburger mit nur einem Bissen verputzen – ohne den Mund dabei zu öffnen. Und er kann durch seine Lücke nicht nur pfeifen und flöten, sondern auch Posaune spielen.

"Mut zur Lücke" brauchen Knops Ansicht nach auch die deutschen Fußballnationalspieler. Und mit "Mut zur Lücke" meint der Fußballexperte nicht das Hirnareal manch eines Fußballers. sondern den Mut der Spieler und des Trainers die entscheidende Lücke im Spiel zu finden und den Pokal nach Hause zu holen.

Natürlich dürfen auch Matze Knops Kult-Parodien nicht fehlen. Fußballstar Christiano Ronaldo, Ex-Bundestrainer Jogi Löw, der Kult-Kloppo, Dieter Bohlen und viele weitere Prominente werden im neuen Proramm mit dabei sein.

Und auch für die Live-Show gilt für Matze Knop "Mut zur Lücke". Wer eine minuziös geplante Show erwartet, der liegt falsch. Den Zuschauer erwarten Improvisation und viele Überraschungen während der Veranstaltung.

den Tour wieder drei Bläser mit dabei sind und mit ihrem | mächtig Druck sorgen.

Niedeckens BAP freut sich darüber, dass bei der kommen- kraftvoll-dynamischen Spiel für neue Klangfarben und

# Es ist "verdamp lang her"

#### BAP will den Rock'n'Roll feiern - Warm-up-Konzert in Bielefeld

**Bielefeld.** Eigentlich sollte am 30. März 2021 eine mächtige Geburtstagssause mit BAP-Konzert zum 70. Geburtstag Wolfgang Niedeckens in der Kölner Lanxess-Arena stattfinden. Alles war von langer Hand geplant worden als ganz besonderer und großer Festtag. Aber aus bekannten Gründen musste diese Planung verworfen

Doch die Idee des Geburtstagskonzertes blieb bestehen und wird getreu dem Motto "Niedecken feiert 70 & 1" am 30. März 2022 nachgeholt. Dann geht Niedeckens BAP "Schließlich unend-

lich"-Tour 2022.

An den Tagen davor gibt es Warm-up-Konzerte, eins davon in Bielefeld: am Sonntag, 27. März, in der Stadthalle. Es wird dann fast drei Jahre her sein, dass die kölsche Band ein Live-Konzert gespielt hat.

Wolfgang Niedecken verrät

schonmal, dass eine Menge Hits gespielt werden, aber auch Songs vom "Alles fließt"-Album stünden auf der Liste: "Und ich kann versprechen, dass wir außerdem einige Überraschungen aus der BAP-Schatztruhe wieder ans Tageslicht befördern werden."

#### und Band gehen erst 2022 auf "Clubtour". "Zusammen mit den Veranstaltern haben wir alles versucht, aber wir mussten eingestehen, dass es für alle das Beste wäre, wenn wir die Tour um ein Jahr verschieben", teilt der Singer/Songwriter Grund: die andauernde Covid-19-Pandemie und die damit verbundenen Beschränkungen. Das betrifft auch seinen Auftritt im Bielefelder Lokschuppen am Freitag, 5. November 2021. Große Emotionen und ein Cross-Over aus zahlreichen Musikstilen soll es von Meyle jetzt

2022, geben.

## Haus, Mann und Kind

Hazel Brugger ist ein bisschen erwachsen geworden



Hier gibt es Karten

im Internet unter www.westfalen-blatt.de/tickets

"The Dublin Legends" sind das Urgestein des Irish Folk besser bekannt unter dem Namen "The Dubliners". Nachdem Gründungsmitglied Barney McKenna 2012 verstarb, entschieden sich die verbliebenen Mitglieder zum Zusammenzuschluss. "The Dublin Legends" setzen seitdem die Erfolgsgeschichte fort. In der Paderborner Paderhalle sind die Iren am Dienstag, 15. November 2022, zu erleben (zuvor: 21. Dezember 2021). Foto: Hans Colijn

Bielefeld. Hazel Brugger – kennen Sie diese Frau? Hazel Brugger ist nicht nur bekannt geworden, sondern auch erwachsen: Mittlerweile ist die Gewinnerin des "Deutschen Comedypreises" Hausbesitzerin, Ehefrau und Mutter einer kleinen Tochter.

Aber der Lockdown hat auch die 27-Jährige nicht völlig kalt gelassen und so muss sich die deutschamerikanische Schweizerin im Chaos zwischen Youtube, Shitstorms, eigener Firma, älter werdenden Eltern und bankrotten Künstlerkolleginnen und -kollegen immer wieder die Frage stellen: Was will ich eigentlich – und inwiefern ist das weiblich? Antworten darauf gibt es

von der Stand-up-Comedian, Kabarettistin, Moderatorin, Bloggerin, Autorin und Slam-Poetin am Sonntag, 12. Dezember 2021, in der Stadthalle Bielefeld, wenn sie ihr drittes Bühnenpro-

gramm "Kennen Sie diese Frau?" präsentiert. Vielleicht. Denn ihr Humor ist spontan.

Während des Lockdowns hat Hazel Brugger gemeinsam mit Ehemann Thomas Spitzer den Podcast "Good vibes only" gestartet. Sie haben allerlei Stars für Gastauftritte in ihren Videos gewinnen können, darunter Mats Hummels, Carolin Kebekus, Felix Lobrecht und Harald Schmidt.



Ihr Humor ist nicht jedermanns Sache: Hazel Brug-Foto: Noelle Guidon

## **Nippel** statt **Nietzsche**

Halle/Paderborn. Bülent Ceylan macht sich zum "Luschtobjekt". Seine gleichnamige Comedyshow im OWL-Event-Center in Halle wird wegen der andauernden Covid-19-Pandemie verlegt: von Samstag, 13. November 2021, auf Samstag, 16. September 2023. Einen Tag später, am Sonntag, 17. September 2023, tritt das "Luschtobjekt" in der Paderhalle in Paderborn auf. Das ist der Ersatztermin für Donnerstag, 18. November 2021. Eintrittskarten behalten ihre Gültigkeit.

Optik statt Inhalt, Nippel statt Nietzsche! Von der "Generation Instagram" lernen, heißt siegen lernen. Das hat Bülent Ceylan gelernt. Deswegen zeigt er seinem Publikum nicht die kalte Schulter, sondern die rasierte Brust und bedient als "Luschtobjekt" alle nur denkbaren Geschlechter und Vorlieben wie die der Langhaar-Fetischisten.

### Tahnee ist Vulvarine"

Bielefeld. Tahnee ist "Vulvarine". Welche Assoziation einem dabei zuerst in den Kopf schießen mag – an der Realität geht sie vorbei. Auch in ihrem zweiten Bühnenprogramm redet die Frau mit den feuerroten Haaren so unerbittlich Klartext, dass sie iedes Blatt vor ihrem Mund zerfetzt. Ihre Stimmbänder sind wie Klingen und damit rasiert sie das weite Feld der Comedy: und zwar am Donnerstag, 7. April 2022. Das ist der Ersatztermin für den 16. September 2021, ursprünglich 20. September 2020, in der Stadthalle Bielefeld. In "Vulvarine" geht es unter anderem um die eigene Superkraft.

## **Cross-Over** mit Meyle

Bielefeld. Gregor Meyle am Mittwoch, 22. November Nr. 42, Samstag, 16. Oktober 2021

## Radfahren und walken

Verl. Radfahren und Nordic Walking für das Sportabzeichen stehen an zwei Sonntagen, 17. und 24. Oktober, in Verl auf dem Programm. Interessenten haben die Möglichkeit, noch folgende Disziplinen abzulegen: Radfahren über 5, 10 und 20 Kilometer sowie Nordic Walking über 7,5 Kilometer. Außerdem ist ein Sprint über 200 Meter möglich. Treff ist an der Kreuzung von Lindenstraße und Rolandstraße in Verl. Beginn ist um 9.30 Uhr. Das Tragen eines Fahrradhelms wird erwartet.

Für Rückfragen steht der Sportabzeichenobmann Markus Reinkemeier unter Telefon 05246/8062340 zur Verfügung.

# Führung durch das Rathaus

Verl. Die Kolpingsenioren Verl bieten für Mittwoch, 10. November, eine Rathausführung an. Von 15 Uhr an will Bürgermeister Michael Eskens den Kolpingsenioren erklären, wie im Rathaus gearbeitet wird. Pandemiebedingt ist eine Anmeldung erforderlich. Eine Teilnehmerliste müsse vorab bei der Stadt eingereicht werden, schreibt Willi Knapp von den Kolpingsenioren. Das gelte auch für den Restaurantbesuch, der im Anschluss geplant ist. Um 17 Uhr geht es zum Grünkohlessen in das Restaurant Kampwirth an der Hauptstraße 10. Bei beiden Programmpunkten gilt die 3G-Regel. Anmeldungen nimmt Willi Knapp unter der Telefonnummer 05246/ 82512 entgegen.

# Bustickets bargeldlos zahlen

Ohne Kontakt und mit Karte mobil

Gütersloh. In den Gütersloher Stadtbussen können Kunden ihre Tickets von sofort an nicht nur mit Bargeld, sondern auch mit der Bank- oder der Kreditkarte bezahlen. "Mit diesem Angebot bieten wir unseren Fahrgästen noch mehr Komfort bei der Nutzung des ÖPNV", sagt Stadtbus-Leiterin Jutta Hanitzsch. "Zugleich schaffen wir eine sichere, kontaktlose und hygienische Bezahlmöglichkeit in unseren Bussen, die in Zeiten von Pandemie und fortschreitender Digitalisierung aus unserer Sicht eine logische Weiterentwicklung unseres Services ist."

Bei der Einführung des bargeldlosen Bezahlens hatte die Stadtbus-Gesellschaft mit der Sparkasse Gütersloh-Rietberg einen Partner an ihrer Seite. Als Schnittstelle zwischen Stadtbus und Zahlungsdienstleister unterstützte das Geldinstitut unter anderem bei der Systemintegration. "Das kontaktlose Bezahlen ist einfach praktisch in der Handhabung", sagt Matthias Trepper, Sprecher der Sparkasse Gütersloh-Rietberg. "Unsere Kunden nutzen die Vielfalt bei den Bezahlmöglichkeiten. Das kontaktlose Bezahlen hat nicht nur durch die Pandemie – einen deutlichen Schub erhalten."

Das bargeldlose Bezahlen



Werben für den kontaktlosen Ticketkauf: Marc Lehmann, Leiter des Stadtbus-Servicezentrums am ZOB (links), und Dietmar Hubrich, Leiter des Bereichs Informationselektronik bei der Stadtbus Gütersloh GmbH.

ist in allen 37 Stadtbussen möglich. Wer auf die Kleingeld-Suche im Portemonnaie verzichten möchte, kann künftig einfach seine Karte zücken. Sie muss zum Bezahlen des Tickets vor das Lesegerät des Bordrechners gehalten werden. Der Betrag wird ohne Pin-Eingabe vom Konto abgebucht. Der maximale Kaufwert beträgt 50 Euro, sodass Einzel- und Mehrfach-Tickets einfach erworben werden können. Bei einer Erprobungsphase habe es gute erste Resultate ergeben, resümiert Hanitzsch.

Bei der Einführung des bargeldlosen Bezahlens spielten für die Stadtbus-Leiterin außer der Kundenfreundlichkeit auch Effizienz und Nachhaltigkeit eine Rolle. Bewusst habe man ein System gewählt, das mit den vorhandenen Bordrechnern kompatibel sei. Für die Busfahrerinnen und Busfahrer bedeutet das neue Zahlsystem keine große Umstellung. Jutta Hanitzsch betont, dass auch weiterhin die Möglichkeit bestehe, bar zu zahlen. Erst Ende Juni hatte die Stadtbus-Gesellschaft den appgestützten Ticketkauf eingeführt und das Serviceangebot für die Fahrgäste ausge-

## **Pilgergruppe Harsewinkel wandert**

Harsewinkel. Die ökumenische Pilgergruppe Harsewinkel plant ihre nächste, etwa zehn Kilometer lange Wanderung für Samstag, 23. Okto-

ber, in Patthorst. Treff ist um 14 Uhr auf dem Klosterhof in Marienfeld. Es werden Fahrgemeinschaften gebildet. Um 14.20 Uhr geht es am Café Hexenbrink an der Patthorster Straße 92 in Steinhagen los. Fragen beantwortet Petra Ott-Ordelheide unter Telefon 0159/05426008.







- Anzeige -

# Nohllihlen im Herbst

Gefühlt ist der Sommer immer viel zu schnell vorbei. Doch auch der Herbst hat seine schönen Seiten. Denn nach den heißen Sommertagen folgt nun eine Zeit der Ruhe und Entspannung. Wo lässt sich diese am besten verbringen? Genau, in einem Zuhause, das nach den eigenen Vorstellungen und Wünschen eingerichtet ist.





"Warme, gedeckte Farbtöne sowie ein sattes Rot und Maisgelb stehen für den Herbst und eignen sich perfekt für einen neuen Anstrich in Wohn- oder Esszimmer. Gemütlich wird es mit einer kuscheligen Decke. Neue Kissen haben den Effekt, im Handumdrehen für einen neuen Look zu sorgen", wissen die Experten vom Hammer Fachmarkt. Sie empfehlen außerdem Dekofelle und Kerzen, die für die richtige Stimmung sorgen.

# **Hammer**zuhause

Unter dem Motto "Ich wohne jetzt mit Hammer!" versprechen die mehr als 200 Hammer Fachmärkte das Rundum-sorglos-Paket. Darin enthalten sind beispielsweise Ideen und Inspirationen für jeden Raum durch die hauseigenen Profis. Sie übernehmen außerdem Serviceleistungen wie die Lieferung nach Hause sowie die Verlegung und Montage.



Mehr Inspiration gibt's auf: www.ich-wohne-jetzt-mit-hammer.de

**Endlich ist es soweit** Große Neueröffnung

## Tage der offenen Tür

17. 10. 9-16.00 Uhr 20. 10. 8-21.30 Uhr 18. 10. 8-21.30 Uhr 21. 10. 8-21.30 Uhr 19. 10. 8–21.30 Uhr 22. 10. 8–21.30 Uhr

#### Fitness- und Gesundheitstraining

Dieser Zirkel ist eine einzigartige Kombination von Kraft- und Ausdauer-Training. Sie trainieren alle wichtigen Muskelgruppen in Bezug auf Haltung, Gelenkstabilität, Formen und Straffen des gesamten Körpers. Das ideale Training, um ungewollte Fettpolster zu reduzieren.

Erfahrene Sportrehatrainer, Fitnesstrainer oder Physiotherapeuten programmieren Ihre persönliche Chipkarte unter Berücksichtigung Ihres gesundheitlichen Zustands und Ihrer persönlichen Leistung und Ziele. Beim Training stecken Sie Ihre Chipkarte einfach in das milon-Trainingsgerät und innerhalb von Sekunden stellen sich die Geräte automatisch auf Ihren persönlichen Wert ein.



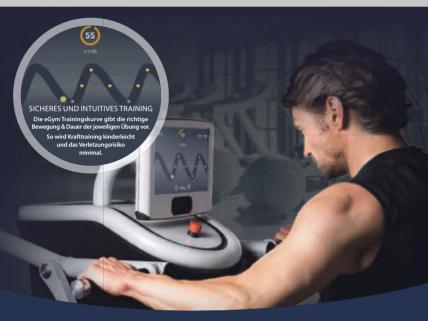
- Über Ihre persönliche Chipkarte.Automatisch richtige Einstellung der Sitz- und Hebelposition. Automatisch die richtigen Gewichte.
- Nur kontrollierte Bewegungen.
  Training mit richtiger Herzfrequenz



#### Effektiv.

Das alles bedeutet für Sie persönlich ein zeitsparendes Figur- und Gesundheitstraining mit Spaß unter Gleichgesinnten. Maximaler Erfolg in kürzerer Zeit – wir dokumentieren Ihren Trainingsverlauf.

Fitnesstraining ist das Medikament des 21. Jahrhunderts





#### **Automatische** Geräteeinstellungen

Einführung mit Deinem Trainer stellen sich die eGym Kraftgeräte bei jedem Training automatisch auf Dich ein – für die optimale



#### Trainingserfolge garantiert!

Durch regelmäßige Maximalkraftmessungen passt sich Dein Trainingsgewicht automatisch an. So trainierst Du immer mit optimalem Widerstand und erreichst

#### **Unser Gesundheitscheck: DER INBODY CHECK-UP JETZT BEI UNS!**



Analysieren Sie höchst präzise die genauen Muskelverteilung in den einzelnen Körpersegmenten (Rumpf, Arme, Beine) und erkennen Sie Gesundheitsrisiken für Herzinfarkt, Schlaganfall und Diabe tes Typ 2 durch die Analyse des viszeralen Fettbereichs.

InBody Modelle sind keine herkömmlichen Fettwagen, sondern professionelle Systeme für die Körperzusammensetzungsanalyse. Durch unser patentiertes System ermitteln wir das Ergebnis ohne den Einfluss von statistischen Größen wie Alter und Geschlecht oder Aktivitätsgrad. Somit werden Veränderungen des Körpers so abgebildet, wie sie tatsächlich stattfinden



Man muss es erleben, um es wirklich zu verstehen."

### Was ist on five

- Lindert und heilt leichte bis starke Schmerzen im Bewegungsapparat
- Wirkt äußerst effizient bei Arthrose und Gelenkproblematiken
- Hat eine nachhaltig entspannende Wirkung auf das Muskel-Meridiansystem und aktiviert den Energiefluss in den Meridianen
- Ergänzt die athletischen Eigenschaften und ist die dritte Säule zu Ausdauer und Kraft
- Optimiert das muskuläre System und macht stärker
- Hat eine hohe schmerzlindernde Funktion schon nach 2-3 Trainingseinheiten

Einmalig in der Region:

Chipkartengesteuertes,

Krankengymnastik

und Massagen

für Privatversicherte

großer Cardio- und

Gerätebereich mit

neuesten Fitnessgeräten

ständige Betreuung durch Fachpersonal

five Rücken- und

Gelenkkonzept

Kursangebot

Saunabereich

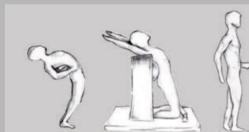
vollautomatisches

Gerätetraining der neuesten

Generation by eGym

## five richtet wieder auf

Mit Rückwärtsbewegungen arbeitet five





entgegen der gebeugten Haltung und richtet den Menschen selbst wieder auf. Die ursprüngliche Beweglichkeit und Rumpfstabilität wird somit gefördert.



Im Arbeitsalltag sind immer die gleichen Muskelketten stark verkürzt. Dadurch kommt es zu massiven statischen Veränderungen im aesamten Körper.



Ist es bereits zum Prolaps gekommen, besteht die Therapie meist aus einer OP. Ziel ist es, den Nerv aus seiner Einklemmung zu befreien. Dies ist jedoch eine reine Symptombehandung, bei der die Ursache völlig außer Acht gelassen wird. five bietet hier eine ursächliche Therapie, da das Problem an seinem Ursprung



Rheda-Wiedenbrücks größtes Kursangebot!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Denis Klünder und Team



An den Tagen der offenen Tür Gründungsmitglied\* werden und 250 Euro sparen!

Lippstädter Straße 68 33378 Rheda-Wiedenbrück

www.fitness-rheda-wiedenbrueck.de



Mo.-Fr. 8.00 - 21.30 Uhr Sa.-So. 9.00 – 16.00 Uhr Nr. 42, Samstag, 16. Oktober 2021

# **Eine Chance** für Chancenlose

Unternehmerin Sina Trinkwalder liest in Verl

Verl. Mit der Gründung der ökosozialen Textilfirma "Manomama" hat Sina Trinkwalder 140 Menschen, die auf dem klassischen Arbeitsmarkt wenig bis keine Möglichkeiten haben, Arbeit gegeben, hat sie stolz gemacht und ihr Selbstvertrauen geweckt – und ihnen somit eine Heimat gegeben. Jetzt liest sie in Verl aus ihrem Buch.

Heimat ist für die Unternehmerin kein Ort, sondern vielmehr eine Frage der Haltung: "Heimat muss man selber machen" lautet ihr Credo für ein besseres Miteinander und ist auch der Titel ihres aktuellen Buchs, mit dem sie am Mittwoch, 27. Oktober, auf Einladung der Gleichstellungsstelle und des Klimaschutzmanagements in Verl zu Gast ist.

"Menschen geben sich wechselseitig Heimat, wenn sie sich mit Wertschätzung und Fairness begegnen, das funktioniert regional wie national und global", ist Sina Trinkwalder laut einer Mitteilung der Stadt überzeugt. In ihrem eigenen Unternehmen lebt sie diese Haltung vor: Indem sie mit Menschen arbeitet, die auf dem klassischen Arbeitsmarkt schwer vermittelbar sind - Langzeitarbeitslose, Migranten, Ältere, Alleinerziehende, Menschen mit Handicap. In unbefristeten Arbeitsverhältnissen und mit Stundenlöhnen deutlich über dem Mindestlohn. Mit Arbeitsmodellen, die mit dem Familienleben und individuellen Situationen vereinbar sind.

Nachhaltigkeit in der Produktion ist für Sina Trinkwalder die logische Konsequenz ihres sozialen Engagements. Und so produziert und verkauft das Unternehmen nach eigenen Angaben nur Textilien, die keine schädlichen Chemikalien enthalten. Im Sinne der Mitarbeiterschaft bei der Fertigung und in der Folge auch für die Kunden, die ein tile Social Business in werden. Es gilt die 3G-Rewert- und nachhaltiges Pro- Deutschland. Für ihr ökolo- gel.



"Heimat muss man selber machen": Das ist der Titel des Buchs, das die Unternehmerin Sina Trinkwalder am 27. Oktober in Verl vorstellt. Foto: Barbara Gandenheimer

dukt bekommen. "Wir beweisen eindrucksvoll, dass eine faire Herstellung in Deutschland zu konkurrenzfähigen Preisen möglich ist", heißt es auf der Webseite von "Manomama". "Alle Rohstoffe für die Textilien, die wir fertigen und verarbeiten, kommen aus der Region, also einem Radius von 300 Kilometern." Nur die Biobaumwolle werde aus Tansania und der Türkei bezogen, fair angebaut und ökologisch zer-

Sina Trinkwalder, Jahrgang 1978, studierte Politik und Betriebswirtschaft in München. Nach Abbruch ihres Studiums arbeitete sie als Geschäftsführerin ihrer eigenen Werbeagentur. 2010 gründete sie mit gisches und soziales Engagement erhielt sie zahlreiche Preise.

Die Lesung beginnt um 19 Uhr im Pädagogischen Zentrum der Gesamtschule Verl. Begleitend zu der Lesung ist im Rathaus und im Heimathaus bis zum 10. November die Karikaturen-Ausstellung "Glänzende Aussichten" zu sehen, die sich ebenfalls mit Klimaschutz- und Gerechtigkeitsthemen auseinandersetzt.

Für den Besuch der Lesung ist eine verbindliche Kartenreservierung im Bürgerservice Verl unter Telefon 05246/961196 oder per E-Mail an buergerservice@verl.de erforderlich. Bei der Reservierung müssen die eigenen Kontaktdaten sowie die Kontaktdaten von "Manomama" das erste tex- Begleitpersonen angegeben

# Rehasportgruppe sucht Ärzte

#### Gesundheitsaspekt steht im Vordergrund

Gütersloh (nwl). An zwei Tagen in der Woche finden bei der Sportvereinigung Arminia Gütersloh (SVA) Übungsstunden für Herzgruppen statt. Insgesamt fünf Einheiten trägt der Verein in Doppelgruppen montags und am Dienstag aus. "Wir suchen Ärzte", sagt Gerhard Breitenbach. Er leitet die Herzsportgruppe seit Mitte der 1990er Jahre.

Dabei sei es egal, ob jemand pensioniert sei oder nicht zwangsläufig aus dem Themengebiet rund um das Herz stamme. Einzige Voraussetzung: Er oder sie müsse als Arzt arbeiten oder gearbeitet haben. Seit September gebe es laut Breitenbach die Verordnung des Landessportbunds, dass "die Vereine keinen Arzt mehr bei den Übungsstunden haben müs-

Für einige Vereine sei es ein Durchatmen bezüglich des Kostenfaktors. Doch: "Wir müssen nicht, wollen aber bei jeder Stunde einen Arzt dabei haben. Das ist seit Beginn an so und an Gesundheitsaspekt wollen wir nicht sparen",



Gerhard Breitenbach ist Leiter der Herzsportgruppe SVA Gütersloh.

Foto: Wrede

sagt der 82-Jährige zur Sicherstellung der medizinischen Ersthilfe. Zwei Ärzte aus dem Klinikum Gütersloh fallen nun weg. Provisorisch helfen derzeit Doktoren aus den anderen Übungseinheiten aus. Breitenbach selbst hilft bei Organisation der Übungsstunden und macht selbst bei der Einheit am Dienstagabend mit. Er selbst trat in die Gruppe ein, nachdem er einen Herzin-

Seit 1979 existiert die Herz-Sportgruppe. Rehasport ist die größte Einheit im Sportverein. Bis zu 20 Teilnehmer sind pro Gruppe erlaubt. In einer Doppelgruppe der jeweiligen Übungszeiten wird nach Leistungsfähigkeit und gesundheitlicher Verfassung kategorisiert. Die Übungen in der Sporthalle am Reinhard-Mohn-Kolleg an der Wiesenstraße werden angepasst. Es erstreckt sich von Gymnastik über Laufen bis zur Arbeit mit Hanteln, Bällen oder Bändern. Außer der Rehasportgruppe Herz bietet der Sportverein auch Gruppen für Diabetes, Lunge, Gefäß und Orthopädie an. Der Verein bedient zudem Sportarten wie Tennis, Badminton oder Leichtathletik.

Gerhard Breitenbach ist Telefon 05241/ 2116572 für Ärzte zu erreichen. Trainingszeiten der Herzgruppe mit Ausnahme der Schulferien: montags: 15 bis 16.15 Uhr, dienstags: 15 bis 16.15 Uhr, 16.30 bis 17.45 Uhr, 18 bis 19.15, 19.30 bis 20.30 Uhr.



32052 Herford <sup>(4)</sup> 32257 Bünde 4 MUNCHOW PARK 32312 Lübbecke <sup>(4)</sup> 32427 Minden <sup>(4)</sup>

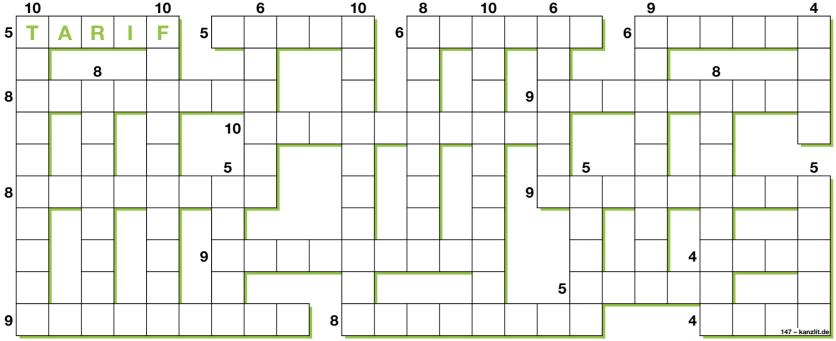
32457 Porta Westfalica <sup>(4)</sup> 32758 Detmold <sup>(4)</sup> Klingenbergstraße 46 33106 Paderborn <sup>(4)</sup> 33334 Gütersloh <sup>()</sup>

33378 Rheda-Wiedenbrück <sup>(4)</sup> 33609 Bielefeld <sup>(1)</sup> Herforder Straße 269 (keine Boxspringbetten im Sortiment) 33790 Halle-Künsebeck <sup>(a)</sup>

34246 Vellmar <sup>®</sup>

37671 Höxter <sup>(1)</sup> 49324 Melle <sup>(4)</sup>

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



4 BUCHSTABEN: ERST - IHRE - RAIN

- 5 BUCHSTABEN: KEBAB MESSE SUMME TONNE URALT
- **6 BUCHSTABEN:** ABLUFT EINMAL FLAMME TRIOLE
- 8 BUCHSTABEN: AUFNAHME ECKDATEN ISTANBUL KONTRAKT LECKEREI – SYNAGOGE

9 BUCHSTABEN: ABSCHLUSS - ALTENTEIL - EMSIGKEIT - LITERATUR -**TECHNIKUM** 

10 BUCHSTABEN: BALLERINAS - FRAUENCHOR - LINIENFLUG -

MILLENNIUM – TUERRIEGEL

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

																										р	zk2810-
l	14	13	14	7	18	23		22	18	6	5	16	5	1		14	13	6	17	1		16	17	13	23	18	13
4	21	14	1	13		13	17	1	2	6	14	14		19	11	16	14		3	14	20	19		18	19	11	18
20	18	7	21	5	1	18		18	13	18	11	15	6	23		16	5	12	14	13		18	1	13	17	11	2
18	1	5	14	11		8	17	16	18	2	14		18	6	6	5	6	5		13	14	20	14	13		14	
1		14		21	17	6	23		19		7	20	7		5		14	16	6	5	7		8	18	6	6	14
18	1 R	9	13	14	5		23	17	1	6	17		2	5	3	21	23		18	2	1	5	18		5		6
	19 <b>U</b>		17	1	2	13	14	13		19	16	20	1	18		3	14	1	13		14	16	8	5	1	5	14
22	18 <b>A</b>	21	13		1	14	7	14	13	23		11	14	4	5	6		21	18	13	6	14		16	5	13	5
20	5	14	7	6	18	16		23	21	17	16	18		18	11	14	6	19	13	2		11	17	14	6	14	1
8	G	1	18		22	18	19	6	18	11		10	14	2	14	1		1	18	3	22	14		2	17	1	10

#### SUDOKU

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

1				6	3			9
	6		2		9			
	5	9					6	3
				4		2		
	4			3			1	
		2		1				
6	9					1	3	
			5		6		8	
5			3	9				6

#### AUFLÖSUNGEN DER LETZTEN RÄTSEL

#### **GITTERRÄTSEL**

W	I	L	D	E	Ν	T	E		W	Α	Ν	D	Κ	Α	R	T	Е		Α	U	S	T	E	R
Α			Α		A		-		0			Ε					X		Z			Η		0
L			Ν		Σ		Z		Н	I	T	Z	Е	F	R	E	I		R			Е		C
L	0	O	Κ	М	_	T	T	Е	L			E					S	ш	ш	Κ	R	Α	Z	Κ
			s		В		0		T	E	Α	М	G	Е		S	T		_			T		
F	ш	T	Α		_		Ρ		Α		_	В		۵			I		ທ			Е		Е
Α			G	R	A	F	F	I	T	0		E		_			Е		Е	_	F	R	_	G
T	0	F	U			0		Ν		В		R	0	s	Е	N	R	0	T		L			Ε
Α			Ν			T		Κ		0	]			0			Е		Α		U			D
L	_	E	G	Ε	S	0	F	Α		Ε	R	L	Α	Ν	G	E	Ν		G	Α	R	Α	G	Е

#### ZAHLENKREUZWORTRÄTSEL



1=E, 2=L, 3=N, 4=D, 5=M, 6=H, 7=A, 8=P, 9=F, 10=Z, 11=V, 12=B, 13=C, 14=G, 15=I, 16=U, 17=T, 18=S, 19=O, 20=R, 21=K

=A,									
· .	5	7	6	4	9	2	8	3	1
٥,	4	3	8	6	5	1	9	2	7
	1	2	9	7	3	8	5	4	6
	9	8	7	2	4	3	1	6	5
	2	1	4	9	6	5	3	7	8
	6	5	3	1	8	7	4	9	2
	7	9	5	8	2	4	6	1	3
	8	6	2	3	1	9	7	5	4
SUDOKU	3	4	1	5	7	6	2	8	9

span.: Rotwein (Kurzw.)	Fahrgast	Miss- gunst	ugs.: fliehen	•	Held in "Das Dschun- gelbuch"	Bruder Gunthers (Nibelun- genlied)	•	ein Selten- erd- metall	<b>V</b>	Moder	isla- mischer Name Jesu	•	Halb- wüchsi- ger (engl.)	<b>V</b>	in Kürze	Form von: sein	<b>V</b>	Vogel- nach- wuchs	<b>V</b>	Mineral, Schmuck- stein	kleinste in Dtl. gültige Münze	•	indische Millionen- stadt (eh Name)	Meinungs- überein- stimmung	▼	sibir mongol. Grenz- gebirge	Teil des Nach- lasses (jurist.)	ein Insel- euro- päer	Sarg- gerüst	<b>V</b>	griech. Mond- göttin
-	•	•	<b>V</b>		Balkon- pflanze	• V		merun			V		Region in Saudi- Arabien	<b>-</b>		•		Schrift- größe der Schreib- maschine	•		Wullze		med.: Schlüssel- bein (veraltet)	<b>V</b>		geblige	Vullati.)	V	•		
Wissens- durst, Schau- lust	•							kastrier- ter Mast- hahn		Leine TV-Kri- mireihe	<b>&gt;</b>				antike Stadt in Persien	-		macomino		amerik engl. Dichter † 1965	-		(vorunos)			den Mund betreffend (Med.)	1				Staat in Vorder- asien
Deich- schleuse	•				Lieb- lings- tochter des Zeus		zur Haut gehörend (Med.)	-		V			Haar- knoten	•				Verbindg. von e. Do- kument z. anderen	•				Torheit	-							<b>V</b>
<u> </u>					<b>V</b>		franz.: nach Art von (2 Wörter)	-						_				_	_		<u> </u>		- last - la			Erdfor- mation		kurz für: an das	-		
röm. Kaiser		span. geistl. Titel		künstl. Haarteil	<b>-</b>				imaman			WW	W.C	)WI	-an	1-50	onn	tag	.de	•	Bevölke- rungs- gruppe in Ruanda		sittlich- morali- sche Ge- sinnung		Wasser- sportler	<b>'</b>					
Kletter- vogel	•	,					Küchen- gerät		immer- grüne Kletter- pflanze				z men	Sann	ragl						Ball- sportart	-	•					Ferment		Schön- heit (engl.)	
franzö-	ital. Film-			späte Tages- zeit		kreuz und			,			9	O	W	aı	n S	oni	ntag	7		<u> </u>				ital.: süß		Strom zur Nordsee	<b>-</b> '		•	
sischer Männer- name	produzent (Carlo) † 2007		das Ein- treffen	<b>-</b> '		ein		Barrers		deutscher									de		be- kanntes Musical	Hautbefal von Haus- tieren		falscher Stolz	<u> </u>		<b>A</b>				
Muster	·		nicht		Um-	nord- amerik. Indianer		Donau- Zufluss in Bayern		Dichter (Theodor) † 1898				-		o 15 J neldo		en zu e sich	1		Drehteil an Ma- schinen					Grund-	trop. Knollen- frucht		ugs.: träge; blasiert		sich wundern
amerik.		Verkehrs-	sicher; dubios		stands- wort (ugs.)	<b>-</b>		,	Fluss	,			jetz			hern Plat		sich			sibir.		ugs.: wert-	Koran- kapitel		form, Ur- gestalt	<b>-</b>		·		·
Schrift- steller † 1849		Verkehrs- unglück Maul des Rotwildes			trop.				durch Baden- Baden				W			uns	_ •	ie!			Fluss zum Ob- busen		wert- loses Zeug	<b>&gt;</b>		schott.		Kfz-Z. Myanmar			
Flitter- kram	•			geist-	Riesen- gras		Erdart	<b>-</b>							回旅		I				Billard-		be-		Erfri-	Stam- mes- verband		Wettkampf- klasse		Berliner	
sport-	Ältes-	<b>&gt;</b>		reicher Ausspruch (franz.)	<b>-</b>		Weltmacht (Abk.)	•													stock (frz.)		stimmter Artikel		schungs- getränk	•	Monats-			Männer- spitz- name V	
bulgar.	tenrat engl. weibl. Vorname			Fliegen-			Licht streuen- de Scheibe		Raub-							e san					veraltet:	allg.		franz.	Schutz,		mitte im röm. Kalender	•			
Wäh- rungs- einheit	•			larve		abge-			katze		-			zustel		585 564 stfalen-					Schul- haus- meister	Bezeich- nung für Eiweiß		Schrift- steller † 1857	Obhut	<b>-</b>	Stadt				
Börsen- wesen:		Eierauf- lauf (frz.)	<b>-</b>	Gegend		laichter Hering	<u> </u>			Zaren-	Firma-	_	Öffnung -	_	deutsche Schrift-	sinn-	<b>—</b>	ugs.:	_	Gesell-	Kosten,		span. Hafen-				an der Garonne	<b>-</b>			
z. Nenn- wert (it.)		Roll- vorhang				Hafen-		das Best-		name	ment		einen Stecker		stellerin (Monika)	widrig schlecht,		äußerst gefragt		schafts- zimmer	Auslagen  Ausruf der		stadt (Xàbia)		S C H	■B■P■ WALL■	es Rätse	■■ L ■ E	E II II E II R II A A L II	I ■ D ■ ■ I	■■P■ EIER
oström.	amerik. Männer-		arab. mantel-		Färber-	stadt in Japan		mögli- che			Kimono-		engl.: Autos			unan- genehm		Hafen- stadt in			Bestür- zung			ein Körper-	■OB APE ■P■	UE■AJ ERST■ R■PER DOHA■ I■AUR G■E■H	OPA	AVEK⊞I N∎DEU1	FIA ■ ORG ■■A STR	RESEI ANTTI UDELI	RVAT ■ENE ISTE ■T■R
ohne festes	kurz- name		artiger Umhang		bottich			sehr genauer Zeit-			gürtel		Autos			europ. Grenz-		Latium (Italien)			erste Frau			teil	■■P ■KU AIA ■R■	■PRAE RIE■T ■R■DO KANAR	RIE ■E■ LBY I■A		VER ■■H ■DI PEN	LADEI ANSE RKEKI	KRAN Y■U■ LIMA AVEL
Ziel Stadt bei				l 1	Strecker, an Draht			Žeit- messer					Pilz-			gebirge		ein alt- griech.			(A. T.)				■C■ ■HE BET	AT V URIM URIM LMUT EGGK	INI ■N■ AAS U■U	• <b>•</b> • • • •	■NE ■B■ CAT ■RE	DREII RAMFI IAMAF ULLM SMFR	■ N ■ E G H A N C O A T
Toulouse Brot- röst-	<u> </u>				geleitete Weinranke			scharf exer-	<b>-</b>				belag im Mund	-		Binde- wort	<b>-</b>	Haupt- stamm			Kfz-Z. Namibia	<b>-</b>	(	®	■A■ ■MA ■LA ■ES	T MI SUREN I E N E SLUST	RADL III I AU III I II I II I I I I I I I I	IINGAE JNG■TI MAELZE D■LUKI	BE■ARA ■HUPE■ ER■RAB ■EMILI	S IT E A	

# 30 schlichte siof



Es besteht Denkmalschutz für den Hof aus dem Jahr 1492: Die große Deele bildet das Herzstück des Schlichte Hofs.

Schlichte Hof serviert Ummelner Landschwein, Isselhorster Weiderind und Senner Forelle

# Vorreiter der westfälischen Küche

BIELEFELD (WB). Vor 30 Jahren kam der "kochende Handballer", wie sich Bernhard Kampmann selbst nennt, zurück in seine Heimat und eröffnete den Schlichte Hof. Seitdem steht das Restaurant für Kochkunst auf hohem Niveau mit regionalen Zutaten. Mit der Entscheidung, vor allem mit regionalen Produkten zu kochen war Inhaber Bernhard Kampmann im Jahr 1991 Vorreiter für die regionale Küche in Westfalen.

Kampmann, der seine Kochkünste unter anderem in der Schweiz, Amerika und auf einem Kreuzfahrtschiff erlernt und verfeinert hat, nutzte von Anfang an seine mann ausrichten zu lassen: Kontakte zu den Bauernhö- "Es gibt Paare, die hier

Fliesen und mehr

Waren einzukaufen. Seitdem hat sich der Stil des Schlichte Hofs weiter entwickelt, "außer der Ente", schmunzelt Kampmann: "Die mache ich ganz ,old school' schon seit 30 Jahren immer gleich."

Seine Gäste, darunter immer wieder auch Prominente aus Politik und Entertainment, schätzen offensichtlich beides. So gibt es im Schlichte Hof einen Stammtisch, deren Mitglieder sich seit 30 Jahren regelmäßig treffen. In vielen Familien zur Tradition, besondere Feste von Bernhard Kamp-

fen in der Senne, um seine schon ihre Hochzeit, die Taufe und die Konfirmation ihrer Kinder gefeiert habe", sagt der Küchenchef. Und gerade jetzt spüren er und seine Mitarbeiter besondere Freude daran, auch größere Gruppen bis zu 120 Personen zu bewirten.

Die Ausbildung hat für Bernhard Kampmann einen sehr hohen Stellenwert. Er selbst bietet Ausbildungsplätze in den Berufen Koch beziehungsweise Köchin sowie für Hotel- und Restaurantfachleute an. Zusätzlich engagiert er sich in der Weigehöre es außerdem schon terbildung für Küchenmeister. So gehört er den Prüfungsausschüssen der Industrie- und Handelskammer für Köche und Küchenmeister an.

Umso mehr bedauert Kampmann, dass er in den vergangenen zwei Jahren wegen der Pandemie keine neuen Auszubildenden einstellen konnte, auch weil es an Bewerbern fehlte. Doch

zum Beispiel in der Küche, auch technisch auf Vordermann gebracht", erzählt er. Besonders auffällig für die Gäste ist der große gläserne Weinklimaschrank im Eingangsbereich.

Außerdem hat der Betrieb in Sachen Digitalisierung große Fortschritte gemacht: "Unsere Mitarbeiter bekommen ihre Dienstpläne und Lohnabrechnungen jetzt digital. Und auch unsere Rezeptdatenbank haben wir digitalisiert." Ein aktuelles Thema auch für den Inhaber des Schlichte Hofs ist "Nachhaltigkeit": "Es ist mir wichtig, möglichst wenig Lebensmittel wegzuwerfen. Gemeinsam mit unseren Lieferanten arbeiten wir stetig daran, Verpackungseinzusparen. Außerdem achten wir auf die Umweltverträglichkeit bei Reinigungs- und Waschmitteln", betont Kampmann. Und auch zukünftig werde dieses Thema die Arbeit





Restaurant-/Hotelwäsche · Heißmangel · Oberhemden Senner Str. 26 · 33647 Bielefeld · Tel. (0521) 445185 www.thenhausen-textilpflege.de

30 Jahre unwiderstehlicher Genuss!

Als Lieferant der ersten Stunde freuen wir uns besonders über dieses Jubiläum und wünschen dem Schlichte Hof weiterhin viel Erfolg.





Fon 0521/29 907-400 Fax 0521/29 907-480







Herzlichen Glückwunsch zum Jubiläum Wir vermieten für Partys, Feste, Messen und Events Glas, Porzellan, Bestecke, Küchengeräte, Bestuhlung und vieles mehr.

M. Ferber Party-Miet-Service e.K.

Nord-West-Ring 42 · 32832 Augustdorf Tel. 0 52 37 / 89 80 02 · Fax 0 52 37 / 89 80 04 Email: info@m-ferber.com · www.m-ferber.com

Frisches Wild aus Westfale

Herzlichen Glückwunsch zu 30 Jahren Schlichte Hof.

Kochs Kämpe 16 | 33014 Bad Driburg © 0 52 53 / 94 03 20 | www.cediwild.de



Der Schlichte Hof bietet eine tolle Umgebung für große Feiern mit bis zu 120 Gästen, von denen einige auch in den 19 Hotelbetten übernachten können. Foto: Baerbel Bork



**Ebbinghaus** 

Eckhard Ebbinghaus | Bergstr. 38 | 33415 Verl

Tel. 05246-1240 | info@ebbing-haus.de www.ebbing-haus.de

info@kersting-objekt.de. www. kersting-objekt.de

Wir gratulieren herzlich zum 30 - jährigen Jubiläum und bedanken uns für die Zeit, die wir Sie begleiten durften.





WESTFALEN-BLATT die Lokalzeitung







\* Herforder

# Starkes Duo bei Gelenkschmerzen

## **Rubaxx Arzneitropfen und Schmerzgel in Kombination:** gezielte Behandlung von innen und außen

Im Kampf gegen Gelenkschmerzen setzen zahlreiche Verbraucher auf die Apotheken-Qualitätsmarke Rubaxx! Rubaxx Arzneitropfen und Rubaxx Schmerzgel (rezeptfrei) bilden zusammen eine ideale Kombination, um Schmerzen in Knie, Schulter oder Hüfte wirksam von innen und außen zu behandeln - und das ohne bekannte schwere Nebenoder Wechselwirkungen!

Gelenkschmerzen zählen zu den größten Volkskrankheiten in Deutschland: Millionen Menschen leiden sogar chronisch darunter. Ihr größter Wunsch: endlich Schmerzlinderung, und zwar so schnell wie möglich! Immer mehr Schmerzgeplagte vertrauen mittlerweile auf die Rubaxx Arzneitropfen für die orale Einnahme in Kombination mit dem Rubaxx Schmerzgel zur gezielten Behandlung der Schmerzen von außen.

#### **Besonderer Arzneistoff** überzeugt

Forscher entdeckten in Nord- und Südamerika einen besonderen Arzneistoff, der die Kriterien einer wirksamen Schmerzbekämpfung erfüllt: T. quercifolium! Dieser Arzneistoff ist heute umfassend erforscht. Er wirkt nicht nur schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Verletzungen und Überanstrengung verschafft er Linderung. In der Kombination von Tropfen und Gel wirkt T. quercifolium gezielt von innen und außen gegen den Schmerz!

## guter Verträglichkeit

Im Gegensatz zu vielen klassischen Arzneimitteln, die chemische Wirkstoffe wie Diclofenac oder Ibuprofen enthalten, bieten die Rubaxx Tropfen

Schwere Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Dank der guten Verträglichkeit ist Rubaxx auch für die Anwendung bei chronischen Schmerzen geeignet, ohne den Körper zu belasten.

#### Vorteile in Wirkung und Anwendung

Rubaxx Arzneitropfen können ganz einfach und individuell, je nach Verlaufsform Knochen. Auch bei Folgen von und Stärke der Schmerzen, dosiert werden. Durch die Darreichungsform als Tropfen wird der Wirkstoff direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten. Tabletten dagegen Wirksamkeit kombiniert mit müssen zunächst im Magen zersetzt werden und finden erst nach einem langen Weg über den Verdauungstrakt ins Blut. Während die bewährten Rubaxx Arzneitropfen Gelenkschmerzen von innen bekämpund das Rubaxx Schmerzgel fen, ist Rubaxx Schmerzgel für wirksame Hilfe aus der Natur. die praktische und gezielte Behandlung der betroffenen Stellen von außen geeignet. Zusammen bilden sie eine ideale Kombination zur Bekämpfung schmerzender Gelenke!

**Rubaxx Tropfen und Rubaxx** Schmerzgel sind rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.



- von Verletzungen und Überanstrengunge Natürlich & gut verträglich
- Für die Anwendung bei chronischer

RubaXX

Für Ihre Apotheke: Rubaxx

www.rubaxx.de

Abbildungen Betroffenenen nachempfunde

# Hilfe, ich werde meinen BLÄHBAUCH

# nicht los!

## **Innovatives Medizin**produkt bekämpft den Blähbauch effektiv

An manchen Tagen fühlen wir uns einfach unwohl und aufgebläht: Αn das Tragen von en-Kleigen dern, Hosen und Co. ist gar nicht erst zu denken. Wie es

zu einem lästigen Blähbauch kommt und was wirklich dagegen hilft, verrät unsere Magen-Darm-Expertin Andrea Diehl. "Ein Blähbauch kann viele Ursachen haben", weiß Frau Diehl. So können beispielsweise Stress, wenig Bewegung oder eine ballaststoffarme Ernährung zu einer reduzierten Darmaktivität führen. Der Transport der Nahrung durch den Darm dauert dann deutlich länger, die Verdauung gerät ins Stocken. Zusätzlich sammeln sich Gase an - was sich in einem unangenehmen Blähbauch äußert.

#### Medizinprodukt mit 2-fach-Effekt

Besserung verspricht Betroffenen jetzt ein von deutschen Forschern entwickeltes Medizinprodukt (Kijimea Regularis, Apotheke). Die Expertin erklärt: "Die in Kijimea Regularis enthaltenen natürlichen Fasern quellen im Darm auf und dehnen die Darmmuskulatur sanft. Sie erhält dadurch den Impuls, sich wieder zu bewegen. Die Verdauung wird so auf natürliche Weise aktiviert." Zusätzlich reduziert Kijimea Regularis aktiv die Gase im Darm. Die Folge:

Der Blähbauch verschwindet, der Bauch fühlt sich endlich wieder angenehm flach an.





## Brennen, Kribbeln, Taubheitsgefühle?

## Oft stecken die Nerven dahinter!

Brennende Schmerzen in Beinen oder Füßen rauben Ihnen schon lange den Schlaf? Die ständigen Taubheitsgefühle in den Gliedmaßen belasten Sie zunehmend? Oft sind daran die Nerven schuld. Die gute Nachricht für Betroffene: Restaxil (Apotheke, rezeptfrei) kann bei nervenbedingten Schmerzen wirksame Hilfe leisten.

Zahlreiche Deutsche leiden fenac. Doch davon raten Mediunter brennenden Schmer- ziner in der aktuellen Leitlinie zen in Beinen oder Füßen, die für Diagnostik und Therapie häufig durch ein Kribbeln oder in der Neurologie ausdrück-Taubheitsgefühle begleitet werden. Was viele nicht wissen: Oft stecken die Nerven dahinter. Durch Stoffwechselstörungen wie z.B. Diabetes können diese gereizt oder fen die Nervenschmerzen geschädigt werden. Die Folge: Nervenschmerzen.

#### Nervenschmerzen richtig behandeln

Bisher greifen Betroffene meist zu klassischen Schmerz-

lich ab! Schließlich zeigen diese Präparate bei Nervenschmerzen oft keine Wirkung. Anders Restaxil: Die speziellen Schmerztropfen bekämpohne den Körper zu belasten.

#### 5-fach-Wirkkomplex gegen Nervenschmerzen

Das Besondere an Restaxil: der 5-fach-Wirkkomplex speziell bei Nervenschmermitteln, sogenannten NSAR, zen. Jeder einzelne darin wie z. B. Ibuprofen oder Diclo- enthaltene Wirkstoff kann

bei nervenbedingten Schmerzen wertvolle Hilfe leisten. Der Arzneistoff Iris versicolor kommt z. B. laut Arzneimittelbild unter anderem bei Ischialgien und ziehenden, brennenden Schmerzen im Hüftnerv bis in die Füße zum Einsatz. Genial: Die speziellen Schmerztropfen haben auch bei einer langfristigen Einnahme keine bekannten Nebenwirkungen. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind ebenfalls nicht bekannt.



\*Rezeptfreie Arzneimittel bei Nervenschmerzen, Absatz nach Packungen; Quelle: Insight Health, MAT 05/21 • Schlereth T. et al., Diagnose und nicht interventionelle Therapie neuropathischer Schmerzen, S2k-Leitlinie, 2019, in: Deutsche Gesellschaft für Neurologie (Hrsg.), Leitlinien für Diagnostik und Therapie in der Neurologie. Online: www.dgn.org/leitlinien (abgerufen am 01.12.2020) • Abbildungen Betroffenen nachempfunden
RESTAXIL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). www.restaxil.de • Zu fisiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing

Nr. 42, Samstag, 16. Oktober 2021

Digitalkonzerne stärker regulieren?

#### Kabarett in der Stadthalle

Gütersloh. Die Kabarettistin Christine Prayon, auch bekannt als Birte Schneider aus der Heute-Show, kommt nach Gütersloh. Und zwar am Donnerstag, 28. Oktober, im Rahmen der Reihe Schlado (Schöner langer Donnerstag). Los geht es um 20 Uhr. Prayon präsentiert ihr aktuelles Programm "Abschiedstour" in der Gütersloher Stadthalle. Tickets gibt es unter www.stadthalle-gt.de.

#### u serpp u

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: owlamsonntag@westfalen-blatt.de Sport: Oliver Kreth (Westfalen-Blatt)

Zustellung/Vertrieb zustellung-guetersloh@owl-am-sonntag.d

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-Janzer

Andreas Düning Anzeigenpreisliste Nr. 32, gültig ab 1. 1. 2021

Vertrieb: ZVG Zeitungsvertriebs- und Ser vicegesellschaft mbH

Vertriebsleitung: Alexander Fische Druck: Westfalen-Druck GmbH Wir verwenden Zeitungspapier mit

hohem Altpapieranteil

Nach Pannen und Vorwürfen werden Rufe nach mehr Kontrolle von Tech-Giganten laut Eine Panne brachte Facebook und seine Tochterunternehmen unlängst in Erklä-

rungsnot. Im selben Zeitraum warf eine Ex-Mitarbeiterin Facebook vor, Profit über das Wohl der Nutzer zu stellen. Sogleich wurden Forderungen nach einer stärkeren staatlichen Regulierung von Tech-Giganten lauter. Wie könnten diese Regulierungen ausfallen? Inwieweit könnten Digitalkonzerne stärker unter gesellschaftliche Kontrolle

#### Regelmäßig auf den Prüfstand

gezwungen werden?

Mehr Kontrolle ist gefragt. Die Digitalkonzerne müssen sich in Abständen einer Kontrolle unterziehen, dann kann sich einiges ändern.

Ruth-Marie Siedschlag,

#### Regulierung ist dringend nötig

Die sogenannten Digitalkonzerne sind nur die Spitze des Eisberges. Energiever-Technikgiganten, sorger, Nahrungsmittelkonzerne, Telekommunikationsunternehmen, Bekleidungsindustrie, Autobauer, Rüstungsunternehmen, Luftfahrt, Lo-

Die Liste derjenigen, die gefühlt auf Kosten der Allgemeinheit tun und lassen können, was sie wollen, lässt sich beliebig fortsetzen. Und da auch der Staat häufig genug gegen die Interessen seiner Bevölkerung handelt, gehört auch er in diese Aufzählung. Wie man diese alle regulieren könnte, vermag ich hier nicht zu formulieren, denn ich bin nur ein Laie. Ob man diese alle regulieren muss? Natür-

lich, und zwar nicht zu

Marcel Thannhäuser,

#### Nutzer haben es in der Hand

Digitalkonzerne wie Facebook sind keine Wohltätigkeitsvereine. Das wissen auch die Nutzer der Onlinenetzwerke.

Aber wie ist eine stärkere gesellschaftliche Kontrolle möglich? In erster Linie doch durch die Nutzer selbst. Sie sind es, die sich von Facebook, Instagram und Co. regelrecht abhängig machen, die sich bei einem Ausfall gleichsam hilflos wähnen.

Dass man auch in dieser Zeit ohne diese Medien

Informationen kommen, sich gegenseitig ausund tauschen durchaus nicht als Unwissender leben kann, liegt außerhalb des Vorstellungsvermögens etli-

Wieso auch selbst überlegen, wenn man sein Handy stets griffbereit hat? Manche scheinen sich gar ihre Meinung aus



Nach Pannen und Vorwürfen wird der Ruf konzerne lauter. Doch wie soll diese aussenach einer Regulierung der großen Digital- | hen?

Die Facebook-Panne zeigt es doch; viel zu viel Macht erlangten diese Unternehmen inzwischen. Sie

> beeinflussen das Denken und Handeln der Nutzer, bestimmen es womöglich so-Wir Menschen

machten schon immer geniale Erfindungen, doch seit jeher nutzen wir selbige nicht immer zu unserem Vorteil, lassen uns ein Stück

Freiheit unseres Selbsts und

einer Internetplattform zu dazu unsere Zeit nehmen. Doris Witte, Löhne

#### Kontrolle kaum zu bezahlen

Was soll der Staat denn noch alles kontrollieren? Kontrolle ist wichtig, aber wer soll das alles bezahlen? Der Staat ist mit dieser Aufgabe schon jetzt total überfordert. Und wo sollen die Mittel und das Personal herkommen? Wir leben nun mal in einem christlich orientierten, freien, demokratischen,

wie auch immer gearteten Rechtsstaat. Und wer die sozialen Netzwerke nutzt; wird gnadenlos von den riesigen, multinationalen, megaprofit-

orientierten Datensammlern

kontrolliert.

Unsere Gesellschaft und die Wirtschaft sind nun mal vernetzt und von elektronischen Programmen abhängig. Und wenn da irgend ein "Furz" querkommt, bricht alles zusammen. Kein Geld aus dem Automaten, keine Belieferung der Lebensmittel-Läden, kein Benzin, keine Medikamente, kein Strom, keine Heizung. Unser System bricht dann zusammen.

Wir sind mittlerweile von der funktionierenden elektronischen Vernetzung abhängig. Niemand weiß heutzutage mehr, wo im Hochregallager was liegt und wie man da dran kommt. Wir verhungern vor dem vollen Regal.

Günther Gruner, Halle/Westf.

#### In aller **Deutlichkeit**

Offenbar können Betreiber sozialer Netzwerke wie Facebook und Twitter derzeit Gerichtsbeschlüsse, einstweilige Verfügungen sowie Abmahnungen ignorieren, ohne Sanktionen fürchten zu müssen, und damit willkürlich handeln. Vielmehr sollten den Betreibern sozialer Netzwerke, ähnlich wie etwa in Polen oder Russland, Strafen drohen für den Fall von rechtswidrigen Löschungen von Beiträgen oder ganzer Konten deutscher Nutzer, die bis hin zur Sperrung des kompletten Dienstes in Deutschland reichen kön-

Jürgen Krüger, Bielefeld

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.





#### Laminat

Die Handwerkerqualität für eine natürliche Raumgestaltung. 7 mm Stärke, Nutzungsklasse 31, 10 Jahre Garantie. Eiche Alliano (7312). Format: 1.383 x 193 mm.

Kollektionspreis bei Einzelbestellung \* inklusive Fußleiste & Dämmung €/m<sup>2</sup> Aktionspreis €/m2

## **Klick-Vinyl**

Designboden in Fliesenoptik für das besonders beanspruchte Wohnen und Arbeiten, z.B.: New Grain Chiaro (5721), 4,5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschicht, Nutzungsklasse 31, 10 Jahre Garantie. Format: 696 x 360 mm.









Jetzt 15x · auch in: Bochum, Dortmund, Duisburg, Essen, Gelsenkirchen, Halstenbek, Iserlohn, **Velbert und Wuppertal** 



www.laminatdepot.de



Heimtex Star 2019

## **Sonntag ist** Schautag! Jeden Sonntag von

12-16 Uhr geöffnet keine Beratung u. kein Verkauf außerhalb der gesetzlichen Ladenöffnungszeiten!

Verkaufspreis bei Sonderbestellung nach

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10 - 19 Uhr · Sa 9 - 18 Uhr Laminat-Lager OWL GmbH · Herforder Str. 158 · 33609 Bielefeld

Lippstadt, Mülheim/Ruhr, Solingen,



Hier finden Sie

9.00h - 14.00h

uns:

Waldbadstr. 9-13 33803 Steinhagen Tel: 05204/3863

2 Min von der Autobahn A33 Abfahrt Steinhagen!!!

Lassen Sie sich, speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt, von unseren zertifizierten Schlafberatern beraten. Wir verhelfen Ihnen zum richtigen Bett!

www.steinhagener-matratzen.de

#### **Woche für Woche:**

Hunderte von interessanten Urlaubsangeboten aus allen Teilen Deutschlands und Europa! Wo? In unserem Reiseanzeigenteil.



• 2 Nächte im Maritim Hotel Bremen in der Classic Kategorie

• 1x Bremer Spezialitäten-Platte inklusive Becks am Anreisetag

 Buchen ohne Risiko: Eine kostenlose Stornierung oder Umbuchung ist bis 14 Tage vor Anreise möglich.

Termine bis Ende November 2021 nach Verfügbarkeit

Vertragspartner: Maritim Hotelgesellschaft mbH,

**Eingeschlossene Leistungen:** 

Täglich reichhaltiges Frühstück

Herforder Str. 2, 32105 Bad Salzuflen

Auch im Internet auf:

www.westfalen-blatt.de

**HARZ** 

NORDFR. INSELN

familiär geführt, Strand-/Zentrumsnähe, Maybach 1, 7 Tg. ab 389 €, 4 Tg. ab 249 €, inkl. Fr.-Buffet. Prospektversand, ☎ 0 46 51 / 2 30 23

OSTFRIES.INSELN

boardinghaus-norderney.de **2** 0 49 32 / 16 46

## **Advent 2021 in der Kaiserstadt Magdeburg**

buchbar.

**Hanseatischer Charme in Bremen** 



WESTFALEN-BLATT

#### **Eingeschlossene Leistungen:**

107,- Euro pro Person im DZ

174,- Euro pro Person im EZ

- 2 Nächte im Maritim Magdeburg inkl. Frühstück
- 1x Gänseschmaus inklusive einem Getränk am Abend • Gutschein für eine Bratwurst und einen Glühwein
- auf dem Magdeburger Weihnachtsmarkt Eintrittskarte für das Kabarett in der "Magdeburger
- Zwickmühle" am 2. Tag der Reise Guest Card mit Einkaufsvorteilen für das Allee-Center
- Veranstalter: HKR GmbH, Große Str. 17-19, 49074 Osnabrück

01. - 03.12.21, 12. - 14.12.21

Reisepreise:

ab 189,- Euro pro Person im DZ ab 209,- Euro pro Person im EZ

Bestellung und Informationen

mittler auf und ist jederzeit Ihr Ansprechpartner für die Beratung und Buchung. Der jeweilige Vertragspartner ist in den Reisen ve Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Alle Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben.

von Mo. bis Fr. von 8.00 bis 15.00 Uhr unter:

Tel.: 05 41 / 760 52 05 Die HKR Hotel und Kurzreisen Vertriebsservice GmbH, Große Straße 17 - 19, 49074 Osnabrück, tritt als Reiseveranstalter oder Reisever



## Seeb. Kühlungsborn Nh. FeWo, Seeblick www.gutspark-seeblick.de, 0177/5687150

#### **NORDSEE**

www.ferienhaus-grawe.de, Carolinensiel

2 0 52 76/95 21 97 o. 01 57/37 03 95 88

Harz/Braunlage, FeWo's ab 35 € 

© 05583/9392373 www.panoramic.de

**Svlt-Hotelperlen.de** 

#### Woche für Woche...

berichten wir in "SCHÖNER REISEN" über spannende Reiseziele in Nah und Fern.

Tauchen Sie ein in die vielfältige Welt





#### www.westfalen-blatt.de

IHR PLUSTIM FACHHANDE

"Meine Lokalzeitung ist viel mehr als Information, sie ist mein persönlicher Morgengruß – sogar ein Stück Lebensgefühl!"

# WESTFALEN-BLA

Wir suchen zum nächstmöglichen Termin einen

## Personaldisponenten (m/w/d)

für die Logistik im Nachtdienst am Standort Bielefeld

#### Ihr Aufgabenbereich

- Koordination der Zustellung im festgelegten Bereich
- Sicherstellung der Logistikprozesse
- Ansprechpartner der Zustellorganisation
- Zeitfenster Montag bis Samstag Einteilung von Vertretungstätigkeiten im Bedarfsfall
- Administrative Bürotätigkeiten

#### **Ihr Profil**

- Abgeschlossene, kaufmännischen Ausbildung,
- Kenntnisse in den gängigen MS-Office-Systemen
- Bereitschaft zur regelmäßigen Nachtarbeit
- Analytisches und konzeptionelles Denken
- Eigenverantwortliches Arbeiten
- Organisationstalent, Teamfähigkeit, hohe Einsatzbereitschaft, Belastbarkeit, Flexibilität, Zuverlässigkeit
- Sicheres Auftreten
- Hohe soziale Kompetenz

#### Wir bieten Ihnen

- flexibles Stundenkontingent / je nach Ihrer Verfügbarkeit
- umfassende Einarbeitung
- Mitarbeit in einem engagierten Team
- modernes und angenehmes Arbeitsumfeld
- leistungsgerechte Vergütung

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung, gerne per Mail an

#### **Herrn Pascal Bredhorst**

 □ p.bredhorst@westfalen-blatt.de Sudbrackstraße 14-18, 33611 Bielefeld



Panoramavertriebs- und Service GmbH Sudbrackstraße 14-18, 33611 Bielefeld

Gewerbegrundstück ab 5.000 m<sup>2</sup> in Verl + Umkreis 20 km gesucht. Chiffre ⊠ C 47-159924 Z

**Immobilien** 

Mehrfamilienhäuser

**Mietgesuche** 

Suche MFH ab 300 m² Wohnfläche, ab Bj. 1990, im Raum PB, GT, Bl; Diskretion wird zugesichert Diskretion wird № 01 51/15 20 88 89

Einfamilienhäuser

Grundstücksgesuche

mit 2 Kindern sucht zeitnah Haus zur Miete in Paderborn ab 150 m² WF, bis 3000,- € Kaltmiete pro Monat. Keine Tiere, Nichtraucher. Kontakt über IchsucheHaus@gmx. de. Wir sind über eMail (siehe oben) und über Telefon 01 71/ 5 63 00 54 zu erreichen.

**Buchautorin** sucht kl. Haus in Außenlage zu mieten (z.B. Heuerlingshaus). Ganz einfach, Öfen, gerne etwas verwildert. www.dorisgrappendorf.de 

2 - 2 1/2-Zi.-Whg.

Frührentnerin m. alt. Hund sucht 1-2 ZKB ab 35 m<sup>2</sup>, mögl. EG, PB, auch im Umkr., gern ländl., bis 450,- € WM. **②** 01 57/30 41 38 52

Suche zu sofort Wohnung in ruh. 

**Immobilien Gesuche** 

#### ohnimmobilien/ Gesuche



Zur Errichtung von Doppel-, Reihen-, oder Mehrfamilienhäusern kaufen wir Grundstücke in Paderborn und Umkreis. Auch Häuser zum Abriss sind interessant.

Wir freuen uns auf Ihre Angebote Tel.: 05251 / 506 135 6

WM Pader-Wohnbau GmbH Rathenaustraße 72 33102 Paderborn www.wm-pader-wohnbau.de



ZKBad mit Wanne, Dusche und Fenster, Balkon oder Terrasse, barrierefrei ca. 90-100 m², Gartennutzung und Carport. Kaufen oder mieten. 20 01 52/01 70 56 66

Kaufe Immobilien

Suche Immobillien Immokontor 24 Gmbh 🕿 01 71/3 05 06 53

Solvente Unternehmerfamilie Unternehmerpaar sucht Baugrundstück in PB-Dahl und Umge-bung, 800-1000 m². 20 01 60/ 97 02 39 64

**Baumarkt** 

**Abriss und Entrümpelung 2** 01 71/3 05 06 53

**Bekanntschaften** 

#### **Bekanntschaften**

Ich, Marianne, bin 78 Jahre, seit mein Mann verstorben ist, bin ich ganz allein, ich habe eine schöne frauliche Figur. Bin fit, aktiv, nicht ortsgebunden. Ich wünsche mir üb. pv wieder e. ordentlichen, netten Mann, Alter egal, für einen schönen gemeinsamen Lebensabend. Würde Sie gern mal besuchen, damit wir alles in Ruhe besprechen können. 2 01 51 - 20 59 30 17

**Hedwig, 74 J.,** seit einigen Jahren verwitwet, mit schöner fraul. Figur. Bin e. einfühlsame Partnerin, gute Hausfrau u. hervorrag. Köchin. Durch mein Auto bin ich unabhän-gig u. könnte Sie spontan besu-chen. Es ist nicht schön im Alter alleine zu sein, so suche ich üb. pv einen ehrl. Mann hier aus der Umgebung. 20176-34498648

Ich. w. 68. suche nette, niveauvolle Leute m/w f. Freizeit, (Kurz-)reise, Wandern, gute Gespräche usw. HX-PB. planet5@outlook.de

#### Er sucht

Alleinstehender Mann, Anfang 70, deutschsprachig, wohnhaft an der italienischen Adriaküste, Haus mit Meerblick, sucht zwecks gemeinsamer Lebensgestaltung nette Bekanntschaft. ⊠ A 902-159974 Z

Witwer, 80 J., 1,80 groß, schlank, NR, mobil, sucht eine liebevolle Partnerin passenden Alters, NR, für Unternehmungen und Zweisamkeit. Raum Bünde-HF-BI. ⊠ A 902-159992 Z

Empathischer Er, NR, 1,72 m, 84 J., fit, mobil und ehrlich möchte eine nette, natürliche und unkomplizierte Partnerin für gemeins. Zukunft kennenlernen. ⊠ A 902-159983 Z



Das Angebot? Überzeugend! Der Service? Überzeugend! Und wir?

## wb-immo.de

SCHNÄPPCHEN, **WIR KOMMEN!** 





Stolzer Vermittler erfolgreicher Mensch-Möbel-Beziehungen. Seit 1965.

AUF ALLES

OHNE **WENN UND** ABER \*

Café hat



Wir haben wieder für Sie geöffnet! (in Selbstbedienung)

**ELSÄSSER TALER** (3 STÜCK) mit Speck und Zwiebeln

Für Sie und Ihre Begleitung. Bitte ausschneiden und mitbringer Gültig bis 23.10.2021.

23.10.2021 gültig!

porta.de 🛈 🧿



Friedrich-Ebert-Straße 101 • Tel.: 05241 74329-0 Öffnungszeiten: Mo-Sa 10-19 Uhr

 $\star$  Gilt nur für Neukäufe, inkl. Skonto. Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen Gültig bis 23.10.2021.



Überglücklich!

Zu zweit ist vieles schöner. Er Pensionär, studiert, NR, 71 nur laut sucht nette Sie, ca. 74-82 J., für eine dauerhafte Partnerschaft. Bin 170 cm, schlank und mobil, interessiere mich für Politik, Veranstaltungen, fahre Fahrrad, schwimme, reise gern. Zuschriften unter ⊠ A 902-159975 Z

Ausweis, 190/85, sucht Sie, eher schlank, gerne noch leicht verrückt, aber keine Querdenkerin!, für schöne Zeiten im Kino und Konzert, Tanzkurs und Restaurant. Näheres über pauloba@web.de oder auch über

☎ 01 51/51 89 68 58, Raum Biele feld und nördlich von Bielefeld.

Beratung & Buchung Tel. 05423 / 94 370

Zum 01.12.21 suchen wir für unsere Touristikabteilung kaufmännische Verstärkung.

Schöne Maid, hast Du ab ietzt für mich Zeit? Um gemeinsam alles Schöne im Alter zu erleben. Zusammen Ausgehen, Reisen planen und durchführen oder gemütliche Abende am Kamin verbringen. Du bist bis 80 J. alt, NR, charmant, ehrlich und unternehmungslustig, aus dem Raum PB. Ich bin 82 J., NR, ehrlich, tolerant, weltoffen und mobil. Zuschrift mit Bild unter

⊠ A 902-159963 Z

Sie sucht

Sie bietet 6. Lebensdekade im guten Zustand für das gemeinsame Leben, Lieben, Lachen mit Ihm, NR, Krs/PB, BmB. we\_together@web.de

**Tanzpartner** von Frau gesucht für gelegentliche Partys, Kurs, Workshops, von Salsa, Kizomba, Tango Humorvolle 48-Jährige, sportlich und schlank, sucht ehrli-chen lieben Partner bis 54 J. Kreis bis Disco-Fox. Bin flexibel. Gemeinsam Spaß haben. ⊠ A 903-159985 Z Paderborn. M A 903-159987 Z

> **Exklusive** Silvester-Reisen



4 Tage 23.-26.11. 459,- EZ + 59,- Fahrt im 4\*Reisebus, 3 x Ü./Fr. im 3\*Hotel im Raum Salzburg, 3 x Abendessen, Stadtrundfahrt und geführter Altstadtspaziergang durch Salzburg, Besuch der Salzburger Weihnachtsmärkte, Ausflug ins Salzkammergut mit Adventsmarkt in St. Wolfgang, Kaiserstadt Bad Ischl und "Stille Nacht Kapelle" in Oberndorf, Eintrittskarte zum exklusiven Advents-Konzert der "Wiener Sängerknaben", örtliche Reiseleitung

Festliche Zeit im Bayerischen Thermenland in Bad Gögging 6 Tage 22.-27.12. 849,- 12 Tage 22.12.-02.01. 1529,- kein Einzel-Zuschla Busfahrt, 5 bzw. 11 x U./Hallbpension im erstklassigen 4\*Wellness-Hotel Monarch in Bad Gögging, Weihnachts- und Silvesterfeiern im Hotel, Nutzung des Wellnessbereichs mit Hallenbad und Sauna, Ausflüge nach Regensburg, Kehlheim, Kloster Weltenburg, Kulturland Altmühltal mit Eichstätt u.v.m.

Maritime Weihnachten Kieler Förde 6 Tage 22.-27.12. 779, EZ + 120, Busfahrt, 5 x Ü./Halbpension im 4\*Steigenberger Conti Hotel Kiel, Festtagsmenüs, Stadtführung Kiel, Besuch Ostseebad Grömitz, Ausflug nach Timmendorf und zur Hansestadt Lübeck, Ausflug mit Reiseleitung Maritime Weihnachten Kieler Förde nach Flensburg, Kappeln und Eckenförde, 1 x Überraschungs-Ausflug mit Reiseleitung

Weihnachten in Tirol mit Konzertbesuch 5 Tage 22.-26.12. 599,- EZ + 69,-Busfahrt, 4 x Ü./Halbension im 4\*Hotel Region Kufstein, Ausflug und Eintritt Swarovski Kristallwelten, Besuch von Rattenberg mit Glasbläserei, Ausflug nach Salzburg mit Eintritt in Mozart Geburtshaus und Besuch des Weihnachtsmarkt, Besuch des Weihnachtskonzert der "Ladiner" im Stadtsaal von Kufstein

Weihnachts-Kreuzfahrt auf dem Rhein 6 Tage 23.-28.12. 739,-an Bord des exklusiven 5\*Schiff "MS Geoffrey Chaucer" ab/bis Köln nach Mainz-Speyer-Worms-Frankfurt-Koblenz-Mittelrheintal inkl. Bustransfer nach Köln und zurück, 5 x Ü./Vollpension in exklusiven Außenkabinen, Weihnachtsprogramm, Bord-Unterhaltungsprogramm, Galadinners, Reiseleitung u.v.m.

2 x Ü./HP im Niebüller Hof, Musik-+ Tanzabend, Ausflüge und Besuch der Weihnachtsmärkte in Flensburg, Tondem, Friedrichstadt und Husum **3 Tage** 26.-28.11. **275,-** EZ + 39,-Adventszeit auf der Wartburg 1 x Ü./Fr. im 4\*PentaHotel, Eintritt "Historischer

Adventsreisen

Friesischer Advent

Weihnachtsmarkt" auf der Wartburg, Stadtführung **2 Tage** 04.-05.12. **139,-** EZ + 26,-Aachener Printenmarkt

Aachener Printenmarkt
1 x Ü.Fr. im 4\*Novotel Aachen City, Stadtführung
Ausellus zum Weihnachtsmarkt in Monschau
"Ein Meer aus Lichtem" Sa 05.12. Sa 18.12. 37,-Ausflug zum Weihnachtsmarkt in Monschau **2 Tage** 05.-06.12. **159,-** EZ + 45,-**Maritimer Advent** 

Bewerbungen richten Sie bitte an: r.orth@orthreisen.de Leipziger Advent mit Dresden
2 x U./Fr. im 4\*Hotel, Stadtführung in Leipzig,
Ausflug nach Dresden, Weihnachtsmarkt in Erfurt
3 Tage 10.-12.12. 209,- EZ + 40,-

www.orthreisen.de

Tagesfahrten im Advent Schlossweihnacht Bückeburg inkl. Eintrittsgebühren So 28.11. So 05.12. 46,-Soest - Historische Altstadt "Advent in der Fachwerkstadt" Sa 04.12. 30, Quedlinburg - Romantische Höfe "einmalig schön" So 05.12. Sa 11.12. 40,-

Salzstadt Lüneburg "Advent in der Hansestadt 2x HP, Auffritt eines Shanty-Chors, Besuch der Hansestadt Bremen, Oldenburg und Carolinensiel 3 Tage 10.-12.12. 265,- EZ + 35,- auf Landgut Krumme" Sa 11.12. Sa 18.12. 46,-

Berlin mit Gala-Show "Stars in Concert" 3 Tage 30.12.-02.01. 449,- EZ 70,-Busfahrt, 2 x Ü./Fr. im 4\*Estrel Hotel, Silvestergala mit Buffet und "all inkl." Getränken bis 03:00 Uhr, Silvester-Live-Konzert "Stars in Concert", Neujahrsbrunch, Stadtführung Berlin, Ausflug nach Potsdam

"Schwaben tanzt" Silvester in Stuttgart 4 Tage 30.12.-02.01. 525,- EZ + 80, Busfahrt, 3 x Ü./Fr. im 4\*Hotel Vienna House, 2 x Schlemmer-Abendessen, Silvesterfeier mit

Zwischen Renaissance & Jugendstil 4 Tage 30.12.-02.01. 549,- EZ + 51,-Busfahrt, 3 x Ü./Fr im **4\*Hotel Maritim Darmstadt**, 2 x Abendessen, Silverfeier mit Buffet, Live-Musik und "all inkl." Getränken bis 01:00 Uhr, Stadtführungen in Darmstadt, Mainz, Heidelberg und Frankfurt,

Hessischer Jahreswechsel in Frankfurt 4 Tage 30.12.-02.01. 549,- EZ + 75,- Busfahrt, 3 x Ü./Fr. im 4\*Hotel Fleming's, 2 x Abendessen im Hotel, Silvesterfeier mit Buffet und "all inkl."Getränken bis 01:00 Uhr, Besuch der Neujahrsvorstellung "Great Christmas Circus", Eintritt im Frankfurter Palmengarten und Maintower, Ausflug nach Mainz, Stadtführungen in Frankfurt und Mainz

Buffet, Live-Musik und "all inkl."Getränken bis 01:00 Uhr, Stadführung, Ausflug "Barock per Bus" nach Ludwigsburg mit Eintritt im Residenzschloss, Besuch der Neujahrsvorstellung im Friedrichsbau-Variete

Eintritt Schloss und Museum in Heidelberg, Besuch des Neujahrskonzert im Staatstheater in Darmstadt

3 Tage 30.12.-02.01. 425,- EZ +62,-Silvester in der Kurstadt Wiesbaden Charles Dickens in Deventer
Eine Zeitreise"

Deventer
Sa 11.12. So 12.12. 37,
Busfahrt, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 1 x Abendessen, Silveslegala mit Duniet, Eive Middle, 2 x U./Fr. im 4\*penta Hotel, 2 x U. **Jahresausklang im Sauerland - Willingen** 6 Tage **28.12.-02.01. 699,-** EZ + 55,- Busfahrt, 5 x Ü./HP im **4\*Best Western Hotel** in Willingen, Silvester-Gala mit all-inkl. Getränken, Musik und Tanz, Mitternachtsimbiss, Neujahrs-Frühstück bis 12:00 Uhr, Teilnahme am Gästeprogramm mit Fackelwanderung, Bingo-Abend, Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad, Sauna etc.

Reisedienst Orth GmbH - Westheider Weg 25 - 33775 Versmold www.orthreisen.de Tel. 05423 - 94370 Zustiege auf allen Reisen: Bielefeld - Gütersloh - Herford - Paderborn und auf Anfrage



Neuanfang mit uns -



## Exam. Pflegefachkraft (w|m|d) oder Pflegehelfer (w|m|d)

#### Wir bieten Ihnen:

- Attraktive Vergütung und steuerfreie Zuschläge
- 5-Tage-Woche Prämie beim Einspringen
- Urlaubsgeld und Bonuszahlungen
- Unbefristeter Arbeitsvertrag
- Strukturierte Einarbeitung & familienfreundliche Dienste
- Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten Wiedereinsteiger und frisch Examinierte sind herzlich willkommen

Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Ihre Pflegedienstleitungen Katrin Böschemeyer und Irina Pölzing.

Tel. 0 54 23 - 47 64 75 0 Pflege und Hilfe • Ravensberger Str. 14 • Versmold info@pflegeundhilfe.de

www.pflegeundhilfe.de



Mit 2600 Mitarbeitenden in über 40 Einrichtungen und Diensten ist der CWW Paderborn ein großer Arbeitgeber in der Region.

Für den Geschäftsbereich Wohnen suchen wir übergreifend für die Kreise Warburg und Paderborn

#### Stabsstelle für Personalentwicklung (w/m/d)

Interesse an einer vielseitigen Tätigkeit? Die ausführliche Stellenbeschreibung finden Sie im Internet unter www.cww-paderborn.de Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung

Wir suchen zu sofort einen

kaufmännischen oder technischen Angestellten (m/w/d) für Vertrieb und Projektsteuerung von System-Stahlhallen

Wir bieten Ihnen ein unbefristetes Arbeitsverhältnis in einem expandierenden Vir bleten innen ein unberristetes Arbeitsverhaltnis in einem expandierenden Familienunternehmen. Es erwartet Sie ein angenehmes Betriebsklima mit Top-Verdienstmöglichkeiten (Weihnachts- und Urlaubsgeld), hoher Erfolgsbeteiligung, Firmen-PKW (auch zur privaten Nutzung) und ein moderner Arbeitsplatz mit neuester IT-Ausstattung und vieles mehr. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

**40**\(\begin{array}{c}\) DEUTSCHE INDUSTRIEBAU GROUP

202941 - 9765 - 207 karriere@deutsche-industriebau.de

Wir suchen in Harsewinkel

Kommissionierer (m/w/d) in Tagschicht Brentrups Garten 6, Harsewinkel

0 52 47 - 4 03 69-0 Per WhatsApp: 0176 - 28 89 89 57

Harsewinkel@atwork-personal.de

Schweißer (m/w/d)

Elektrofachkräfte Ind. & Hand-



Wir suchen in Harsewinkel Sachbearbeiter (m/w/d) mit Englisch-Kenntnissen

Brentrups Garten 6, Harsewinkel 0 52 47 - 4 03 69-0 Per WhatsApp: 0176 - 28 89 89 57

Harsewinkel@atwork-personal.de



Wir suchen zum 1. Januar 2022

zur Nachfolge eine

Fachbereichsleitung Pflege (m/w/d)

Informationen zu den Aufgaben in dieser anspruchsvollen Leitungsfunktion finden Sie auf <u>diakonis.de/jobs-karriere</u>.



Wir freuen uns über Ihre Bewerbung: diakonis – Stiftung Diakonissenhaus Pflegevorstand Dagmar Nitschke Sofienstraße 51 · 32756 Detmold

Online: diakonis.de/online-bewerbung Bei Fragen: Telefon 05231/762 250

dagmar.nitschke@diakonis.de



Wirbelwind www.wirbelwind-bielefeld.de Postfach 140608, 33626 Bielefeld

Für unsere sieben Kindertageseinrichtungen in acht Häusern mit Regel-und heilpädagogischen Plätzen, einer Frühförder- und Beratungsstelle sowie einer Sozialpädagogischen Familienhilfe suchen wir Unterstützung. Wir suchen für unsere Einrichtungen in Brackwede und Schildesche

- sozialpädagogische Fachkräfte (m/w/d)
- für unsere Regel- oder heilpädagogischen Gruppen oder im Rahmen von Einzelintegrationen
- Einrichtungsleitung (m/w/d) in Vollzeit zum 01.10.2021

Weitere Informationen zum Träger sowie den Link zu unserem Karriereportal mit allen detaillierten Stellenausschreibungen finden Sie unter www.wirbelwind-bielefeld.de

Maler und Lackierer (m/w/d)



Kugelbreite 5 33154 Salzkotten

#### Zu sofort suchen wir LKW-Mechatroniker (m/w/d)

Bewerbungen an Herrn Schonlau:

**2** 05258/93018-13 **2** 

00151/55043611 bewerbung@gees.de

www.gees.de

Lackierer (m/w/d)

## Fliesenleger und/oder Bauhelfer (m/w/d)

in Voll- oder Teilzeit gesucht. Einsatzgebiet: Paderborn und Umgebung Firmenfahrzeug wird gestell Entlohnung nach Tarif.

#### Raumwerk

Fliesen • Wandtechniken adrian@meinraumwerk.de **2 0170 / 4011501** 

Industriemechaniker (m/w/d)

Wir suchen zu sofort Servicekräfte (m/w/d) in Vollzeit sowie Serviceaushilfen und Küchenhilfe/Spülkraft (m/w/d) auf 450,-€ Basis 

Kassenärztliche Vereinigung



Die Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe mit Sitz in Dortmund vertritt die Interessen von 15.000 Vertragsärzten und Psychotherapeuten. Seit über 50 Jahren sorgt sie als Selbstverwaltungskörperschaft für eine qualitätsgesicherte wohnortnahe ambulante medizinische Versorgung. Die Kassenärztliche Vereinigung ist ein modernes Dienstleistungsunternehmen und gestaltet das

Für unsere allgemeinärztliche und pädiatrische Notfalldienstpraxis in

#### Leitende Medizinische Fachangestellte (m/w)

#### Ihre Aufgaben

- Betreuung der Praxis-EDV und des PVS (Durchführung von Updates nach Anleitung, Kontakte zum Servicepartner) Durchführung der Quartalsabrechnung
- Bestellung/Organisation von Praxis- und Sprechstundenbedarf
- Erfassung der Patientenzahlen im Online-Portal NODIK.web Ansprechpartnerin für die diensthabenden Ärzte, das Krankenhaus, die Notfalldienstbeauftragten und die KVWL
- Erstellung der Dienstpläne für die Medizinischen Fachangestellten Sicherstellung der Einhaltung der Arbeitsschutz- und Hygienemaßnahmen
- Abgeschlossene Berufsausbildung als medizinische Fachangestellte/
- Arzthelferin Wünschenswerterweise Erfahrung im ärztlichen Notfalldienst sowie
- Erfahrung mit dem Abrechnungsprogramm MediStar Zuverlässigkeit und Teamfähigkeit sowie Flexibilität
- Freundliches Auftreten und eine ausgeprägte Dienstleistungsmentalität Sie sind flexibel einsetzbar (an Feiertagen, am Wochenende sowie in

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Teilzeitkraft (ca. 50-80 Std./Monat). Die Stelle ist zunächst auf zwei Jahre befristet. Die Bezahlung erfolgt nach dem Tarifvertrag für Medizinische Fachangestellte

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann senden Sie bitte Ihre aussagefähigen Bewerbungsunterlagen an die untenstehende Adresse oder gerne auch per E-Mail (Anhänge im PDF-Format) an: personal-notfalldienst@kvwl.de

> KVWL - Geschäftsbereich Personal und Organisation Robert-Schimrigk-Str. 4-6, 44141 Dortmund Ansprechpartner: Frau Rustemeyer Tel. 0231/9432-3804

Zuverlässige Reinigungskraft

(m/w/d) für 1,5 Std. täglich, Montag bis Samstag, in Gütersloh, Nähe Berlinerstr., auf geringfügigen Basis gesucht. Arbeitsbeginn muss immer ca. 08:00 Uhr sein. Voraussetzung Deutschsprachig in Wort und Schrift Telefonische Bewerbung unte 
20176 - 30097708 (Frau Schicker)

#### Fahrer und Begleiter (m/w/d) für Schülerbeförderung im Kleinbus (9-Sitzer) in Bielefeld und Umgebung gesuch

450 €- Basis, Mo.-Fr. ca. 7:15 - 8:45 Uhr **CF Fahrdienste GmbH** 

☎ 05 21/399 80 930 www.cffahrdienste.de/jobs



Die Westfalen-Blatt GmbH & Co. KG ist ein zur Unternehmensgruppe WESTFALEN-BLATT gehörender Tageszeitungsverlag mit den Haupttiteln Westfalen-Blatt, Westfälisches Volksblatt, Herforder Kreisblatt und Lübbecker Kreiszeitung mit insgesamt 13 lokalen Ausgaben in ganz Ostwestfalen und einer Gesamtauflage von ca. 100.000 Exemplaren. Der Stammsitz befindet sich in Bielefeld. In der Unternehmensgruppe, zu der eine Druckerei und weitere Verlage zählen, werden auch Anzeigenblätter verlegt, die mit ihren Auflagen Angebote für Anzeigen- und Beilagenkunden für die Region in ganz Ostwestfalen bereithalten und so individuelle und optimale Lösungen für deren Werbekonzeptionen darstellen.

Für unser Team suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt in Teil- oder Vollzeit (30 – 40 Std./W.)

## Mitarbeiter/in (w/m/d) Lohn- und Gehaltsabrechnung

für unsere Tochterfirma in Bielefeld

#### **Ihr Aufgabengebiet:**

- Übernahme der monatlichen Entgeltabrechnung (Erstellung und Zahlung überwiegend für Minijobber)
- Durchführung der Meldung der Krankenkassenbeitragsnachweise und die DEÜV-Meldung • Erstellung von Bescheinigungen und Statistiken
- · Ansprechpartner/in in allen lohnsteuer- und sozialversicherungsrechtlichen Belangen
- · Pflege von Stammdaten
- · allgemeine administrative Tätigkeiten

- erfolgreich abgeschlossene kaufmännische Berufsausbildung mit mehrjähriger Berufserfahrung im Bereich Lohn- und Gehaltsabrechnung
- fundiertes Wissen im Lohnsteuer- und Sozialversicherungsrecht
- sicherer Umgang mit MS-Office sowie mit dem Abrechnungssystem SAP, Kenntnisse mit weiteren Abrechnungssystemen wünschenswert
- · selbstständige Arbeitsweise und Zuverlässigkeit · Teamfähigkeit und ein sicheres Auftreten

#### Wir bieten Ihnen:

- Mitarbeit in einem engagierten Team
- · eine umfassende Einarbeitung in Ihren Aufgabenbereich
- eine leistungsgerechte Vergütung
- · kostenlose Parkplätze

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen unter Angabe Ihres frühestmöglichen Eintrittstermins sowie Ihrer Gehaltsvorstellung per E-Mail an bewerbung@westfalen-blatt.de.

Weitere Informationen über unser Unternehmen finden Sie unter: www.westfalen-blatt.de

#### Kontakt:

Ina Klußmeier Personalreferentin Sudbrackstraße 14 – 18 33611 Bielefeld Telefonnummer 0521 585-374



## **Te**lli **landwehr** it

#### Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir eine(n) Berufskraftfahrer (m/w/d)

#### Ihre Aufgaben:

Tagestouren im Nahverkehr

#### Ihr Profil:

- Besitz der Führerscheinklassen C / CE
- Erfahrung im Führen von LKW.
- Zuverlässigkeit und Sorgfalt im Umgang mit den
- Freundlichkeit und kooperative Zusammenarbeit mit unseren Kunden und Kollegen.
- Möglichst Berufserfahrung in einer vergleichbaren Tätigkeit.

#### Wir bieten Ihnen:

Sperrvermerke zu.

- Eine langfristige Perspektive mit hoher
- Arbeitsplatzsicherheit. Eine leistungsgerechte Vergütung.
- Eine gute und umfassende Einarbeitung.
- Kein Fernverkehr und keine Verladetätigkeiten. Geregelte Arbeitszeiten und wohnraumnaher Einsatz (abends daheim).

Wenn Sie diese Herausforderung interessiert, senden Sie bitte Ihre kompletten Bewerbungsunterlagen an die u.g. Adresse.

Wir sichern Ihnen absolute Vertraulichkeit und die Beachtung Ihrer

### Landwehr Möbelteile GmbH

Dieselstraße 4 ● 32289 Rödinghausen

Tel. 05223/ 65300-0 E-Mail: landwehr@landwehr-holzverarbeitung.de



#### Gemeinde Steinhagen Steinhagen mit ihren über 20.000

Einwohnern liegt im Kreis Gütersloh am

Südhang des Teutoburger Waldes und

besteht aus den Ortsteilen Steinhagen.

Brockhagen und Amshausen Die Gemeinde Steinhagen sucht zum nächstmöglichen Termin

(30 Wochenstunden) für die Leistungsgewährung nach dem Asylbewerberleistungsgesetz

(m/w/d)Nähere Einzelheiten zu den Einstellungsvoraussetzungen und zum Aufgabengebiet können Sie unserer Homepage entnehmen. Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen richten Sie bitte bis zum 31.10.2021 ausschließlich per E-Mail in einer PDF-Datei an bewerbungen@

eine Sachbearbeiterin/einen Sachbearbeiter in Teilzeit



Die Kreisverwaltung Herford mit rund 1.000 Beschäftigten bietet Ihnen KREIS interessante, fachlich anspruchsvolle verantwortungsvolle Einsatz-

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!



Mitarbeiterin/Mitarbeiter (m/w/d) im Bereich Zahlungsabwicklung und Verwaltung.

Nähere Informationen zum Aufgabenbereich, den Anforderungen und den Ansprechpersonen erhalten Sie auf unserer Internetseite unter: www.kreis-herford.de/karriere



Teilzeit, als

Wir freuen uns, wenn Sie für Ihre Bewerbung **bis zum 30.10.2021** die Online-Eingabemöglichkeit auf unserer Internetseite nutzen.



#### **FACHKRÄFTE** für Lagerlogistik und Buchhaltung gesucht

Zeitpunkt **engagierte Fachkräfte (m/w/d)** in der Lagerlogistik (Vollzeit/ Teilzeit) für seinen Firmen-Standort in 33442 Herzebrock-Clarholz, Der künftige Mitarbeiter/in soll in allen Lagerprozessen eingesetzt werden.

Das Unternehmen A & M Import sucht zum frühestmöglichen

Ein Gabelstaplerführerschein wäre wünschenswert. Außerdem benötigt das Unternehmen Unterstützung in der Buchhaltung und sucht auch für diesen Bereich eine entsprechend ausgebildete

Kontaktadressen für Bewerbungen: am-germany@hotmail.com oder 05241-7047112. Anschrift: Eickhoffstraße 15, 33330 Gütersloh.

#### Exam. Alten- oder Krankenpfleger (m/w/d) für eine 20

Stunden Demenzgruppenbetreuung am Nachmittag gesucht. Kurzbewerbungen an **DRK-Seniorenhof** An der Lutter 15, 33334 Gütersloh

**2** 0 52 41 / 68 72 02,

14:00 bis 18:00 Uhr

Anlagenmechaniker SHK (m/w/d) im Raum BI für Eigenobjekte ges., Vollzeit oder Teilzeit, Arbeitszeit flexibel, FS KI. 1 erforderl., abwr. Tätigkeit, DOW GmbH & 01 51-50 30 15 40

E-Mail: smu@progrund.net Elektroniker (m/w/d), KFZ-Me-chaniker (m/w/d), Heizungs-monteur (m/w/d), Schlosser Dreher (m/w/d) auf Vollzeit kurzfristig gesur Bewerbung@fischerpanda.de



**Buchhalterin** auf Basis. Maschinenbediener und Hilfsarbeiter.

Helfer mit PKW (m/w/d) Reinigungskräfte (m/w/d)

in **Hüllhorst** gesucht. **☎** 02 21/700 94 90 info@kramergebaeudereinigung-koeln.de Haushaltshilfe auf Minijob-Basis

1 x wöchentlich für 3 Stunden von Privathaushalt in Elsen gesucht. ⊠ A 24-159951 Z

Immobilienmakler werden? (m/ w/d) 2 01 71/3 05 06 53 remax.de

### **Stellenangebote**



Maschinenfabrik GmbH



Die Bürener Maschinenfabrik GmbH (BMF) ist ein inhabergeführtes Familienunternehmen und steht für Kreativität, Systemsicherheit und Qualität in der Verarbeitung von Metall und Kunststoff. Mit ca. 450 Mitarbeitern setzen wir unter dem Motto "Technik mit Ideen" Markttrends in den Geschäftsbereichen Fördertechnik, Kühlschmierstoffsysteme, Energietechnik, Komponenten und Kunststoffverarbeitung

Zur Ergänzung unserer Finanzbuchhaltung am Standort Büren suchen wir zum nächstmöglichen Termin einen engagierten und kompetenten

#### Steuerfachangestellten / Buchhalter (m/w/d)

für die Erledigung allgemeiner Buchhaltungsarbeiten: Bearbeitung von Zahlungseingängen, Prüfung offener Posten, Zahlung von Lieferantenrechnungen bis zur Durchführung von Monats- und Jahresabschlussarbeiten.

Wenn Sie Interesse an dieser vielseitigen Tätigkeit in einem attraktiven Arbeitsumfeld haben, freuen wir uns über Ihre schriftliche Bewerbung mit aussagefähigen Unterlagen.

#### Bürener Maschinenfabrik GmbH

Personalabteilung • Fürstenberger Straße 37 • 33142 Büren • Fon (02951) 604-178 E-Mail: personal@bmf.de • Internet: www.bmf.de

# Schlosser/



7 47 36 00

2 01 71/5 12 30 91 (Delbrück)

Marder-Holzkastenfalle, Lebend-

falle, auch f. Ratten u. Waschbärer zu verkaufen. 20173/9528174

**E-Mobil Meyra,** 2 Jahre alt, wenig gefahren, NP 2600,- €, VB 750,- €. **2** 0 52 51/46 64

Kaufgesuche allgemein

Das Team der WAP Fahrzeugtechnik GmbH ist auf der Suche nach Unterstützung für die Schweißerei. WAP ist ein inhabergeführtes, mittelständisches Unternehmen im wirtschafts starken Kreis Paderborn in Nordrhein-Westfalen. Wir haben im Laufe der letzten 27 Jahre starken Kreis Paderborn in Nordrielen-westgalen. Wir naben im Lauje der letzten 27 Jahr ein breites Spektrum an Produkten für die Nutzfahrzeuge und PKW-Anhänger entwickelt. Alle Fabrikate haben etwas gemeinsam: Sie sind hochwertig und absolut praxistauglich. Seit der Gründung des Unternehmens wird großer Wert auf "Made in Germany" und die damit verbundenen Standards gelegt. Der Großteil des Sortiments von WAP entsteht bis heute durch qualifizierte Einzelfertigung als auch durch modernste Robotertechnik.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich noch heute und werden Teil unserer Teams! Aufaabenaebiet:

- Selbstständiges Arbeiten nach Zeichnungen
- Heften, Schweißen und Richten von Baugruppen
- Sichtprüfung von Bauteilen
- Dokumentation der gefertigten Bauteile
- Ihr Profil: Sie haben eine abgeschlossene Ausbildung in einem Metallberuf wie
- Konstruktionsmechaniker oder Industriemechaniker Sie besitzen weitreichende Kenntnisse im MAG-Schweißen
- Sie können eine Berufserfahrung von mindestens 3 Jahren vorweisen
- Sie haben die Bereitschaft zur Schichtarbeit
- Sie sind zuverlässig, pünktlich und qualitätsorientiert sowie teamfähig
- Sie beherrschen fließendes Deutsch in Wort und Schrift Sie sind bereit, Vollzeit in einer 40 Std.-Woche zu arbeiten
- Das bieten wir:
- Die Aufnahme in ein freundliches, hilfsbereites Team
- Weiterbildungsmöglichkeiten im Rahmen ihrer Tätigkeit
- Arbeitskleidung wird gestellt Leistungs- und anforderungsgerechte Vergütung nach Vereinbarung
- Freiwillige Sonderzahlungen Betriebliche Altersvorsorge
- Ihre Bewerbung senden Sie bitte mit einem Anschreiben, Lebenslauf sowie Ihren Zeugnissen an: <a href="mailto:bewerbung@waptech.de">bewerbung@waptech.de</a>

oder postalisch an: WAP Fahrzeugtechnik GmbH, Herr Cäsar Dolecki,

Rudolf-Diesel-Str. 21-23, 33178 Borchen WIR FREUEN UNS AUF IHRE BEWERBUNG!

Wir suchen:
Produktionsmitarbeiter(m/w/d)

in Teilzeit oder Vollzeit ab sofort von Montag bis Freitag (im Zeit-raum von 9-18 Uhr) Bewerbung an s.belov @ fritz-hille.de oder schriftlich an Fruchtmanufaktur Lübbe-cke uG - zu Händen Herr Belov, Jockweg 3-5, 32312 Lübbecke

Fahrer (m/w/d) in Vollzeit und auf 450,-€-Basis gesucht. Sie liefern zu zweit Küchengeräte beim Endkunden an. Führerschein Klasse B. ☎ 0176 - 41198573

Email: Huck-zuck@t-online.de

#### Teilzeit / Nebentätigkeit

Wir suchen Aushilfe / Gärtner / Person mit "grünem Daumen" (w/m/d) zur Unterstützung bei der Pflege zur Onterstutzung bei der Priege unserer Außenanlagen wie Heckenschnitt, Unkrautbeseitigung und Überwachung von Wildwuchs. Wir bieten eine Nebenbeschäftigung auf 450€-Basis und freie Zeiteinteilung sowie alle erforderlichen Gerätschaften. Bei Interesse chen Gerätschaften. Bei Interesse bitte melden bei Ansgar Sure, E-Mail sure@februe.de, 2 05221/

Fachkräfte für Lagerlogistik (m/w/d)

Zahntechniker-/in (m/w/d) und/oder

Zahntechnische Hilfskraft (m/w/d)

Wir polstern hochwertig Ihre Lieb-

Freundliche, zuverl. Putzhilfe in

Zuverlässige Haushaltshilfe im Bielefelder Westen, 1 x wöchentlich für 2 Stunden gesucht.

Tüchtige Haushaltshilfe in Hid-

denhausen ab sof. für ca. 3 Stun-den pro Woche für Ein-Personen-

Haushalt gesucht. 2 05221/64162

gesucht. 2 01 75/7 54 55 55

**2** 01590/28 333 52

Wewelsburg, 1 x wöchentlich für 4 Stunden von berufstätigem Paar

## An- & Verkauf

## Verkäufe allgemein

**Zwei Tickets Giora Feidmann,**Reihe 11, 30.10.2021, 19.30 Uhr,
Bad Oeynhausen, 30,- €/Karte. Bad Oeynhausen, ☎ 01 76/32 567 111

Kerzenständer, Schmiedeeisen, Handarbeit, 61 cm hoch, mit großer Kerze zu verkaufen, Preis VHS. 

So viele gute Jobs so nah!

Auszug aus unserem Online-Stellenportal:

Reinkemeier GmbH TTF-Markt

Militello Dentallabor GbR

Schön Klinik Holding SE

Caritas Wohnen im Erzbistum

Lebenshilfe e.V. Kreisverband

Horstmann & Meger Steuerkanzlel

Mohn Media Services

bsb obpacher GmbH

Unternehmen

#### **Automarkt**

Vermisst seit 31.7. in Kassel-Calden: schwarzer Labrador-Mix mit weißer Brust, mittelgroß, trägt vermutlich noch ein gelbes Geschirr. Angsthund! Keine Einfangversuche, nicht nähern, bitte

#### **Automarkt**

1a Ank. aller Pkw's. Zahle faire + max. Preise. ♀ 0179/7917506 o. 05221/386007 Wir kommen auch zu Ihnen! Seriöse Abwicklung!

Suche BMW, Mercedes, VW o. Japaner, Benziner o. Diesel, Baujahr 1980 - 2008. 2 01 60/98 10 64 01

Wir kaufen alle Kfz. 05731/766927

An alle Ford-Fahrer! Wir, die Fordfamilie OWL sind Ihnen sehr gerne bei der Entsorgung Ihres alten Ford-Fahrzeuges behilflich, gerne auch bei der Abnahme von alten Teilen: 2 01 51/59 48 73 78

#### **BMW**



Ahmser Str. 134b / B 239 www.autogalerie-herford.de Fon 0 52 21 / 7 63 06-0

#### **Mercedes**



Merc. Benz C 180 Kompressor Kombi, Automatik, Bj. 08, 200tkm, sehr gepflegt, neue Reifen, neue Batterie, scheckheftgepflegt, Preis VB 7700,- €. **2** 01 57/72 61 50 64

kauf/Verkauf möglich, aus allen Bereichen wie Kino, Film, Politik, Sport sowie Briefmarken/Sammler-Cabriolet Oldtimer SL R129, Bj. 1991, guter Zustand, ATM, 50tkm, almandinrot-met., & 0177/7586688

DB 230 Coupé/123, Autom., Bj. Gold-Silber An- u. Verk. über 35 J. in Blfd., Herbert-Hinnendahl-Str.7 zw Bhf u Willy-Brandt-Pl ☎179076 79, H-Kennz., 178tkm, AHK, neu, 5600,- € 20 0 52 01/92 16

#### Möbel / Hausrat

Autogramme, Tausch - auch An-

münzen ges. 2 01 73/93 66 515

Lattenrost, stabil, aus Metall, 2x1 m, mit Elektromotor, Kopf- u. Fuß-teil verstellb.; Wohnzi.-Tisch, oval, Eiche, ausziehb., 1 Laubsauger Einhell, neuw., 2 01 71/7 16 89 97

Liebherr Standkühlschrank mit Gefrierfach, 185 I, ca. 1,50 m hoch, Preis VHS. 20 01 71/7 16 89 97

Haushaltsauflösung/ Entrümp./ Umz. günstig ☎ 05 21/9602 08 03 www.haushaltsauflösung-owl.de

Lagerverkauf Babyland Bünde

## Entlaufen / Zugelaufen

Kleine schwarze Katze seit 26.9. vermisst! Wir suchen un-sere kleine schwarze-smoke-far-

bene Katze, Oberfell schwarz, Unterfell hell. Bereich Schubertstraße, Herford. Freigängerin, gechipt und registriert, Fremden gegenüber zurückhaltend. Bitte nachsehen in Garagen, Kellern und Schuppen. Hinweise unter 2 0176/840144 27

Job-ID

103991361

104004828

104009736

104004795

104004827

104004870

104005259

104004772

104004880

Bad Oeynhausen 103991854

Mein Auto gefunden auf

wb-auto.de

Das passt!



#### Bollhöfer

Astra Sports Tourer (Kombi)Bj.9/19,77kw Benziner,10tkm,Na-Astra vi,Sitzheiz.,KlimaAT,Met.,Alu, Tempomat,usw. weitere 1o Sports Tourer im Angebot. , 14.480,-€

Auto Bollhöfer Vertriebs GmbH Daimlerstraße 1 32108 Bad Salzuflen http://autohaus-bollhoefer.de Tel 05222 927240 wb-auto.de: 8110164



#### Bollhöfer

80 Jahreswagen **Lager** z.B.Crossland Bj.20,81kw Benziner,4tkm,LED,AHK,Klima,Met.,Alu.eFH.I-IINK-Radio.usw.. 18.450.-€ Auto Bollhöfer Vertriebs GmbH Daimlerstraße 1 32108 Bad Salzuflen

http://autohaus-bollhoefer.de Tel 05222 927240 wb-auto.de: 837F261



60 R16 96H (60%) auf neuwertigen CMS Alufelgen für € 280,-CMS Alufelgen für € **2** 0 52 04/8 00 15 35 (AB)

4 Nokian Winterreifen 165/70

4 So.-Reifen Dunlop, 175/70R14 auf 5-Loch-Felgen, fast neuwertig 60,- €. ☎ 01 70/8 86 58 47

70 R14 T, ca. 5 mm, mit orig. Rad-kappen, 170,-€ **2** 01 70/440 16 34

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen 03944/36160 www.wm-aw.de Fa.

am Suche Motorrad, Chopper/Cruiser

Suche altes Mofa Moped Motorrad defekt, verrostet ☎ 015111520265

### Neue Küche?!

Wir suchen Interessenten für hochwertige, geschmackvolle Einbauküchen, inklusive Siemens Elektrogeräten, passgenau für Ihr Haus oder Ihre Wohnung, die Sie äußerst günstig von uns erhalten. Voraussetzung ist, dass Sie bereit sind, für 6 Monate nach telefonischer Absprache Ihre Küche interessierten

Architekten zu zeigen. R.E. Projekt GmbH - seit 1970 - Telefon (05 41) 40 90 60

# TEAMTOUR

Wittler - Neumann - Suerland Schöne Tagesausflüge

Vorwinterlichermarkt Laubach inkl. Eintritt 30.10. Enschede/Gartencenter Oosterik/	.49,-
<b>Denekamp</b> 06.11	40,-
Winterzauber Herrenhausen inkl. Eintritt 07.11.	49,-
Winterzauber Kassel 11.11Winterzauber Bottrop 12.11./20.12	
Winterzauber auf Gut Kump inkl. Eintritt 13.11.	
Weihnachtsmarkt Fluweelengrotte inkl. Eintritt 18.11./07.12.	.43,- //0 _
Aachen – Printen & feinste Schokolade	-
20.11./11.12	.40,-
Emdener Engelkemarkt 24.11./15.12 Münster – Weihnachtsmarkt 25.11./18.12	40,- 39
mit Eintritt u. Führung im Picasso Museum  Designer Outlet Ochtrup 25.11.	.49,-
Weihnachtszauber auf Schloss Bückeburg 26.11./28.11./29.11./30.11./01.12./03.12./04.12./05.12.	<u> </u>
Hamburger Weihnachtsmärkte	40 -

Velener Wald-Weihnachtsmarkt **Gut Böckel – Weihnachten im Stall** 

Advent- u.Weihnachtsmärkte

3 Tg. Friesischer Adventszauber

ordfriesland & Dänemark 2 Tg. Weihnachtsmarkt in Lübeck

28.11.-29.11./05.12.-06.12./11.12.-12.12. ab **149.-**3 Tg. Hanseatische Küstenweihnacht Maritimer Abend mit Shanty – Wismar – Schwerin – Rostock

3 Tg. Amsterdam Light Festival

Holländischer Lichterzauber, Christmas Shopping u. v. m. 26.11.-28.11./10.-12.12. ..... 2 Tg. "Leiden"schaftlicher Advent auf dem Wasser 3 Tg. Weihnachtsmärkte im Herzen von Thüringen

Erfurt, Weimar & Eisenach 28.11.-30.11./08.12.-10.12. ..... ab **245,-**2 Tg. Advent in Aachen und Maastricht 159,-3 Tg. Limburg an der Lahn

Schloss Weilburg & Schloss Braunfels 03.12.-05.12. 3 Tg. Blauer Lichterglanz -Potsdam & Berlin

#### Wittler 0 52 07 / 91 61-0 05 21 / 9 46 15-0 **Neumann** 0 52 92 / 98 40-0 **Suerland**

#### 3 Tg. Märchenhafter Lichterglanz im Weißen Rössl

Vorweihnachtliches Bad Wildungen, Kassel und das Musical Servus Peter

2x Ü/HP im Maritim Hotel Bad Wildungen, Führung auf dem Weihnachtsmarkt in Kassel inkl. 1 Glas Glühwein, Eintritt zum Musical "Servus Peter" – musikalische Schlager von Peter Alexander, Caterina Valente, Heinz Erhardt u.v.m. im Maritim Hotel ab 359,-10.12.-12.12. .....

www.teamtour.de • www.facebook.com/teamtour

#### 3 Tg. Zauber der 1000 Lichter

Kein EZ-Zuschlag!

#### 2 Tg. Advent ins Blaue ab 169,-

#### Weihmachten/Silvester 4 Tg. Weimar – Weihnachten wie Goethe feiern

3x Ü/HP im Ramada by Wyndham Weimar, Stadtführung Weimar, Besuch des Weimarer Weihnachts-marktes, Begrüßung im Hotel mit Glühwein und Gebäck, gemeinsames Weihnachtsbaumschmücken am 24.12. vormittags, Weihnachtliches Kaffeetrin-ken am Heilig Abend, festliches Abendmenü oder Buffet am Heilig Abend, Ausflug Saale – Unstrut mit Stadtführung in Freyburg und Besuch der Sekt-kellerei Rotkäppchen inkl. Verkostung 23.12-26.12.

#### 8 Tg. Weihnachten am Weissensee – Festtage in Kärnten

7x Ü/HP, Weihnachtscocktail mit Geschichten & Liedern, Weihnachts-Galadinner, Glühwein im Garten mit Hausmusik. önes Ausflugsprogramm

#### 6 Tg. Weihnachten in Olsberg - Sauerland

5x Ü/HP, Welcome Drink, Glühweinwanderung zum Borberg, Möglichkeit zum Besuch der Christmette, Bescherung vom Weihnachtsmann, 1x Musik-Abend, 1x geselliger Bingo-Abend, 1x Eintritt im Aqua Olsberg – die große 5000 qm große Sauerland Therme, 100 Meter vom Hotel entfernt 23.12.-28.12.

#### 5 Tg. Weihnachten im Erzgebirge

4x Ü/HP, Weihnachtliche Kaffeetafel am 24.12., Besuch der Weihnachtsland Erlebniswelt in Stützengrün, Eintritt Stickereimuseum Eibenstock, Rundfahrt Erzgebirge mit Reiseleitung, Ausflug nach Karlsbad mit Reiseleitung

#### 6 Tg. Festtage an der Ostseeküste

gramm (Festtagsbuffets, Silvesterparty etc.), Sport-, Freizeit- und Unterhaltungsangebote

28.12.-02.01. ..... ab **889**,-

#### 4 Tg. Silvester im hohen Norden

Viele Zusatzshows in den Winterferien –

DAS PERFEKTE GESCHENK FÜR JEDEN ANLASS!

**Musicals in Hamburg** 

DER KÖNIG DER LÖWEN

20 Jahre Disneys

DER KÖNIG DER LÖWEN

Do. 30.12.21, 15:00 Uhr

So. 02.01.22, 14:00 Uhr

PK 1: 170,- € • PK 2: 155,- €

PK 3: 138,- € • PK 4: 127,- €

Mi. 05.01.22, 14:00 Uhr

Do.06.01.22, 15:00 Uhr

Stage Theater im Hafen

PK 1: **163,-€** • PK 2: **147,-€** PK 3: **130,-€** • PK 4: **117,-€** 

Stage Theater im Hafen

AL BILLIA

3'superior Hotel Neuwart in Dagebull
3x U/F, 2x HP, 1x Silvesterfeier inkl. Silvesterbuffet
mit DJ und Tanz, 1x Mitternachtsberliner inkl. 1 Glas
Sekt zum Anstoßen, kleines Feuerwerk, Ausflug
nach Friedrichstadt inkl. Stadtführung, Ausflug auf
die Insel Sylt inkl. Hin- und Rückfahrt mit dem DB -Autozug und kl. Inselrundfahrt 30.12.-02.01. .....

10.12.-12.12. .....

Mo. 27.12.21, 14:30 Uhr

Do. 30.12.21, 15:00 Uhr

Stage Theater an der Elbe

PK 1: 152,- € • PK 2: 138,- €

PK 3: 119,-€ • PK 4: 108,-€

So. 02.01.22, 14:30 Uhr

So. 09.01.22, 14:30 Uhr

Stage Theater an der Elbe

PK 1: **143,-€** • PK 2: **130,-€** 

PK 3: **114,**-€ • PK 4: **99,**-€

Fahrt im modernen Reisebus

Eintrittskarte in der gebuchten

Leistungen:

Kategorie

#### Reifen / Felgen



**4 winterrader** Vredestein 5XL 205/ 60 R16 96H (60%) auf neuwertigen CMS Alufelgen für € 280,-. **2** 0 52 04/8 00 15 35 (AB)

4 Winterräder Vredestein 5XL 205/

R13, auf 4-Loch-Felgen und Reserverad, 90,- €. 20 0 52 06/35 56

Winterräder für VW Polo, 185/

#### Reisemobile / Wohnwagen

#### Zweiräder

oder Oldtimer, ab ca. 500 ccm, auch ohne TÜV, bis ca. 1000,- €. 

100 cm, auch ohne TÜV, bis ca. 1000,- €. 
100 cm, auch ohne TÜV, bis ca. 1000,- €.

Suche Puch Maxi 20 0 52 51/

## **Veranstalter – Buchung und Information:**

Mindestteilnehmer bis 14 Tage vor Abreise: 30 Personen.



Telefon: 05241 / 40 34 8-0

Gehle Reisen GmbH · Nikolaus-Otto-Str. 3 · 33335 Gütersloh

www.gehle-reisen.de Änderungen oder Zwischenverkauf vorbehalten

**Position** 

Assistenzärzte

dienst (m/w/d)

Psychosomatik (m/w/d)

Pädagogische Fachkraft und

Medientechnologe/ Druck-

Steuerfachassistentin(-en) m/w/d

Mitarbeiter\*in m/w/d in der Logistik

verarbeitung m/w/d

Schulbegleiter (m/w/d)

Pflegefachkraft im Tag- und Nacht-

Die kompletten Anzeigen finden Sie auf wb-jobs.de unter Eingabe der Job-ID.

Assistenzkräfte im Tagdienst (w/m/d) Caritas Wohnen im Erzbistum

Mitarbeitende als Nachtwache m/w/d FLEX@ Eingliederungshilfe gGmbH



Region

Rietberg

Paderborn

Bad Arolser

Rietberg

Paderborn

Gütersloh

Paderborn

Steinhagen

Paderborn





**MEDIZIN** 

Arthrose

Anzeige

# Gelenkschmerzen: Diese Therapie begeistert

Deutschlands meistverkaufte pflanzliche Arthrose-Tablette\* verspricht Betroffenen Linderung bei Verschleißerkrankungen der Gelenke.1

ine wirksame pflanzliche Tablette gibt Millionen Betroffenen mit Gelenkbeschwerden aktuell Hoffnung. Wissenschaftler haben beobachtet, dass Gelenkschmerzen durch die Behandlung mit einem pflanzlichen Spezialextrakt deutlich gemindert werden konnten.1 Die Mediziner und Patienten waren begeistert. Basis des untersuchten Wirkstoffs ist ein hochkonzentrierter Extrakt der Arzneipflanze Harpagophytum Procumbens. Dieser ist auch im Arzneimittel Gelencium EXTRACT (Apotheke, rezeptfrei) enthalten und hochdosiert aufbereitet.2 Im Vergleich zu

den meisten bisherigen Therapien (Tagesdosis:

960 mg) beträgt die aufgenommene Wirkstoffdosis bei Gelencium EXTRACT 2.400 mg. Hiervon können außerdem alle Arthrose-Betroffene profitieren, die meist eine besonders nebenwirkungsarme Langzeittherapie suchen. Denn eine Dauertherapie mit chemischen



🚖 🚖 🚖 🚖 Gisela S. Nach 4 Wochen waren meine Gelenkschmerzen fast vollständig verschwunden. Ich bin außerordentlich zufrieden mit

Schmerzmitteln ist aufgrund des Nebenwirkungsprofils bei längerer Anwendung (z.B. Magengeschwüre, Bluthochdruck) häufig nicht empfehlenswert.

Harpagophytum-Arzneimittel hingegen sind gut verträglich – in einer wissenschaftlichen Übersichtsarbeit zeigten mehr als 97% aller Anwender keine Nebenwirkungen.3 Da der Wirkstoff zudem keine Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln aufweist, kann er auch als Langzeittherapie eingesetzt werden. Die offizielle europäische Fachgesellschaft (ESCOP) empfiehlt eine Einnahme von mindestens 3 Monaten.<sup>4</sup> So kann Gelencium EXTRACT Patienten dabei helfen, die Beschwerden zu reduzieren und die Lebensqualität spürbar zu steigern.¹

Fazit: Gelencium EXTRACT kann helfen, Gelenkschmerzen zu lindern.¹ Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach Gelencium EXTRACT.

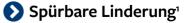
### **Die Nr. 1\* Tablette bei Arthrose**

Tausende zufriedene Patienten in Deutschland konnten bereits von Gelencium EXTRACT profitieren. Drei Gründe sprechen für diesen Erfolg: die spürbare Linderung der Gelenkbeschwerden<sup>1</sup>, die verbesserte Beweglichkeit und die gute Verträglichkeit<sup>3</sup>. Kein Wunder, dass Gelencium EXTRACT Deutschlands meistverkaufte pflanzliche Tablette bei Arthrose ist.\*

\*) Absatz nach Packungen, Pflanzliche Arthrose-Tabletten, Quelle: Insight Health, Jan.- Aug. 2021 1) Chrubasik et al. Comparison of outcome measures during treatment with the proprietary Harpagophytum extract doloteffin in patients with pain in the lower back, knee or hip. In: Phytomedicine. 2002 Apr;9(3):181—94; Anwendungsbeobachtung (ohne Randomisierung und Verblindung). 2) Die Standard-Tagestherapiedosis bei Harpagophytum Procumbens-Monopräparaten in Deutschland beträgt 960 mg, Bei Gelencium EXTRACT beträgt die Tagestherapiedosis 2.400 mg. 3) Vlachojannis. Phytother. Res. 2008; 22:149-152. Systematisches Review. 4) Harpagophyti radix. In: European Scientific Cooperative Randomisierung und Verblindung). 2) Die Standard-Tagestherapiedosis bei Harpagophytum Pro on Phytotherapy, ed. ESCOP Monographs. 2nd Ed. Stuttgart, New York: Thieme; 2003: 233 240

Pflichttext: Gelencium EXTRACT Pflanzliche Filmtabletten. Wirkstoff: 600 mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Verschleißerscheinungen (degenerative Erkrankungen) des Bewegungsapparates. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH • Helmholtzstraße 2-9 • 10587 Berlin.

Für die Apotheke





**Gelencium EXTRACT:** 75 Tabletten:

PZN 16236733 150 Tabletten: PZN 16236756

#### **SPIELFILM**



#### Der 7. Tag

**TV-Thriller** Sybille (Stefanie Stappenbeck) führte mit ihrem Mann Michael, einem Notar, ein glückliches Leben. Doch dann verließ er die Schwangere über Nacht und setzte sich mit veruntreuten Geldern nach Südamerika ab. Einige Zeit nach diesem Schicksalsschlag wacht Sybille in einem fremden Hotelzimmer auf. Neben ihr liegt die Leiche ihres Mannes. Sie kann sich an nichts erinnern, doch Kommissar Rainer Warnke glaubt ihr nicht. Um ihre Unschuld zu beweisen, sucht Sybille den wahren Täter. **Dienstag, 20.15 3sat** 

#### DOKUMENTATION



#### Krebs besiegen – was kann die Medizin heute?

Dokumentation Es gibt kaum etwas, das Menschen mehr mit Angst erfüllt, als die Diagnose Krebs. Sofort stellen sich viele Fragen. Wie sind meine Heilungschancen? Welche Behandlungsmethoden gibt es? Wie sehr wird sich mein Leben verändern? Betroffene, wie Ursula Gnadt (Foto, l.), teilen ihre Geschichte. Mittwoch, 21.00 RBB

#### SERIE



### Kranitz - Bei Trennung Geld zurück

**Comedyserie** "Tini & Jochen – Er weint viel": Probleme erkennen, reparieren, nach Hause gehen: So lautet die Devise des Paartherapeuten Klaus Kranitz (Jan Georg Schütte). Diese Herangehensweise ist allerdings nicht immer zielführend, etwa, wenn ein Profikiller in seiner Sprechstunde auftaucht. – In seiner neuen Impro-Serie seziert Grimmepreisträger Jan Georg Schütte (Foto) das moderne Paarverhalten. Der Autor und Regisseur übernahm passend dazu die Rolle des Therapeuten. **Mittwoch, 22.30 NDR** 

#### SHOV



#### **The Masked Singer**

Show In der Sendung mit Matthias Opdenhövel (Foto) treten zehn Stars aus allen Lebensbereichen in überdimensionalen, aufwendigen Kostümen an. Über die Identität der Undercover-Sänger kann nur spekuliert werden. Die Zuschauer stimmen für ihre Favoriten ab. Bei dem maskierten Promi mit den wenigsten Stimmen wird am Ende das Geheimnis gelüftet. Samstag, 20.15 Pro 7

#### KRIMI



#### Erzgebirgskrimi: Der letzte Bissen

TV-Krimireihe Als ein Richter und ein Bauer getötet werden, kommt die alte Legende vom "Robin Hood des Erzgebirges" auf. Kommissar Winkler (Kai Scheve) und Szabo (Lara Mandoki) halten sich lieber an Fakten. Sie stellen fest, dass die Opfer einige Feinde hatten. – Der vierte Film der Reihe wurde von Ulrich Zrenner inszeniert, der schon die ersten beiden Teile drehte. Samstag, 20.15 ZDF

#### KINDER



# Der Grump – Vorsicht, zorniger Zauberer!

Animationsfilm Terry muss feststellen, dass die verrückten Geschichten seiner Großmutter von Drachen und Zauberern wirklich wahr sind. Er landet in einem verzauberten Märchenland, das von dem bösen Zauberer Grump (Bild) unterworfen wird. Zusammen mit Prinzessin Dawn will er das Königreich retten. Dazu müssen sie einige Abenteuer bestehen. Samstag, 20.15 Disney Channel

#### SPORT



#### American Football: NFL

6. Spieltag: Jacksonville Jaguars – Miami Dolphins Sowohl die Jaguars (u. a. Tre Herndon, l.) als auch die Dolphins legten einen durchwachsenen Saisonstart hin. Jacksonville stand bei Redaktionsschluss auf dem letzten Platz ihrer Division. Bis 2016 trug Dion Sims (r.) noch die Nr. 80, heute wird sie von Adam Shaheen getragen. Sonntag, 15.25 Pro 7



		doup of the der destending angeben	0240	75-70 54 71
BestNr.	Stück	Artikel	Preis/€	Gesamt €
1000		Kennenlern-Paket Kann je Haushalt nur einmal abgegeben werden – zum Kennenlernen!	10,95	
		+ Versandkostenanteil je Sendung (innerhalb De	utschlands)	3,95 €
			Gesamt	

Name		Vorname
Straße/Nr.		
PLZ/Ort		To Mand
		Tag Monat Jahr
Telefon		Geburtsdatum
Datum	Unterschrift	

Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich Ihre allgemeinen Geschäftsbedingungen. Diese, wie auch weitere Informationen zu unseren Produkt (Zutaten usw.) sowie Versandkosten Ausland, können unter 02405 / 70 94 71 angefragt oder auf www.spezi-haus.de eingesehen werden.

**Bitte Coupon ausfüllen und senden an:** Spezialitäten-Haus · G. Schulteis GmbH · Postfach 10 13 17 · 52013 Aachen

Fax 02405/70 94 26 · info@spezi-haus.de · www.spezi-haus.de

Oder gleich bestellen unter: www.spezi-haus.de/739



Widerrufsrecht/Widerrufsbelehrung: Sie haben das Recht, binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht Beförderer ist, die Waren in Besitz genommen haben bzw. hat, zuwiderrufen. Um dies auszuüben, müssen Sie uns (Spezialitäten-Haus G. Schulteis GmbH, Nassauer Straße 13-13, S2146 Würselen, Tel: 02405/70 94 71, Fax: 02405/70 94 26, E-Mail: info@spezi-haus.de) mittels Brief, Fax oder E-Mail über Ihren Vertrags-Widerruf informieren (auch möglich mit dem Muster-Widerrufsformular auf unserer Webseite www.spezi-haus.de). Es reicht aus, dass Sie die Mitteilung vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden. Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, erhalten Sie alle Zahlungen einschließlich Liefervosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, falls Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben) unverzüglich und spätestens binnen 14 Tagen (ab dem Tag, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf bei uns eingegangen ist) zurück. Sie haben die Waren binnen 14 Tagen ab Widerruf an uns zurück. Sie haben die Waren binnen 14 Tagen ab Widerruf nu nus zurück. Sie haben die Waren binnen 12 und verzugen der Forten verlangen, der Verarbeitung zu Werbezwecken widersprechen oder eine erteilte Einwilligung mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Kontaktieren Sie uns dazu unter o.g. angegebener Adresse. Detailliertere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.spezi-haus.de/datenschutzerklaerung.

Teilnahmebedingungen zum Gewinnspiel: Der Gewinner wird unter den rechtzeitig eingegangenen Einsendungen (Poststempel) gezogen und von uns direkt benachrichtigt. Die Gewinnchance ist von einer Bestellung unabhängig. Der Gewinn ist nicht übertragbar. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen und eine Barauszahlung des Gewinnes ist nicht möglich. Die Auslosung findet am 14,012,022 statt. Mit der Ab-

sendung des Gewinn-Coupons akzeptiert der Teilnehmer diese Teilnahmebedingungen. Mitarbeiter von Spezialitäten-Haus Aachen sowie deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

Gewinnspiel Bitte die richtige Antwort ankreuzen!

Seit wie vielen Jahren gibt es das Spezialitäten-Haus?

seit mehr als 15 Jahren seit mehr als 35 Jahren

# DAS ERSTE

#### 20.15 SHOV

#### Klein gegen Groß

Kai Pflaume schickt zum zehnjährigen Jubiläum seiner Show den Schauspieler Christoph Maria Herbst in ein kniffliges Rechenduell.

7.35 Anna und die Haustiere

7.50 Checker Tobi Kindersendung 8.15 Wissen macht Ah!

8.40 neuneinhalb Magazin

**8.50 Die Pfefferkörner** (12+13/13)

9.55 Zoo-Babies Doku-Soap 11.30 Quarks Magazin

12.05 Die Tierärzte Dokureihe 13.00 Die Versöhnung

TV-Drama, A/D 2008 · Mit Markus Böker, Victoria Mayer u.a. 14.30 Utta Danella – Lügen haben schöne Beine 🗷 TV-Romanze,

D 2015 · Mit Tobias Licht u.a. 16.00 W wie Wissen - Spezial Was ist gut an ... Gentechnik? 16.30 Weltspiegel-Reportage Norwegens Geschäft mit

unserem Lieblingsfisch 17.00 Tagesschau 17.10 Brisant Boulevardmagazin

17.50 Tagesschau 18.00 Sportschau U.a. 3. Liga

19.57 Lotto am Samstag 20.00 Tagesschau

20.15 Klein gegen Groß − Die Jubiläumsshow ⊠ Show, D 2021 · Gäste: Senta Berger, Peter Maffay, Joko Winterscheidt, Elvas M'Barek

Martina Hingis, Nico Santos, Fabian Hambüchen 23.30 Tagesthemen 23.55 Inas Nacht Late-Night-Show Gäste: Adele Neuhauser, Sarah

Kuttner, Rag 'N' Bone Man, Mar Malade, Marcel Reif, Caro Daur, Tocotronic, Aidan Martin · Mod.: Ina Müller 2.00 Håkan Nesser: Die Schwalbe, **IIIII** die Katze, die Rose und

der Tod TV-Krimi, S 2006 Mit Sven Wollter, Thomas Hanzon, Eva Rexed u.a. Regie: Daniel Lind Lagerlöf

3.30 Weltspiegel-Reportage 4.00 W wie Wissen - Spezial

4.30 Deutschlandbilder 4.50 Brisant Boulevardmagazin

**EINKAUF DIREKT ZUM ERZEUGERPREIS** 

**RTL ZDF** 



Erzgebirgskrimi Winkler (Kai Scheve, I.) und Szabo (Lara Mandoki) wenden sich im Mordfall eines Richters an den Imker

7.40 Zoom Animationsserie

8.43 Bibi Blocksberg

10.25 Notruf Hafenkante ≥

12.15 Lotta & der dicke Brocken

TV-Tragikomödie, D 2016 · Mit

13.40 Inga Lindström: Wiedersehen

in Eriksberg TV-Liebesmelo-

15.15 Bares für Rares Trödelshow

17.35 plan b Ein guter Fang – Vom

18.05 SOKO Kitzbühel Krimiserie,

19.25 Der Bergdoktor 

Arztserie,

20.15 Erzgebirgskrimi –

22.50 heute-journal

Der letzte Bissen 🗷

TV-Krimireihe, D 2021

21.45 Helene Fischer – Im Rausch

23.05 Das aktuelle Sportstudio

Fußball: Bundesliga,

0.35 heute-show Satire, D 2021

Regie: Jérôme Salle

2.45 Kap der Angst Thriller, USA

4.45 SOKO Kitzbühel Krimiserie

Moderation: Oliver Welke

F/SA 2013 · Mit Orlando Bloom,

Forest Whitaker, Conrad Kemp

1991 · Mit Robert De Niro, Nick

Nolte · Regie: Martin Scorsese

1.05 Zulu – Blutiges Erbe Thriller,

der Sinne Doku, D 2021

8. Spieltag, Topspiel: Bor.

M'gladbach - VfB Stuttgart,

Greuther Fürth - VfL Bochum,

SC Freiburg - RB Leipzig u.a.

Mit Teresa Weißbach, Adina

Vetter · Regie: Uli Zrenner NEU

anderen Umgang mit Fisch

A/D 2017 · Mord auf Raten

D/A 2019 · Ein neuer Anfang

17.05 Länderspiegel

19.00 heute

Josefine Preuß, Frank Röth u.a.

dram. D '09 · Mit Oliver Boysen

9.05 Bibi und Tina

9.55 pur+ Magazin

11.10 SOKO Wismar

12.00 einfach Mensch

7.50 Lassie Zeichentrickserie

8.15 Mia and me Animationsserie

Neu in der Jury ist der Modemacher Michael Michalsky. Er bringt Erfahrung aus drei Staffeln "Germany's Ronny Beer (Kai Schumann). Next Topmodel" mit.

6.40 Familien im Brennpunkt

**20.15 CASTINGSHOW** 

**Das Supertalent** 

3 Folgen der Doku-Soap 8.45 Der Blaulicht-Report 8 Folgen der Doku-Soap U.a.: Frau im Sonderangebot / Dreister Familienclan stresst Kinderarztpraxis / Lkw-Fahrerin erhält über Funk panischen Hilferuf / Skrupelloser Anschlag auf Ritterburg / Streife bemerkt mysteriösen Motorradunfall / Mann mit Sturmmaske enthüllt Überfall aus Liebe / Baby im Spind enthüllt unfassbares Verbrechen / Erpresser will Metzgerei anzünden / Nackter Bär führt zu Ehe-

streit / Babygeschrei wird Frau zum Verhängnis 16.45 Explosiv – Weekend Magazin 17.45 Exclusiv - Weekend

Magazin, D 2021 18.45 RTL Aktuell 19.05 Life - Menschen, Momente, Geschichten Magazin, D 2021

**20.15 Das Supertalent** (3/10) Castingshow, D 2021 Jury: Chantal Janzen, Ehrlich Brothers, Andrea Kiewel Mod.: Lola Weippert, Chris Tall

22.30 Take Me Out Datingshow, D 2021 In der Single-Show stellt sich ein Mann 30 attraktiven Ladies. Über drei Runden muss er die Frauen von seinem Typ überzeugen. Bleiben am Ende der dritten Runde mehr als zwei Frauen übrig. ist der Mann am Drücker.

**0.50 Das Supertalent** (3/10) Castingshow, D 2021 Moderation: Lola Weippert, Chris Tall (Wh. v. 20.15)

2.50 Die ultimative Chart-Show Musikshow, D 2020 · Die erfolgreichsten Live-Acts Tahnee, Ilka Bessin, Frank Ehrlacher Moderation: Oliver Geissen

**QUALITÄTSGARANTIE** 

PRO 7



Geostorm

SAT. 1

Der Satellitenkonstrukteur Jake (Gerard Butler) kommt einer Verschwörung auf die Spur, die das Ende des Planeten Erde bedeuten könnte.

5.10 Auf Streife - Berlin

9.55 Das große Promibacken (4/6) Show, D 2021 Jury: Christian Hümbs, Bettina Schliephake-Burchardt Mit Ekaterina Leonova, Luca Hänni, Daniel Boschmann, Jürgen Milski, Mirja du Mont, Franziska Knuppe, Pascal Hens. Barbara Wussow

Mod.: Enie van de Meiklokjes 12.30 Promis backen privat (4/6) Doku-Soap, D 2021 · Das Lieblingsrezept von Gil Ofarim Mitwirkende: Ross Antony, Jochen Bendel, Janine Kunze, Gil Ofarim, Fernanda Brandao

13.30 Let the music play -Das Hit Quiz Show, D 2021 Moderation: Amiaz Habtu

15.25 Die Gemeinschaftspraxis Doku-Soap, D 2021 18.00 Klinik am Südring –

Die Intim-Fachärzte 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Geostorm

Katastrophenfilm, USA 2017 Mit Jim Sturgess u.a. · Regie: Dean Devlin, Danny Cannon 22.30 Ich bin Nummer Vier

Sci-Fi-Film, USA/IND 2011 · Mit Alex Pettyfer, Timothy Olyphant, Teresa Palmer u.a. · Regie: D.J. Caruso · Die Mogadori müssen alle neun Überlebenden vom Planeten Lorien, die sich auf der Erde verstecken, der Reihe nach töten. Nun ist der junge John an der Reihe. **0.45 Geostorm** Katastrophenfilm, USA 2017 · Mit Abbie Cornish

Ed Harris u.a. (Wh. von 20.15) 2.35 Ich bin Nummer Vier Sci-Fi-Film, USA/IND 2011 · Mit Dianna Agron (Wh. von 22.30) 4.10 Stormbreaker Actionfilm, GB/ USA/D 2006 · Mit Alex Pettyfer,

Mickey Rourke, Ewan McGre-

gor u.a. · Regie: Geoffrey Sax

VOX



The Masked Singer Das Erfolgsformat mit Matthias Op-

denhövel geht in die 5. Staffel. Erstmals wird es auf Wunsch der Zuschauer samstags ausgestrahlt.

5.55 The Middle Comedyserie 6.45 Two and a Half Men 8.05 The Big Bang Theory 9.20 How I Met Your Mother

Familie Comedyserie 11.45 Superstore Comedyserie 12.40 Die Simpsons Zeichentrickserie, USA 2000 · U.a.: Mr. X und der Website-Schund

10.45 Eine schrecklich nette

15.40 Two and a Half Men Comedyserie, USA 2009 Ein pedantischer, selbstgefälliger Musterknabe / Fangen wir mit der Katze an / Wohin mit Wanda?

17.05 Mom Sitcom, USA 2020 Durch Schein zum Sein / Der böse Zauberer

18.00 Newstime

18.10 Die Simpsons Zeichentrickserie, USA 2003 · Krustys Bar Mitzvah / Eine Simpsons-Weihnachtsgeschichte 19.05 Galileo Magazin, D 2021

20.15 The Masked Singer (1/6) LIVE Neue Folgen der 5. Staffel Show · Rateteam: Ruth Mosch-

ner, Rea Garvey · Im Ganzkörperkostüm singen Prominente vor einem Rateteam, das herausfinden muss, wer hinter der Maske steckt. 23.30 The Masked Singer – red. Spezial (1/6) Neue Folgen

Magazin, D 2021 · Mod.:

Annemarie Carpendale, Viviane Geppert 0.00 Das Duell um die Welt -Team Joko gegen Team Klaas Show, D 2020 Mit Klaas Heufer-Umlauf, Joko Winterscheidt, Axel Stein, Thorsten Legat, Vanessa Mai, Fabian Hambüchen Mod.: Jeannine Michaelsen

3.45 Freelancers Actionthriller, USA 2012 · Mit 50 Cent, Robert De Niro, Forest Whitaker u.a.

KABEL 1

20.15 HORRORKOMÖDIE

Die Monster aus den Büchern des

Black, 2.v.l.) erwachen zum Leben.

5.00 Medical Detectives US-Doku-

reihe · Grausame Funde

Jagdtrieb / Eisige Liebe /

11.50 Shopping Queen Doku-Soap

16.55 Der V.I.P. Hundeprofi

18.00 hundkatzemaus

Doku-Soap, D 2018

für "Knoblauchkröten"

Team (5/10) Doku-Soap,

D 2021 · Denisa und Nico mit

Dackel Snoopy / Marina und

Stefan mit dem Deutschen

19.10 Der Hundeprofi – Rütters

Jagdterrier Diesel

20.15 Gänsehaut Horrorkomödie,

Minnette, Odeya Rush,

Regie: Rob Letterman

Amy Ryan, Ryan Lee u.a.

Regisseur Rob Letterman

brachte 2015 die Adaption

der Buchreihe des Autor

R.L. Stine auf die Lein-

wand. Stine stand 2003

als erfolgreichster Autor

von Kinderbuch-Reihen.

Dokureihe · U.a.: Süßes Gift:

Randy Thompson erliegt einem

schweren Herzleiden, obwohl

Fingerzeig / Freundschaften /

Verhängnisvolle Begierden /

Mörderische Verwandtschaft /

Tödliche Beziehung (bis 5.25)

er noch nie gesundheitliche

Probleme hatte. / Winziger

Habgier und Heimtücke /

22.20 Medical Detectives US-

im Guinness-Buch der Rekorde

USA/AUS 2015 · Mit Dylan

Mords-Bande / Teufelspakt /

Russenmafia / Mords-Bande

Motto in Hamburg: Artenviel-

falt - Finde deine Jeans nach

Tag 2: Claudia / Tag 3: Angela /

Tag 4: Ann-Christin / Tag 5: Julia

Andrea Sawatzki mit "Hugo" /

Stefan Marquard mit "Jackie"

Magazin, D 2021 · Erste Hilfe

Guidos Wahl! Tag 1: Sarah /

5.50 Criminal Intent Krimiserie

Horrorschriftstellers Stine (Jack

Sie wollen die Stadt zerstören!

Gänsehaut



Hawaii Five-0

Die Spuren einer Schießerei mit DEA-Agenten führt McGarrett (Alex O'Loughlin, r.) zu einem Tellerwäscher, der kurz darauf ermordet wird.

5.35 Unforgettable Krimiserie 6.20 Hawaii Five-0 Krimiserie, USA 2012

9.00 Blue Bloods Krimiserie, USA 2015 Romeo und Julia in New York

10.00 Blue Bloods Krimiserie, USA 2014 · Auch Helden weinen

10.55 Castle Krimiserie, USA 2014 Im Rampenlicht / Dressed to Kill / Smells Like Teen Spirit / Drei Geständnisse und ein Mord / Der Dolch des Ninja

15.30 Rosewood Krimiserie, USA 2015 Modefreaks und Mordwaffen

16.25 News 16.35 Rosewood Krimiserie, USA 2015 · Scharade und das

Spiel des Todes / Gefährliche Kunst und tödliche Rache

18.25 Blue Bloods Krimiserie, USA 2020 · Donnie Dumpfbacke

19.15 Blue Bloods Krimiserie. USA 2021 · Kein Handicap

20.15 Hawaii Five-0 Krimiserie, USA 2017 · Schnüffler / Neuer Ärger mit Harry · Das Five-0-Team benötigt die Hilfe eines alten Freundes, nachdem der Syndikats-Boss Jimmy Okada und neun seiner Männer ermordet wurden. Jimmys Sohn droht denen, die seinen Vater getötet haben, mit Rache.

22.15 MacGyver Actionserie, USA '16 Zodiac-Mörder: Vanessa und ihr Freund Daniel werden in San Francisco von einem maskierten Mann erschossen. Die Tat gleicht den Morden des Zodiac-Killers, der in den 1960er-Jahren sein Unwesen trieb. / Wahrheit oder Pflicht

0.10 Criminal Minds Krimiserie, USA 2017 · Der Knochenbrecher / Wie im Schlaf

1.55 Hawaii Five-0 (Wh. von 20.15) 3.25 MacGyver (Wh. von 22.15)





#### The Beach

Der US-Tourist Richard (Leonardo di Caprio) gerät in Südpostasien auf eine paradiesische Insel, die sich aber schnell als Hölle entpuppt.

6.00 Infomercial

8.00 X-Factor: Das Unfassbare Mysteryserie, USA 1997 8.10 X-Factor: Das Unfassbare

(13/13) Mysteryserie, USA 2002 · Finale der 4. Staffel 9.10 X-Factor: Das Unfassbare

Mysteryserie, USA 1997 10.10 Die Schnäppchenhäuser -Der Traum vom Eigenheim:

Wir ziehen ein U.a.: Ein Haus mit Geschichte (2011) 12.10 Die Schnäppchenhäuser -Der Traum vom Eigenheim U.a.: Zu schön, um wahr zu sein! / Friede auf Erden und.

in Schwanebeck 16.10 Die Schnäppchenhäuser -Jeder Cent zählt Das Prinzessinnenschlösschen (2020)

17.10 Die Schnäppchenhäuser -Der Traum vom Eigenheim

Ein Spielplatz im Grünen (2017) 18.15 Die Bauretter Eine Architektin

verschwindet spurlos (2014)

20.15 The Beach Drama, USA/GB 2000 Mit Tilda Swinton, Virginie Ledoyen · Regie: Danny Boyle

22.30 Cliffhanger - Nur die Starken überleben Actionfilm, USA/I/F 1993 · Mit Sylvester Stallone, John Lithgow, Michael Rooker · Regie: Renny Harlin Bergretter Gabe Wallker nimmt in den Rocky Mountains den Kampf mit einer Gruppe Gangster auf.

0.40 Hancock Actionkomödie, USA 2008

Mit Will Smith, Charlize Theron, Jason Bateman u.a. Regie: Peter Berg

2.15 The Beach Drama, USA/GB 2000 · Mit Guillaume Canet,

Robert Carlyle (Wh. von 20.15) 4.10 Cliffhanger - Nur die Starken **überleben** Actionfilm, USA/I/F 1993 (Wh. von 22.30)

"Das war ein Kampf gegen die Physik", sagen die Macher über das Hammerhai-Kostüm. "Wir mussten lange tüfteln, wie man den Kopf austariert." Sa The Masked Singer 20.15 Im Anschluss: "red. Spezial Pro 7 mit Interviews zur Show Ebenfalls live und dann abrufbar bei Joyn





+ LIEFERUNG GRATIS O GOLDMEDAILLE BERLINER WEIN TROPHY OF PRÄMIERT ien Briefumschlag an folgende Adresse zurück: GIORDANO VINI S.P.A . - Valle Talloria - 12055 Diano d'Alba (CN) - ITALIEN c/o CMP TORINO REISS ROMOL ANGEBOT GÜLTIG BIS: 31.12.2021

BESTELLSCHEIN Senden Sie den Bestellschein im geschlos 2PPD21-E3-54532 **1659 Ja,** ich bestelle das Paket (max.2) "WILLKOMMENSANGEBOT" (Art.-Nr. 54532) bestehend aus 12 Flaschen + 5 Delikatessen + EXTRA 1 Fl. Grappa di Prosecco (50 cl) + LIEFERUNG GRATIS. Ich zahle € 39,90 statt € 142,40 für jedes bestellte Paket.

VORNAME\* STRASSE\* STADT\* STADTTEIL BEI TEL. NR. HANDY\*



UNTERSCHRIFT\*

## **tvtv** Aktuell im TV

# **Moderator Matthias** Opdenhövel präsentiert zehn neue Maskensänger

# Hammer-Show

Der knallbunte Quotengarant "The Masked Singer" geht bei Pro 7 in die fünfte Runde. Mit bewährtem Tüftelkonzept und noch besserem Sendeplatz

So klingt Zuversicht: "Unsere ein Selbstläufer, die festen Juroren maskierten Stars werden der großen Samstagabendshow alle Ehre machen", sagt Pro7-Chef Daniel Rosemann zum neuen Sendeplatz von "The Masked Singer". Fürwahr, bei der Mischung aus Casting- und Rätselshow lohnt es sich, live dabei zu sein – wie einst zu besten "Wetist sehr besonders, wie liebevoll die Fans die Show begleiten. Wie jedes noch so kleine Indiz akribisch verfolgt wird. Dadurch werden unsere Geheimnishüter zu Höchstleistungen angetrieben." Ansonsten kann Pro7 getrost auf Kontinuität setzen: Das Konzept ist

Moschner bereits die vierte Staffel. Damit zum wichtigsten: Welche zehn Fantasiegestalten kämpfen um die Nachfolge von "Baby-Dino" Sasha? Unter den vorab präsentierten Kandidaten beeindruckt ein ten, dass ..?"-Zeiten, Rosemann: ..Es hammerharter Hai, dessen Schädel einen Umfang von drei Metern hat, und eine rattenscharfe Chilischote mit einem Kostüm aus 154 Einzelteilen. Aber auch ein elegantes Stinktier und ein ebenso goldiger wie kurzsichtiger Amor-Mops wollen Jury und Zuschauer beeindrucken. Könnte also sein, dass Rea Garvey recht behält, wenn er sagt: "Diese Staffel wird alles toppen!"

sind bestens bewährt - für Rea

Garvey ist es die dritte, für Ruth

HR

Die Bergpolizei Pietro (Terence Hill, I.) vermutet, dass der Giftmord an einer Anwältin mit dem Verschwinden von Natashas Sohn zusammenhängt.

8.15 Maintower Magazin

8.40 hessenschau 9.10 Drei Damen vom Grill Einsamkeiten, Zweisamkeiten

9.35 Rentnercops Ich war das nicht 10.25 NDR Talk Show 12.25 Nachtcafé Im Doppelpack

13.55 Bodyguards für Schafe mit Kangals gegen Wölfe 14.25 Ostwärts - eine Reise durch

Montenegro (1/2) Dokureihe 15.10 Elefant, Tiger & Co. 16.00 Hessen à la carte

16.45 Kochstories 17.15 Expedition Arktis – Was macht ein Wettermann im Eis? Doku, D 2020 17.45 maintower weekend

18.15 Dichtung und Wahrheit - Wie Hip-Hop nach Deutschland **kam** (4/4) Dokureihe, D 2021 **18.45 Tobis Städtetrip** Dokureihe, D 2021 · Witzenhausen hautnah!

19.30 hessenschau 20.00 Tagesschau

20.15 Die Bergpolizei – Ganz nah am Himmel Krimiserie, I 2015 · Der Weg der Wahrheit / Tödliche Fracht Natasha vermutet, dass Pietro im Falle ihres Sohnes, der zur Adoption freigegeben wurde, auf eigene Faust ermittelt.

22.05 Mankells Wallander -Vermisst TV-Krimi, S/D/DK/N/ FIN 2014 · Mit Krister Henriksson, Charlotta Jonsson, Signe Dahlkvist u.a. Regie: Leif Magnusson

23.35 Papillon Abenteuerfilm, USA/F 1973 Mit Steve McQueen, Dustin Hoffman, Victor Jory u.a. Regie: Franklin J. Schaffner

2.00 Mankells Wallander -Vermisst TV-Krimi, S/D/DK/N/ FIN 2014 (Wh. von 22.05) 3.30 Die Bergpolizei – Ganz nah **am Himmel** Krimiserie, I 2015

#### **SWR WDR**

die Sopranistin Mirusia heraus

7.10 Feldküche – Vom Acker

direkt in den Topf

8.00 Odysso Wissensmagazin

9.30 Preiswert, nützlich, gut?

12.30 Die Drei von der Müllabfuhr

TSV 1860 München -

SV Waldhof Mannheim

**16.15** Lecker aufs Land (2/7) **≥** 

18.15 Menschen und Momente

20.15 Die große André-Rieu-

Comedyshow, D 2017

Familie Heinz Becker

23.50 Lachgeschichten Comedy-

15 Jahre Maastricht Konzerte

Gäste: David Hasselhoff, Heino,

Berlin Comedian Harmonists

show, D 2009 · Sketchup /

Plattenküche · Mit Udo Linden-

berg, Karl Dall, Frank Zander,

Gianna Nanini, Marius Müller-

Westernhagen, Klaudi Fröhlich

**1.20** Der Seerosenteich (1+2/2)

TV-Drama, D 2002 · Mit Natalia

Wörner, Tim Bergmann,

Regie: Johannes Fabrick

4.20 Die Drei von der Müllabfuhr -

TV-Komödie, D 2020 · Mit

Bogdanski (Wh. von 12.30)

Aram Arami u.a. · Regie: Hagen

Hannelore Elsner u.a.

Mission Zukunft ≥

Gala Gala, D 2020

22.20 Lachgeschichten

18.45 Stadt - Land - Quiz

17.00 Regensburg, da will ich hin!

16.00 Eisenbahn-Romantik

TV-Komödie, D 2020  $\cdot$  Mit Uwe

Ochsenknecht, Jörn Hentschel

7.30 Abenteuer Ernährung

8.45 Marktcheck Magazin

10.15 Nachtcafé Talkshow

Mission Zukunft

14.00 Fußball: 3. Liga

17.30 SWR Sport

19.30 Aktuell

20.00 Tagesschau

18.00 Aktuell (RP/BW)

18.07 Hierzuland (RP)

11.45 Um Himmels Willen 🗷



Die große André-Rieu-Gala **Tatort** André Rieu zelebrierte 2020 das 15-jährige Jubiläum seiner Sommer Open Airs in Maastricht. Dabei stach

Die unter Mordverdacht stehende Hotelinhaberin Bettina Mai (Ulrike Krumbiegel) bringt Kommissar Schenk (Dietmar Bär) in ihre Gewalt.

8.15 Nach all den Jahren 🗷

TV-Drama, D 2013 · Mit Simone Thomalla, Sven Martinek u.a. 9.45 Aktuelle Stunde 10.30 Lokalzeit Magazin

11.00 Quarks Magazin 11.30 Die Sendung mit der Maus Ø 12.05 Drei Orte nach der Flut 12.50 Lokalzeit extra Magazin,

D 2021 · Helfen im Flutgebiet 13.35 Erlebnisreisen 14.00 Fußball: 3. Liga 12. Spieltag: Eintracht Braunschweig -Borussia Dortmund II

16.00 Shia Su for Future (1/3) Dokureihe · Was wollen wir essen? **16.30** Land und lecker (1/6) 17.15 Der Vorkoster Reportagereihe 17.45 Kochen mit Martina und Moritz Schweizer Speziali-

täten: Maluns und Pizokels 18.15 Westart Magazin 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit

20.00 Tagesschau

20.15 Tatort 

■ Der Tod der Anderen TV-Krimi, D 2020 · Mit Klaus J. Behrendt, Bernhard Schütz Regie: Torsten C. Fischer

21.45 Der Prag-Krimi: Wasserleiche TV-Krimi, D 2018 · Mit Roeland Wiesnekker, Gabriela Maria Schmeide, Dirk Borchardt Regie: Nicolai Rohde 23.10 Der Prag-Krimi: Der kalte

Tod S TV-Krimi, D 2018 · Mit Roeland Wiesnekker, Gabriela Maria Schmeide, Sebastian Gerold u.a. · Regie: Nicolai Rohde 0.40 Krieg in London – The Crime Actionfilm, GB 2012 · Mit Ray Winstone, Ben Drew, Hayley Atwell u.a. · Regie: Nick Love

**2.30 Tatort ☑** Der Tod der Anderen TV-Krimi, D 2020 · Mit Eva Weißenborn (Wh. von 20.15) 4.00 Der Prag-Krimi: Wasserleiche **IIIII ☑** TV-Krimi, D 2018 · Mit Alina Levshin u.a. (Wh. von 21.45)

**NDR** 

20.15 TV-DRAM

Club der einsamen Herzen Die Freundinnen Maria (U. Glas, I.), Kiki (H. Elsner) und Helga möchten sich mit einem Tanzcafé in Landshut ihren Lebenstraum erfüllen.

BR

7.30 Tele-Gym Gesunder Rücken 7.45 Panoramabilder / Bergwetter 8.45 Tele-Gym Nordic Walking

9.00 Sehen statt Hören 9.30 Welt der Tiere Dokureihe 10.30 Ich pfeif auf schöne Männer TV-Komödie, D 2001

Mit Jennifer Nitsch u.a. 12.00 Von Müttern und Töchtern TV-Komödie, D 2007 · Mit Anna Loos, Eleonore Weisgerber u.a. 13.30 Ländermagazin

14.00 Fußball: 3. Liga 12. Spieltag:

TSV 1860 München -SV Waldhof Mannheim 16.00 BR24 Rundschau 16.15 Turmfalken Doku, A 2017 17.00 Anna und die Haustiere

17.15 Blickpunkt Sport 17.45 Zwischen Spessart und Karwendel Magazin, D 2021 18.30 BR24 Rundschau

19.00 Gut zu wissen 19.30 Kunst & Krempel 20.00 Tagesschau

20.15 Club der einsamen Herzen 🗷 TV-Drama, D 2019 Mit Jutta Speidel, Hansi Kraus Regie: Christine Hartmann 21,45 BR24 Rundschau

22.00 Schönes Schlamassel TV-Komödie, A/D 2020 Mit Verena Altenberger, Maxim Mehmet, Lisa Wagner u.a. Regie: Wolfgang Murnberger Um Anne zu imponieren, gibt sich Daniel als Jude aus. Aus dem kleinen Schwindel wird ein Gespinst aus Notlügen. 23.30 Herbe Mischung 🗷

TV-Komödie, D/ISR 2015 Mit Peri Baumeister u.a. Regie: Dror Zahavi 1.00 Von Müttern und Töchtern

TV-Komödie, D 2007 · Mit Luise Risch u.a. (Wh. v. 12.00) 2.30 Turmfalken Doku, A 2017 3.15 Zwischen Spessart und Karwendel Magazin, D 2021



Die gr. Schlager-Kulthits ... "Ohne dich (schlaf ich heut Nacht nicht ein)" sang die Münchner Frei-heit 1985. Roger Whittaker brachte drei Jahre vorher "Albany" raus.

8.00 service: reisen Magazin 8.30 NaturNah Dokureihe

9.00 Nordmagazin 9.30 Hamburg Journal 10.00 Schleswig-Holstein Magazin 10.30 buten un binnen 11.00 Hallo Niedersachsen 11.30 Die Nordreportage:

Hofgeschichten 12.00 Unsere Geschichte 12.45 Lernen fürs Leben? Amerikas Schulen zwischen arm und reich Reportage, D 2018

14.00 Fußball: 3. Liga 12. Spieltag: LIVE Eintracht Braunschweig Borussia Dortmund II 16.00 Rute raus, der Spaß beginnt!

(2/6) Reportagereihe, D 2021 16.30 die nordstory Reportagereihe 17.30 Treckerfahrer dürfen das! 18.00 Nordtour Magazin 18.45 DAS! Magazin

19.30 Regional

20.00 Tagesschau

20.15 Die größten Schlager-Kulthits der 80er Show, D 2020 Von Gitte bis Wolfgang Petry Mit Die Flippers, Tommy Steiner, Nicki, Cora, Wolfgang Petry

22.15 Ein Mann für gewisse Stunden Drama, USA 1980 Mit Richard Gere, Lauren Hutton, Hector Elizondo u.a. Regie: Paul Schrader 0.05 Inspector Mathias - Mord in Wales: Blut und Boden 🗷

TV-Krimi, GB 2014 Mit Richard Harrington, Mali Harries, Hannah Daniel u.a. Regie: Gareth Bryn 1.40 Nordtour Magazin, D 2021 2.25 Mein Norden Magazin, D 2021

2.45 Hallo Niedersachsen Magazin 3.15 Nordmagazin D 2021 3.45 Schleswig-Holstein Magazin 4.15 Hamburg Journal Magazin **4.45** buten un binnen Magazin

**MDR** 



Die besten Hits aller Zeiten Auf seiner Reise durch die Schlagerwelt wird Bernhard Brink (Foto) von Stefan Zauner begleitet, Sänger der

Band Münchner Freiheit

berichtet von deren Forderungen. 6.55 Meister Eder und sein

ma, CZ/D/SK 2019 · Mit Tomáš Dalecký, Emilie Neumeister u.a. 9.10 Tierparkgeschichten Abschied von den Affen (1989) 10.05 Tierärztin Dr. Mertens (1/6) 🗷 Tierarztserie. D 2021 · Wh.

**Pumuckl ⋈** Kinderserie

7.45 Orangentage A Familiendra-

der 7. Staffel · Hoch hinaus **10.55** Familie Dr. Kleist 

Arztserie, D 2019 · Für diesen Augenblick 11.45 Echt Die Giftgasfabrik v. Halle

13.15 Mit dem Schiff durch Sibirien 12.15 MDR-Garten 12.45 Unser Dorf hat Wochenende 13.15 Unsere Eichhörnchen

14.00 Sport im Osten Aktueller Sport vom Tage

18.00 Heute im Osten 18.15 Unterwegs in Thüringen Unterwegs in der Waldheide

18.54 Sandmännchen 19.00 MDR Regional

19.30 MDR aktuell 19.50 Quickie Quizshow, D 2021

20.15 Die besten Hits aller **Zeiten** Show, D 2017 Gäste: Thomas Anders, Karat Zahlreiche Schlagerfans werden auf eine spannende Zeitreise durch die deutsche Schlagerwelt entführt. **22.35 Olafs Klub** (7/8)

Show, D 2021 · Gäste: Helene Bockhorst, Martin Schneider, Jan Philipp Zymny, Christine Prayon, Simon & Jan 23.20 Die Frau des Nobelpreisträ-

gers Drama, S/GB/USA 2017 Mit Glenn Close, Jonathan Pryce, Christian Slater u.a. Regie: Björn L Runge

0.50 Strandgut - Der Usedom-Krimi Z TV-Krimi, D 2019 Mit Katrin Sass, Rikke Lylloff Regie: Andreas Herzog 2.20 Verfluchtes Amsterdam

FLM Actionfilm, NL 1988 · Mit Huub Stapel, Monique van de Ven

**RBB** 



Berlin - Schicksalsjahre ... 1966: Studenten demonstrieren gegen den Krieg in Vietnam. Peter Brandt, Willy Brandts (Foto) Sohn,

6.35 Schau in meine Welt! 7.00 Selbstbestimmt!

7.30 Rassismus.Kolonialismus. Heute Doku, D 2021 8.00 Brandenburg aktuell 8.30 Abendschau

9.00 Endlich Gardasee! TV-Komödie, D 2018 Mit Cornelia Froboess u.a. 10.30 Riverboat Berlin

12.40 Verrückt nach Meer 14.20 Die 100 schönsten Hits der 70er (1+2/4) Show, D 2021 · Platz 100 bis 72 / Platz 71 bis 46

17.20 Echtes Leben Reportagereihe, D 2021 · Heimat gesucht! Israelis in Berlin

17.53 Sandmännchen

18.00 Um sechs 18.30 rbb Kultur

**19.00 Heimatjournal** Heute aus Brandenburg – Klein Kreutz 19.30 Abendschau

20.00 Tagesschau

20.15 Berlin - Schicksalsjahre einer Stadt Dokureihe, D 2018 · Das Jahr 1966

21.45 rbb24 22.00 Charlotte Link - Die Entscheidung TV-Krimi, D 2019 Mit Felix Klare, Jasna Fritzi Bauer, Frederick Lau u.a.

Regie: Sven Fehrensen 23.30 Die Gewaltigen Western, USA 1967 · Mit John Wayne, Kirk Douglas, Howard

Keel u.a. · Regie: Burt Kennedy 1.05 Havarie Petite Kurzfilm, D 2020 NEU

1.25 Charlotte Link – Die Entscheidung TV-Krimi, D 2019

Mit Jeanette Hain (von 22.00) 2.55 Echtes Leben Reportagereihe,

D 2021 · Israelis in Berlin 3.25 Abendschau Magazin, D 2021

3.55 Brandenburg aktuell

4.25 rbb Kultur D 2021 4.55 Heimatjournal Magazin

## 3 SAT

**7.00** nano **7.30** Alpenpanorama **9.05** Kulturplatz 9.35 Bilder aus Südtirol 10.00 Thema **10.45** Wilde Reise mit Erich Pröll (3/4) 11.30 Liebe versetzt Berge TV-Heioben **17.00** Sanssouci von oben **17.30** Opa wird Papa TV-Komödie, D 2018 ranten braucht **20.00** Tagesschau

20.15 Lucerne Festival 2020 Konzert · Solisten des Lucerne Festival Orchestra spielen Mozart und Beethoven 21.25 Oper für alle Konzert, D 2021 · Der Saisonauftakt

der Bayerischen Staatsoper aus Ansbach · Ausführende: Piotr Beczala, Ekaterina Semenchuk. Beate Sampson Leitung: Vladimir Jurowski 23.05 Tschick 

☐ Tragikomödie,

D/F 2016 · Mit Tristan Göbel, Anand Batbileg, Mercedes Müller u.a. · Regie: Fatih Akin 0.30 lebens.art Magazin, A 2021

1.30 Das aktuelle Sportstudio

2.55 Metallica: S&M 2 - Together

Again Live Konzert, USA 2019

#### SPORT 1

matfilm, D/A 1999 · Mit Jochen Horst u.a. Power unter der Haube. Werden Jean Pierre 13.00 ZIB 13.15 quer 14.00 Ländermaga- und Sidney den Wunsch von Mirko erfüller zin 14.30 Kunst & Krempel 15.00 Natur im können? 9.30 Normal 10.00 Antworten mit Garten (5/10) 15.30 Mitteldeutschland von Bayless Conley 10.30 Die Arche-Fernseh-Mit Ernst Stötzner u.a. 19.00 heute 19.20 18.00 LIVE Basketball: BBL · BG Göttinger Kino Kanak. Warum der deutsche Film Mig- – MHP RIESEN Ludwigsburg 19.45 LIVE

Fußball: 2. Bundesliga – Vorberichte 20.30 Fußball: 2. Bundesliga 10. Spieltag: Hamburger SV -Fortuna Düsseldorf Die Fortuna blieb zu Saisonbeginn vieles schuldig. Nur zwei Siege aus sieben Spielen entspricht nicht dem Anspruch eines Aufstiegskandidaten. Da halfen auch die Tore von Rouwen Hennings wenig.

22.30 Fußball: 2. Bundesliga -Analyse 10. Spieltag Moderation: Ruth Hofmann 23.00 Darts-Europameisterschaft LIVE 2. Runde · Aus Salzburg

Experte: Robert Marijanovic 1.00 Sport-Clips und Teleshopping-Nacht im Wechsel

#### **ARTE**

8.45 Stadt Land Kunst Spezial 10.00 Ge- 8.30 Snooker: Northern Ireland Open · Vierschichte schreiben 10.40 Zu Tisch im Pindosgebirge 11.10 Die Halligen im Wattenmeer 11.50 Unterwegs auf dem Nordseeküstenradweg (1–5/5) · U.a.: Von Romo nach Grena · Von Flandern nach Friesland / Von Emden nach Sylt / Von Rømø nach Grenå **15.35** Ein Tag im Sommergarten **16.30** Ein Tag im Herbstgarten **17.25** Arte Reportage 18.20 Mit offenen Karten 18.30 Zukunftsträume einer jungen Nomadin **19.20** Arte Journal **19.40** 360° Italien – Die Igel-Retter aus dem Piemont

20.15 Die letzten 76 Tage der Königin Marie-Antoinette 🗷 Dokumentarfilm, F/B 2019 22.00 Prototyp Mann - Der große Irrtum der Medizin? Doku, GB 2020

22.50 42 – Die Antwort auf fast alles Dokureihe, D 2021 · Werden wir aufs Wasser ziehen? 23.20 Jugend, Sex und Internet Doku, D/F 2020 · Wenn Teenager Pornos gucken

0.15 Philosophie Magazin, F 2020 Der Mensch als Zuschauer Anne Nivat, Christian Ruby

0.45 Square Idee Covid-19 und Wirtschaft: Wie weiter? 1.10 KurzSchluss Magazin, F 2021 2.35 Rasta Kurzfilm, AL/B/F 2019

6.00 Teleshopping 9.15 Die PS-Profis · Ein dicker Luxusschlitten · Für seine 15 000 Euro wünscht sich Mirko einen gut ausgestatteten, luxuriösen Diesel mit ganz viel kanzel 11.00 Teleshopping 14.00 LIVE Darts-EM · 1. und 2. Runde · Aus Salzburg

Kommentar: Basti Schwele

**EUROSPORT** telfinale 10.30 Chicago-Marathon · Die Strecke ist wie in Berlin und Amsterdam sehr flach und eignet sich für einen Weltrekordversuch. Der lag vor den Marathon-Wettbewerben im Herbst bei 2:01:39 Stunden und wurde 2018 in Berlin von Eliud Kipchoge gelaufen. 11.30 Olympische Spiele 12.30 Snooker: Northern Ireland Open 13.45 LIVE Snooker: Northern Ireland Open Halbfinale · Aus Belfast 17.30 LIVE Judo Grand Slam · 1. Tag · Aus Paris (F) 19.35

20.00 Snooker: Northern LIVE Ireland Open Halbfinale Weiter als bis ins Halbfinale bei den Northern Ireland Open 2020 kam Ali Carter in der ganzen vergangenen Saison nicht. Die aktuelle Spielzeit lief bislang gar nicht so schlecht für den mittlerweile 42-jährigen Engländer: dritte Runde in der Champions League, Achtelfinale bei den British Open. 23.30 Springreiten:

Grand Prix Morbihan

Eintagesrennen

**tvtv** Service

# Fragen?

Hier finden Sie die Telefonnummern und Mail-Adressen der wichtigsten Sender

3sat Zuschauerservice. 06131 700, info@3sat.de ARD Zuschauerredaktion, 089 5900-23344, info@daserste.de ARD-alpha 089 5900-25078, service@ard-alpha.de ARTE Zuschauerdienst, Mo-Fr 9-12 Uhr & 14-17 Uhr, 0180 5002488 BR 089 5900-25078, fernsehen@br.de DMAX 089 206099-100, kontakt@dmax.de HR 069 1555-111. hr-fernsehen@hr-online.de KABEL 1 089 9507 10. KI.KA 0180 21515-14, kika@kika.de MDR 0341 300-9696 zuschauerservice@mdr.de NDR 040 4156-0, info@ndr.de N-TV 01805 765476 ORF Telefon 0043 187070-30, kundendienst@orf.at **PHOENIX** 0221 56789 600 PRO 7 089 9507 10, **RBB** 030 97993-2171, service-redaktion@rbb-online.de

**RTL** Zuschauerredaktion 01805 202000 RTL 2 0800 0005675 (Mo-Fr. 12-18 Uhr) Snooker: Northern Ireland Open · Halbfinale zuschauerredaktion@rtl2.de SAT.1 zuschauerservice@sat1.de SF 0041 848305306, sf@sf.tv Sport1 089 96066-2700, **SUPER RTL** 01805 0888-50, kontakt@superrtl.de SWR Publikumskontakte, 01803 929555, tv@swr.de Tele 5 info@tele5.de VOX Zuschauerredaktion, 01805 400800, mail@vox.de WELT 030 2090-2400, **Global Champions Tour** infoservice@welt.de WDR 0221 56789999, 15. von 16 Saisonstationen Aus Samorin (SK) fernsehen@wdr.de 0.30 Radsport: **ZDF** 06131 7012-161.

EUROSPORT info@eurosport.com zuschauerservice@kaheleins.de zuschauerservice@prosieben.de

Zuschauerredaktion, 089 9507-10, zuschauer redaktion @sport 1. de

zuschauerredaktion@zdf.de

### **GESUNDHEITS** SPRECHSTUNDE

## **Risiko Bauchfett** Kurbeln Sie die Fettverbrennung an!

Ein neues pflanzliches Arzneimittel unterstützt Sie nun beim Abnehmen<sup>1</sup> und dem Schmelzen des Bauchfetts: Refigura Fucus (rezeptfrei, erhältlich in Ihrer Apotheke)

im Körper und steigert Cholesterinspiegel, Blutdruck und Gefäßverkalkung. Das Risiko steigt bereits ab einem Bauchumfang von 80 cm (Frauen) bzw. 94 cm (Männer).

Der "Fett-Burner" aus dem Meer

Schweizer Forschern ist es gelungen, wirksame Extrakte aus der Meeresalge Fucus vesiculosus zu isolieren, die die Fettverbrennung beschleunigen, gezielt den Stoffwechsel anregen und somit das Abnehmen unterstützen. Nun ist der Wirkstoff auch in Form des neuen – offiziell von der deutschen

eueste Forschungen zeigen: Bauch- Bundesoberbehörde zugelassenen Arzneifett führt zu Entzündungsreaktionen mittels – Refigura Fucus in der Apotheke rezeptfrei erhältlich.

Wissenschaftlich belegt

In klinischen Studien konnte ein Gewichtsverlust von bis zu 6,6 kg nachgewiesen werden.1 Refigura Fucus wirkt somit wie ein natürlicher "Fett-Burner" und unterstützt so auf natürliche Weise das gesunde und schnelle Schmelzen des Bauchfetts.

Unser Tipp: Fragen Sie deshalb noch heute in Ihrer Apotheke nach Refigura Fucus - dem natürlichen "Fett-Burner", der Ihr Bauchfett schmelzen lassen kann.

eds on ligase activity. J Appl Phycol 28, 1303–1313 (2016) 2) Lopez Y. et al: Constant iodine intake through the diet could improve hypothyroidism treatment: a case report. Journal of Physiology and Biochemistry. 2018 ht and metabolic parameters in responseto weight loss diets: the POUNDS LOST trial. Int J Obes 41, 878–886 (2017)



 Regt die Kalorienverbrennung an<sup>2,3</sup> Macht jede Diät noch erfolgreicher

PZN: 16767169 Tropfen 50 ml www.refigura.de

## Pflichttext: Refigura® Fucus. Wirkstoff: Fucus vesiculosus e thallo Dil. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Übergewicht. Enthält 90 Vol.-% Alkohol. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker Holinflanzenwohl GmbH. Hollmholtzstraße 2-9. 1065/2 Bartin **Besser leben mit Diabetes**

## Den Blutzucker natürlich senken

Wie man den Blutzucker natürlich senken kann und wie das pflanzliche Arzneimittel Glycowohl (rezeptfrei, Apotheke) dabei helfen kann.

Pflichttext: Glycowohl®. Wirkstoffe: Syzygium cumini Urinktur. Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Azzneibidern ab. Dazu gehört: Verwendung als Zusatzmittel be Zuckerkrankheit. Enthält 70 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Azzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH - Helmholtzstraße 2-9 - 10587 Berlin.

Diabetiker durch die drohenden Folgeerkrankungen und 63% durch schlechte Blutzuckerwerte belastet.\* Gesunde Blutzuckerwerte sind das A und O für mehr Lebensqualität mit Diabetes, weiß auch Beate W. aus Kiel.

Blutzucker senken

Beate W. ist Diabetikerin und ihr wurde als Ergänzung zur ärztlichen Therapie Jambulbaumextrakte empfohlen. In über 70 klinischen Studien konnten diese Extrakte blutzuckersenkende Eigenschaften nachweisen. Ein

aut einer Studie fühlen sich 71 % der hochpotenter Extrakt des Jambulbaums ist jetzt als offiziell zugelassenes Arzneimittel in deutschen Apotheken erhältlich: Glycowohl (rezeptfrei). In einer Studie aus 20161 konnte mit den Extrakten des Jambulbaums als Zusatztherapie bei Metformin-Patienten der Blutzuckerspiegel innerhalb von 13 Wochen um bis zu 24 %¹ gesenkt werden – ohne Änderung des Lebensstils.

Unser Tipp: Auch Sie können Ihre Blutzuckerwerte natürlich senken. Fragen Sie noch heute in Ihrer Apotheke nach Glycowohl (rezeptfrei).

"diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe Online Patientenumfrage Typ 2 Diabetes \*\* Abbildung wahren Betoffenen nachempfunden (1) [P. Brightness Mkhize, University of Technology, Durban (2016)] Open Access Studie ohne Kontrollgruppe mit 24 Probanden 2) V. Vikrant et al., J. Ethnopharmacol., 76 (2001), H. Syama et al., J. Food Process Preserv., 42 (2018)



Glycowohl 50 ml PZN: 13749314

Glycowohl 100 ml PZN: 13749320

www.glycowohl.de

DAS ERSTE



#### 20.15 TV-KRIM

#### **Tatort - Unsichtbar**

Verfolgt ein Stalker Kommissarin Gorniak (K. Hanczewski)? Sie erhält Drohanrufe und Videoaufnahmen, die auf Partys gemacht wurden.

8.35 Racko (1+2/13) Neue Folgen der 2. St. · Familienserie, D '21 

film, D 2009 · Mit Lotte Flack, François Goeske u.a. 11.00 Jorinde und Joringel &

Mit Jonas Nay u.a. 12.03 Presseclub Diskussion 12.45 Europamagazin 13.15 Mythos Nil (2/2) **Z** Doku, D 2015

TV-Märchenfilm, D 2011

14.03 Ein Sommer auf Sylt TV-Tragikomödie, D 2010 Mit Christine Neubauer u.a. 15.30 10 Jahre "Klein gegen Groß"

Doku, D 2021 17.00 Brisant Boulevardmagazin 17.30 Carl Josef - StandUp im Rollstuhl Porträt, D 2021

18.05 Bericht aus Berlin 18.30 Sportschau 19.20 Weltspiegel 20.00 Tagesschau

20.15 Tatort 

☐ Unsichtbar TV-Krimi, D 2021 · Mit Cornelia Gröschel, Martin Brambach u.a. Regie: Sebastian Marka NEU

21.45 Brokenwood - Mord in Neuseeland: Im freien Fall (1/4) 
\*\*\* TV-Krimi NZ 2017 Mit No TV-Krimi, NZ 2017 · Mit Neill Rea, Fern Sutherland u.a. Regie: Helena Brooks NEU 23.15 Tagesthemen

23.35 ttt - titel, thesen, temperamente Magazin, D 2021 Moderation: Max Moor Tragikomödie, A/D/F 2016 · Mit

Lars Eidinger, Adèle Haenel u.a. Regie: Chris Kraus 2.10 Brokenwood - Mord in Neuseeland: Im freien Fall (1/4) 🗷

Jobe u.a. (Wh. von 21.45) 3.45 ttt - titel, thesen, temperamente Magazin (Wh. v. 23.15) 4.15 Brisant Boulevardmagazin

TV-Krimi, NZ 2017 · Mit Rawiri

**ZDF** 



#### Marie fängt Feuer

Ein Wolf hat ein Schaf gerissen. Die Feuerwehrfrau Marie (C. Eixenberger, r.) gerät zwischen die Fronten von ierschützern und Bauern.

7.45 Bibi und Tina

8.35 1, 2 oder 3 Rateshow 9.03 sonntags Magazin

9.30 Evang. Gottesdienst Aus der IVE Baptistengemeinde Leipzig 10.15 Bares für Rares Trödelshow 12.00 ZDF-Fernsehgarten on tour 14.10 Duell der Gartenprofis Show. D 2021

14.55 Mein Zuhause richtig schön (4/7) Doku-Soap, D 2021 Der Eva-Brenner-Plan

15.45 Die Rosenheim-Cops 

☐ Tod nach Schankschluss (2011) **16.30** planet e. Gegen Gift – Apfel-

streit in Südtirol (2021) 17.10 sportstudio reportage

18.00 ZDF.reportage Alles retour 18.30 Terra Xpress Magazin 19.00 heute 19.10 Berlin direkt Magazin 19.30 Terra X Dokureihe, D 2021

Wunderwelt Chemie (2/3)

Schattenhaft · TV-Heimatfilm, D 2021 · Mit Stefan Murr, Saskia Vester, Wolfgang Fierek Regie: Katrin Schmidt *NEU* (2. Teil. So., 24.10.) 21.45 heute-journal

22.15 Spy City (1/3) ITV-Thriller, D/GB/CZ 2020 · Mit Dominic Cooper u.a. · Regie: Miguel Alexandre NEU (Teil 2: So., 24.10.) 23.45 ZDF-History Dokureihe,

D 2021 · Die Windsors: Fdward VIII. - Der Aussteiger **0.35 Kommissar Beck** Anatomie des Todes · TV-Krimi, S 2015

Mit Peter Haber u.a. 2.05 Starsky und Hutch OO Krimiserie, USA 1976 Zerstörte Illusion

2.55 Anne Holt: Der Mörder in **IIIII uns** (1/4) TV-Krimi, S/DK/N/D/ ISL/B/GB 2018 · Mit Melinda Kinnaman, Henrik Norlén u.a.

SAT. 1



#### 20.15 EROTIKDRAMA

**RTL** 

Fifty Shades of Grey Christian (Jamie Dornan) beginnt mit Anastasia eine neue Affäre, als seine dominante Ex-Partnerin Elena (Kim Basinger) auftaucht.

5.25 Der Blaulicht-Report 6.25 Familien im Brennpunkt

7.30 Die Superhändler -4 Räume, 1 Deal Show **10.30 Das Supertalent** (3/10)

12.20 Bauer sucht Frau International – Die neuen Bauern weltweit Doku-Soap, D 2021 13.20 Undercover Boss

Castingshow, D 2021

Doku-Soap, D 2016 · nicko cruises / Bäckerei Dreißig 15.20 Die Versicherungsdetektive

Doku-Soap, D 2020 16.25 Best of ...! Rankingshow, D 2021 Mod.: Angela Finger-Erben

17.30 Ninja Warrior Germany Kids Show, D 2021 Vorrunde (3/4) Mit Laura Wontorra

18.45 RTL Aktuell 19.05 Ninja Warrior Germany Kids (2/4) Show, D 2021 Vorrunde (4/4)

20.15 Fifty Shades of Grey -Gefährliche Liebe Erotikdrama, USA/CHN/J 2017

Mit Dakota Johnson u.a.

Regie: James Foley 22.45 Halloween Horrorfilm, USA 2018 · Mit Jamie Lee Curtis, Judy Greer, Andi Matichak u.a. R.: David Gordon Green NEU Michael Myers, der vor 40 Jahren ein Blutbad angerichtet hat, sitzt im "Smith's Grove Warren County Sanatorium' ein. Bei seiner Verlegung kann er entkommen. Eine weitere

Mordserie startet. 0.50 Happy Deathday 2U Horrorkomödie, USA/J 2019 Mit Jessica Rothe, Israel

Broussard, Suraj Sharma u.a. Regie: Christopher Landon NEU 2.35 Fifty Shades of Grey -Gefährliche Liebe

(Wh. von 20.15)

### The Voice of Germany

Seit vier Jahren dabei, konnte Mark Forster (h.) von seinen Kandidaten noch keinen zum Sieg führen. Ebenso wenig wie Nico Santos (r.).

5.40 Auf Streife Doku-Soap 7.45 So gesehen -

Talk am Sonntag 8.05 Auf Streife Doku-Soap 9.00 United Voices - Das größte Fanduell der Welt Show, D 2020 · Gäste: Sido, Sasha Moderation: Sarah Lombardi, Jochen Schropp

**11.05** The Voice of Germany (2/18) Castingshow, D 2021 · Blind Audition (2/10) · Coaches: Sarah Connor, Johannes Oerding, Mark Forster, Nico Santos

13.40 Exklusive Einblicke Magazin. D 2021 · 20 Jahre Harry Potter 14.40 Harry Potter und die Kammer des Schreckens Fantasyfilm, USA/GB 2002 · Mit

Daniel Radcliffe, Rupert Grint Regie: Chris Columbus 17.55 Julia Leischik sucht: **Bitte melde Dich** Reportagereihe, D 2021

19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 The Voice of Germany (4/18) Castingshow, D 2021 Blind Audition (4/10)

Moderation: Lena Gercke. Thore Schölermann Welche Talente können die Coaches in der heutigen Blind Audition von sich überzeugen? 22.50 Let the music play -

Das Hit Quiz 2 Folgen der Show, D 2021 Der Moderator und Musiker Amiaz Habtu leitet das Quiz. bei dem drei Kandidaten in fünf Spielrunden auf Songtitel-Jagd gehen. Es winken bis zu 10 000 Euro. 0.50 Die Gegenteilshow (1/4)

Show, D 2021 Mod.: Daniel Boschmann 2.45 Auf Streife – Die Spezialisten

Doku-Soap, D 2015-2021 3.30 Auf Streife Doku-Soap, D 2013-2021 (bis 5.30)

#### Gemini Man

PRO 7

Auftragskiller Henry Brogan (Will Smith) wird von einem besonderen Gegenspieler gejagt: einer geklonten jüngeren Version seiner selbst.

5.30 How I Met Your Mother

6.30 Eine schrecklich nette Familie Comedyserie · Scheiden tut weh / Schleiertanz 7.25 Die Simpsons

Zeichentrickserie, USA 2011 Denn sie wissen nicht, wen sie würgen / Die große Simpsina 8.20 The Voice of Germany (3/18) Castingshow, D 2021

Blind Audition (3/10) 10.50 Galileo Magazin, D 2020 13.00 Zervakis & Opdenhövel. Live.

(5/15) Magazin, D 2021 14.55 NFLsüchtig American Football 15.25 American Football: NFL

Jacksonville Jaguars -Miami Dolphins 18.55 Newstime

19.05 Galileo Plus Neue Folgen Magazin, D 2021 Der Food Code - Der Schlüssel zum besten Essen (1/4) Mit Achim Sam, Kai Neumann

20.15 Gemini Man

Actionfilm, USA/CHN 2019 · Mit Mary Elizabeth Winstead, Clive Owen u.a. · Regie: Ang Lee NEU 22.50 John Wick Actionfilm, USA/GB/

CHN 2014 · Mit Keanu Reeves, Michael Nyqvist, Alfie Allen Regie: Chad Stahelski Der frühere Auftragskiller John Wick wird wieder aktiv, um die Gangster zu jagen, die ihm alles genommen haben.

0.55 Gamer Actionthriller, USA 2009 Mit Gerard Butler, Amber Valletta · Regie: Brian Taylor Reiche Spieler lassen zum Tode verurteilte Sträflinge mittels implantierter Steuerungszellen um ihr Leben kämpfen. 2.25 Vier Brüder Actionfilm,

USA 2005 Mit Mark Wahlberg Tyrese Gibson, André Benjamin Regie: John Singleton

4.30 Galileo Plus (Wh. von 19.05)

RÜCKENSCHMERZEN'

**20.15 SHOW** 

VOX

**Guidos Wedding Race** Guido Maria Kretschmer (I.) führt seine drei Paare nach Süddeutschland. Anita und Kwabena hoffen auf den Gewinn der Traumhochzeit.

**5.25 Medical Detectives** 

US-Dokureihe · Tödliche Gefahr 5.35 Criminal Intent – Verbrechen im Visier Krimiserie, USA 2010 Eisige Liebe / Russenmafia / Duell / Verbissen

9.00 Criminal Intent – Verbrechen im Visier (1+2/8) Krimiserie, USA 2011 · Wh. der 10. Staffel Fashion Victim / Der Tröster

10.40 Criminal Intent – Verbrechen im Visier Krimiserie USA 2010 · Duell / Verbissen

12.30 Criminal Intent – Verbrechen im Visier (1+2/8) (Wh. v. 9.00) 14.20 James Bond 007 – Octopussy Agentenfilm, GB/USA 1983

Mit Roger Moore, Maud Adams,

Regie: John Glen 17.00 auto mobil Magazin, D 2021 Moderation: Andreas Jancke,

Louis Jourdan u.a.

Alexander Bloch 18.10 Die Beet-Brüder (7/8) Doku-Soap, D 2021

20.15 Guidos Wedding Race

(2/2) Show, D 2021 Für die drei Paare geht es auf einen Roadtrip in den Süden Deutschlands, Das Ziel ist es. möglichst alle Aufgaben so kurios sie auch sein mögen - zu bestehen und Strophen eines Liebesgedichts zu sammeln. Wer das Gedicht fehlerfrei aufsagt, gewinnt! 23.35 Prominent! Magazin, D 2021

0.20 Medical Detectives US-Dokureihe · Tödliche Familienbande: In einer 24-Stunden-Tankstelle in Holt, Michigan, wurde die Angestellte Wanda Mason erschossen. Die Polizei verhaftet einen Verdächtigen, dem man den Mord aber nicht nachweisen kann. / Knochenjob / Bar jeder Reife / Tod aus dem Nichts / Dunkle Schatten / Tödliche Nähe (bis 5.00)

## KABEL 1



#### **Trucker Babes**

Julia muss einen Radlader transportieren, der deutlich breiter ist als ein Lkw. Dazu kommt eine Fahrbahnverengung auf ihrer Strecke.

5.30 Blue Bloods Krimiserie 6.10 Rosewood

Krimiserie, USA 2015 · U.a.: Modefreaks und Mordwaffen 9.00 Blue Bloods Krimiserie, USA 2020 · Donnie Dumpfbacke

9.55 Blue Bloods Krimiserie, USA 2021 · Kein Handicap

10.50 Ab ins Kloster! - Rosenkranz statt Randale (1/4)

Doku-Soap, D 2021 13.00 Abenteuer Leben Spezial

Magazin, D 2021 · Küchentricks 15.00 Mein Lokal, Dein Lokal -Der Profi kommt Reportagereihe, D 2021 · "Hilde's Futterhäuschen", Stadtkyll

16.00 News

16.15 Mein Lokal, Dein Lokal - Der Profi kommt Reportagereihe, D 2021 · "Haus Diefenbach" Heimbach / "Waldschänke Killewittchen", Eschweiler / "Café FahrtWind", Hönningen / "Zu den 4 Winden", Rheinbach

**20.15 Trucker Babes – 400 PS in Frauenhand** (3/10) Doku-Soap, D 2021 · Direkt bei der ersten Tour wird das neue Trucker Babe Heike auf die Probe gestellt, denn eines ihrer Rücklichter ist defekt. Lissy scheitert auf dem Heimweg an der Suche nach etwas zu Essen. Wird sie das noch 1.000 Kilometer durchhalten?

22.15 Abenteuer Leben am Sonntag Magazin, D 2021

0.20 Trucker Babes -400 PS in Frauenhand Doku-Soap, D 2021

2.15 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum Doku-Soap, D 2021 · U.a.: Baustellen-Kontrolle Dortmund – Absturzgefahr im Treppenhaus / Unterwegs trotz Fahrverbot - Polizei Rotenburg / Poser und Tuningkontrolle Mainz (bis 5.40)

**ANZEIGE** 

### RTL ZWEI



**Blood Diamond** Der Fischer Solomon verspricht dem Söldner Danny (Leonardo DiCaprio, I.) einen seltenen Edelstein, wenn der ihm hilft, seinen Sohn zu finden ...

6.10 X-Factor: Das Unfassbare Mysteryserie, USA 1997

7.00 Infomercial 9.00 X-Factor: Das Unfassbare U.a.: Harley Davidson / Der Blindenhund / Die blutige Hand / Stumme Hilferufe / Die Flucht / Das Rezept

11.10 Die Schnäppchenhäuser -Der Traum vom Eigenheim Doku-Soap, D 2013 U.a.: Fachwerkhaus mit Einsturzgefahr und Ostsee-Idylle mit marodem Charme Nachbarschaftsstreit im Schnäppchenhaus / Kreative Wohnzimmer (2014) / Eine

Familie unter Zeitdruck 16.15 Der Trödeltrupp – Das Geld liegt im Keller Doku-Soap, D 2016 · Mauro bei Gökhan 17.15 Mein neuer Alter

Doku-Soap, D 2020 · Ein Wohnmobil für den Ruhestand **18.15 GRIP** Magazin, D 2021

20.15 Blood Diamond Thriller, USA/D/GB 2006 Mit Jennifer Connelly, Kagiso Kuypers u.a. · Regie: Edward Zwick · Das spannende Abenteuerkino bietet dem Zuschauer neben der Geschichte des illegalen Diamantenhandels ein eindrucksvolles Porträt

über die Probleme Afrikas. 23.00 Die Bestimmung - Insurgent Sci-Fi-Film, USA 2015 · Mit Shailene Woodley, Theo James Regie: Robert Schwentke Tris und Four kommen nach Chicago. Dort werden sie als gefährliche Feinde angesehen. 1.15 Underworld – Evolution

Horrorfilm, USA/CDN 2006 · Mit Kate Beckinsale, Scott Speedman u.a. · Regie: Len Wiseman 2.55 Blood Diamond Thriller, USA/D/GB 2006 · Mit Arnold

Vosloo u.a. (Wh. von 20.15)

## **tvtv** Streaming- & Mediatheken-Tipps



#### Suicide Squad

die mit Stars wie Margot Robbie besetzte Comicverfilmung in den Kinos. Nun ist sie bereits bei Sky abrufbar. In James Gunns ("Guardians quel soll Rick Flag (Joel Kinnaman,

Erst vor wenigen Wochen startete l.) mit einem Team aus Superschurof the Galaxy") abgedrehtem Se- Fall bringen. Die Mission

AB 18.10. AUF ZDF MEDIATHEK | Film



### Bring mich nach Hause

Ihre Mutter liegt mit irreparablen Hirnschäden im Koma. Die gläubige Ulrike (Silke Bodenbender, r.) ist für lebenserhaltende Maßnahmen anders als ihre Schwester, die Wissenschaftlerin Sandra (Anneke Kim

miere abrufbar **EDF**mediathek

AB 22.10. AUF APPLE TV+ | Serie



Infiltration

Im Focus der aufwendigen Serie von Produzent Simon Kinberg ("Der Marsianer") stehen weltweit unterschiedliche Menschen wie Sheriff John Bell Tyson (Sam Neill), die sich mit einer außerirdischen Invasion konfrontiert sehen.



ken wie Harley Quinn, Bloodsport (Idris Elba, M.), King Shark und dem undurchsichtigen Peacemaker (John Cena) einen Diktator zu läuft aus dem Ruder ...



Champions League Zum Auftakt der Gruppenphase gewannen die Dortmunder gegen Besiktas Istanbul und Sporting Lissabon. Nun geht es gegen Ajax Amsterdam, CL-Sieger von 1995. Die Fans können sich freuen: So-Sarnau). - Eine Woche vor TV-Pre- wohl der BVB als auch Ajax sind sehr offensivstark.

Jetzt alle Staffeln Rosenheim Cops auf

beliebtesten deutschen Krimiserien. Jetzt registrieren auf www.krimirausch.de/rtv und vom exklusiven rtv-Angebot mit diesem Code profitieren: RTVKRIMIS2021 danach zum Sparpreis für

nur 3,99 Euro im Monat schauen, monatlich kündb

Anzeige

# **Endlich gezielt behandeln**

Millionen Deutsche leiden an chronischen Rückenschmerzen. Bei der Mehrheit sind Nervenreizungen im Rücken die Ursache. Denn ist ein Nerv gereizt oder entzündet, verkrampft sich die umgebende Muskulatur, was meist zu quälenden Schmerzen führt. Am bekanntesten ist der Ischias-Nerv. Herkömmliche chemische Schmerzmittel helfen kaum, wie Mediziner der Deutschen Gesellschaft für Neurologie bestätigen, da sie nicht gegen die Reizung der Rückennerven wirken. Ein pflanzliches Arzneimittel aus Deutschland setzt gezielt an dieser Ursache an (Lumbagil, rezeptfrei, Apotheke). Lumbagil wurde

Nervenerkrankungen im Rücken entwickelt (z.B. Ischias). Dank Tropfenform erfolgt die Wirkstoffaufnahme bereits über die Mundschleimhaut-die Wirkung kann sich schnell entfalten. Die Rückenmedizin verdankt seine einzigartige Wirkung einem speziell aufbereiteten Arzneistoff der potenten Heilpflanze Aconitum napellus (Blauer Eisenhut). Lumbagil hat keine bekannten Nebenoder Wechselwirkungen und ist daher zur dauerhaften Anwendung geeignet.

Fazit: Mit Lumbagil können Sie Rückenschmerzen wirksam lindern.¹ Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach Lumbagil.

Pflichttext: Lumbagil®. Wirkstoff: Aconitum napellus Dil. D4. Homöopathisches Arzneimittel als Begleitherapie bei schmerzhaften Nervenerkrankungen (z. B. Trigeminusneuralgie, Ischias), bei beginnenden akut fieberhaft-entzindlichen Erkrankungen, funktionelle Herzstörungen mit Angstzuständen. Enthält 49 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH, Helmholtzstraße 2-9, 10587 Berlin.





Schon wirklich lange habe ich Schmerzen im unteren Rücken. Die Tropfen lindern meine Beschwerden. Hans P.

Für Ihre Apotheke ✓ Lindert den

✓ Bekämpft die Nervenreizung

Schmerz

Lumbagil: 30 ml PZN 16031824

50 ml PZN 16031830 100 ml PZN 16031847 www.lumbagil.de





zur gezielten Behandlung schmerzhafter



# **Qualitäts-Cannabis aus der Apotheke**

Ein hochdosierter Premium-Cannabis-Extrakt begeistert aktuell Hunderttausende Verwender. Die Anwenderzufriedenheit liegt bei 91%.\*\* Der innovative CBX 5% Spezialextrakt wird aus der Pflanze Cannabis sativa gewonnen und als hochverträgliche Hautcreme aufbereitet (Rheumagil Cannabis Aktiv Creme, rezeptfrei, Apotheke). Ein speziell entwickeltes Herstellungsverfahren gewährleistet die größte Reinheit des Cannabis-Extraktes. Die einzigartige Cannabis-Creme wirkt nicht berauschend und ist dermatologisch getestet.



BR

#### Immer wieder sonntags

Mit den besten Momenten aus seinen zwölf Sendungen verabschiedete sich Stefan Mross am 3. Oktober in der ARD für dieses Jahr.

- 7.10 Wie Hip-Hop nach Deutschland kam (4/4) Dokureihe, '21
- 7.40 Schätze der Welt spezial 7.55 Hotel-Legenden **9.25 Familie Dr. Kleist**  Arztserie
- **10.15 Der Winzerkönig** Familienserie 10.55 In aller Freundschaft 

  Ich wünschte, du wärst hier (2021) 11.40 IDie jungen Ärzte Kranken-
- hausserie, D 2020 · Der Neue D 2017 · Mit Adnan Maral,
- Esther Schweins u.a. 14.00 Abenteuer Alpenüberguerung 14.45 Faszination Berge
- 15.30 Alles Wissen Magazin 16.15 Mex – Das Marktmagazin 17.00 Mittendrin – Flughafen Frankfurt Dokureihe, D 2020
- 17.45 Die Gesundmacher 18.30 Mobbing Doku, D 2021 19.00 Kochstories Ein grüner Stern
- für Herleshausen 19.30 hessenschau 20.00 Tagesschau
- 20.15 Immer wieder sonntags Musikshow, D 2021 22.10 Sportschau - Bundesliga am
- Sonntag Magazin, D 2021 22.30 heimspiel! Bundesliga Magazin, D 2021
- 22.40 strassen stars Quizshow, D 2021 Rateteam: Bodo Bach, Jörg Thadeusz, Susanne Fröhlich
- 23.10 Ich trage einen großen Namen Show, D 2021 23.40 Dings vom Dach Quizshow
- 0.25 strassen stars (Wh. v. 22.40) 0.55 Starke Frauen in der Kunst
- 2.10 Kochstories Dokureihe · Ein grüner Stern für Herleshausen 2.40 Hessen à la carte Forellen,
- Kräuter und Taunusluft 3.25 Zaun an Zaun 🗷 TV-Komödie, D 2017 · Mit Richy Müller,
- Juliane Köhler (Wh. von 12.30) 4.55 Rote Rosen Telenovela

**SWR WDR** 



#### Die Romantische Straße

Die Reise entlang der Romantischen Straße führt zu beschaulichen Städtchen wie Tauberbischofsheim (Foto) oder Creglingen

- 9.45 Engel fragt Reportagereihe 10.15 Alles aus dem Garten
- 10.45 Spuren im Stein Dokureihe 11.30 Mühlenträume zwischen Alb und Eifel Doku, D 2019
- 12.15 Tochter meines Herzens TV-Melodram, D 2003 Mit Christine Neubauer u.a.
- 13.45 Der vergessene Tempel von **Banteay Chhmar** Doku 14.30 Expedition in die Heimat
- 15.15 Von Pflanzen und ihren Menschen Dokureihe, D 2018 15.45 Mailand und Bergamo Doku
- 16.30 Vom Zillertal ins Ahrntal 17.15 Wildes Österreich (2/2) 18.00 Aktuell (RP/BW)
- 18.07 Hierzuland (RP) 18.15 Ich trage einen großen Namen Show, D 2021
- 18.45 Treffpunkt (BW) / **Bekannt im Land (RP)** 19.15 Die Fallers
- 19.45 Aktuell 20.00 Tagesschau
- 20.15 Die Romantische Straße Doku, D 2015 · Deutschlands berühmteste Ferienroute 21.00 Bauernherbst im Salzburger
- Unterwegs im Nationalpark Hohe Tauern 21.45 Sportschau - Bundesliga

Land Doku, D 2019

- am Sonntag Magazin, D 2021 22.05 SWR Sport 22.50 Walulis Woche Show, D 2021 Moderation: Philipp Walulis
- 23.20 Spuren der Rache (1+2/2) 2 TV-Thriller, D 2016 Mit Heiner Lauterbach, Maya Lauterbach, Uwe Preuss u.a. Regie: Nikolai Müllerschön
- 2.15 Tochter meines Herzens TV-Melodram, D 2003 Mit Peter Sattmann, Michael
- Brandner u.a. (Wh. von 12.15) 3.45 Die Fallers Herausforderungen 4.15 Treffpunkt Reportagereihe

4.45 Vom Zillertal ins Ahrntal

Moritz Kochshow, D 2019 7.45 Gustavo Dudamel und die Wiener Philharmoniker

7.15 Kochen mit Martina und

Urlaub am Wasser? Da hat das Sau-

erland einiges zu bieten. Daniel Aß-

mann fährt mit einem Holzfloß samt

**6.45 Der Vorkoster** Reportagereihe

20.15 REISEREPORTAGI

Grill über den Möhnesee

Wunderschön!

- Konzert, A 2020
- 8.40 Strawinsky in Hollywood 9.30 Westart Magazin 10.00 Kölner Treff Talkshow
- 11.45 Sommermärchen, Smartphone, Wetterchaos - Unser Land in den 2000ern 🗷 13.15 Verrückt nach Camping Reihe, D 2018 · Der Feuertanz /
- Camperglück mit Hunden 14.50 Campervan-Roadtrip von der Hansestadt Bremen nach Norderney Doku, D 2020
- 15.35 Henker & Richter Die Rückkehr (2016) 18.00 Tiere suchen ein Zuhause
- 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Westpol Magazin 20.00 Tagesschau
- 20.15 Wunderschön! Reisereportage, D 2021 Abenteuer Sauerland 21.45 Sportschau – Bundesliga am Sonntag Magazin, D 2021 22.15 Zeiglers wunderbare Welt
- des Fußballs Show Moderation: Arnd Zeigler 22.45 sport inside Magazin, D 2021 **23.15 Hubert ohne Staller** (1+2/16)
- Krimiserie, D 2018 Wh. der 8. Staffel Ein hochprozentiger Abgang / Mord an einer alten Eiche 0.50 Henker & Richter Krimiserie
- D 2012 · Schmerzfrei 1.40 Rockpalast OFFSTAGE Konzert, D 2021 Machete Dance Club
- 2.45 Campervan-Roadtrip von der Hansestadt Bremen nach Norderney Doku, D 2020 3.30 Wunderschön! Abenteuer Sauerland (Wh.)

Musik und Gsang aus Franken Das Gut Wolfgangshof in Anwanden bietet die passende Bühne für erlesene fränkische Volksmusik etwa von der Kerwakapelle Dadaraa.

- 8.25 Die Legende der weißen Pferde Abenteuerfilm, NL/IRL/ D 2014 · Mit Lucy Morton u.a.
- 9.55 BR-Klassik Valery Gergiev dirigiert Anton Bruckner 11.00 Der Sonntags-Stammtisch
- **LIVE** Diskussion 12.00 quer Magazin, D 2021
- 12.45 Querbeet 13.15 Die Berghütten des Märchenkönigs Doku, D 2021
- 13.45 Polizeiinspektion 1 14.30 Trachtler- und Musikantentreffen in Passau Show 15.15 Stofferl Wells Bayern
- 16.00 BR24 Rundschau 16.15 Euroblick Magazin 16.45 Kreuzer trifft ... Sophia Flörsch 17.15 Vronis Lieblingsschmankerl
- (4/4) Dokureihe, D 2020 17.45 Regional 18.30 BR24 Rundschau
- 18.45 freizeit Magazin 19.15 Unter unserem Himmel 20.00 Tagesschau
- 20.15 Musik und Gsang aus Franken Show, D 2021 Moderation: Maria Bauer, Werner Aumüller, David Saam 21.45 Blickpunkt Sport Magazin 23.00 BR24 Rundschau
- 23.15 Bericht vom Landesparteitag der AfD 23.30 Grünwald Freitagscomedy Gast: Alfred Dorfer (Kabarettist)
- Moderation: Günter Grünwald 0.15 Woidboyz on the Road Reportagereihe, D 2021 0.45 Schönes Schlamassel
- TV-Komödie, A/D 2020 Mit Verena Altenberger, Maxim Mehmet u.a. (Wh. v. gestern) 2.15 Berlin '36 @ Drama, D 2009 Mit Karoline Herfurth, Axel Prahl
- Regie: Kaspar Heidelbach 3.50 Als Olympia die Unschuld verlor Doku, D 2016 Die Winterspiele 1936 in Garmisch-Partenkirchen

# **NDR**



Happy Birthday Niedersachs. Der Wahl-Oldenburger John Goodyear (I.) und der britische Offizier Hugh Pierson blicken auf die Geschichte Niedersachsens zurück.

- 8.00 Schleswig-Holstein Musik Festival 2005 (1/2) Konzert Ltg.: Christoph von Dohnányi
- 8.45 Franz Schubert: Rosamunde-Ouvertüre / Zwischenaktmusik Nr.5 Konzert, D 2012
- 9.00 Nordmagazin
- 9.30 Hamburg Journal 10.00 Schleswig-Holstein Magazin 10.30 buten un binnen
- 11.00 Hallo Niedersachsen 11.30 Liebe vergisst man nicht TV-Komödie, D 2010
- Mit Fritz Karl, Quirin Oettl u.a. 13.00 Wunderschön!
- 14.30 mareTV Magazin 15.15 mareTV Classics
- 16.00 Björn Freitag kocht grenzenlos köstlich (2/3) Dokureihe 16.30 Iss besser! Dokureihe
- **17.00 Bingo!** Gewinnshow 18.00 Rund um den Michel 18.45 DAS! Magazin
- 19.30 Regional 20.00 Tagesschau
- 20.15 Happy Birthday Niedersachsen Wie wir wurden, was wir sind Dokumentarfilm, D 2021 21.45 Sportschau – Bundesliga
- am Sonntag Magazin, D 2021 22.05 Kaum zu glauben! Rateshow, D 2021 Mit Bernhard Hoëcker. Hubertus Meyer-Burckhardt, Stephanie Stumph, Jörg Pilawa Moderation: Kai Pflaume
- 22.50 Sportclub Magazin, D 2021 23.35 Sportclub Story Doku, D 2021 · André Greipel: Der Gorilla steigt vom Rad
- 0.05 Kroymann Show, D 2018 Gäste: Annette Frier, Max Bretschneider, Peter Lohmeyer, Leon Ullrich, Christina Hecke
- **0.35 Kroymann** Show, D 2019 1.05 Quizduell - Der Olymp Show 1.55 Rund um den Michel
- 2.40 NDR Talk Show 4.40 Wie geht das?

# **MDR**

20.15 DOKL

- Böttcher schafft das! Für Thomas Böttcher ist der Weg das Ziel. Er nimmt sich immer Zeit für Menschen, die ihm in Mitteldeutschland ihre Geschichte erzählen.
- 5.55 Wenn's um Liebe geht
- TV-Drama, D 2019 · Mit Inez Bjørg David, Maxim Mehmet 7.25 Glaubwürdig Porträtreihe
  - 7.30 Elternabend Doku, D 2021 8.00 Selbstbestimmt! \( \infty 8.30 MDR-Garten
    - 9.00 Unser Dorf hat Wochenende 9.30 Menorcas stille Magie 10.15 Jason und die Argonauten Abenteuerfilm, GB/USA 1963
      - Mit Todd Armstrong u.a. 11.55 Riverboat Berlin Talkshow 14.05 Sagenhaft 

        Reportagereihe. D 2018 · Vorpommerns Küste
      - 15.35 Sport im Osten Aktueller Sport vom Tage
      - 17.30 In aller Freundschaft ≥
      - Mit offenen Karten (2021) 18.20 Brisant Boulevardmagazin
      - 18.52 Sandmännchen 19.00 MDR Regional 19.30 MDR aktuell

19.50 Kripo live Magazin

- 20.15 Böttcher schafft das! Doku, D 2021 21.45 MDR aktuell 22.00 Sportschau – Bundesliga
- am Sonntag Magazin, D 2021 22.20 MDR Zeitreise Magazin, D 2021 · Bitteres Erbe – Die Geschichte des rechten Terrors in Deutschland
- 22.50 Der NSU-Prozess und die Opfer - Das lange Leiden der Angehörigen Doku, D 2018 23.35 Der NSU-Komplex Die Rekonstruktion einer
- beispiellosen Jagd Dokumentarfilm, D 2016
- 1.05 Kripo live Magazin, D 2021 1.30 Sport im Osten Magazin 2.35 Elternabend Doku, D 2021
- 3.05 Selbstbestimmt! Die Reportage Außer sehen kann ich alles - Marie geht ihren Weg
- 3.35 Abenteuer Russland nonstop 3.50 SachsenSpiegel Magazin

# 20.15 DOKU

#### **Das Oder-Delta**

**RBB** 

Hinter den weißen Ostseestränden liegt zwischen Deutschland und Polen eine schier grenzenlose Wildnis. Hier kann sich die Natur entfalten.

- 7.20 Brisant Boulevardmagazin
- 8.00 Brandenburg aktuell
- 8.30 Abendschau 9.00 Zwei Herzen und ein Edelweiß TV-Romanze, D 2008
- Mit Julia Jäger, Sascha Hehn 10.30 Berlin – Schicksalsjahre
- einer Stadt Dokureihe, D 2018
- 12.00 Heimatjournal 12.25 WaPo Bodensee Krimiserie
- 13.15 Praxis mit Meerblick Auf zu neuen Ufern TV-Familienfilm
- D 2019 · Mit Tanja Wedhorn 14.45 Praxis mit Meerblick -
- Herzklopfen TV-Familienfilm, D 2021 · Mit Tanja Wedhorn
- 16.15 Die jungen Ärzte Abwege 17.05 In aller Freundschaft
- 17.53 Sandmännchen
- 18.00 Um sechs 18.30 Tier zuliebe - Kranich-
- **Spuren in Brandenburg** 19.00 Täter – Opfer – Polizei
- 19.30 Abendschau 20.00 Tagesschau
- 20.15 Das Oder-Delta Doku, D 2018 · Grenzenlose
- Wildnis an der Ostsee 21.00 Wildes Deutschland Doku, D 2011 · Vorpommerns Küste Die Kreidefelsen von Rügen bieten den seltenen Wanderfalken Brutmöglichkeiten. Die einzigartige Landschaft der Bodden steht seit 1990
- unter strengem Naturschutz. 21.45 rbb24 22.00 Sportschau Magazin, D 2021
- 22.20 Mord mit Aussicht Krimiserie, D 2014 · Der Carport / Gulasch für den Geiselnehmer **0.00 Quizduell** Show, D 2018
- Gäste: Maren Kroymann, Meret Becker · Mod.: Jörg Pilawa
- 0.50 Dings vom Dach Quizshow
- 1.35 Tier zuliebe Kranich-Spuren in Brandenburg Doku 2.05 Echtes Leben Heimat gesucht!

**6.00** Teleshopping **7.00** Hattrick pur – Die

2. Bundesliga · Fußball **7.30** Bundesliga pur

Fußball 11.00 LIVE Doppelpass · Talkshow

13.30 Bundesliga pur · 8. Spieltag 14.00

LIVE Darts-EM · Viertelfinale · Aus Salzburg

Kommentar: Basti Schwele · Experte: Ro-

bert Marijanovic 16.55 LIVE Deutsche Eis-

hockey Liga · 13. Spieltag: EHC Red Bull

. Spieltag 9.00 Hattrick pur - Die 2. Bun-

Israelis in Berlin

SPORT 1

# **GELENKSCHMERZEN**<sup>2</sup>

**ANZEIGE** 

Gelenkschmerzen nach

# Diese Nr. 1\* Tablette begeistert

ur mehr als 15 Millionen Deutsche gehören Gelenkschmerzen in Alltag, Sport und Beruf zum täglichen Leben. Bei der überwiegenden Mehrheit ist Gelenkverschleiß (Arthrose) die Ursache. Eine wirksame pflanzliche Tablette gibt Betroffenen jetzt Hoffnung. Wissenschaftler haben beobachtet, dass Gelenkschmerzen bei Behandlung mit einem pflanzlichen Spezialextrakt deutlich gemindert werden konnten.<sup>2</sup> Die Mediziner und Patienten waren begeistert. Basis des untersuchten Wirkstoffs ist ein hochkonzentrierter Extrakt der Arzneipflanze Harpagophytum procumbens. Dieser ist auch im Arzneimittel Gelencium EXTRACT (Apotheke, rezeptfrei) enthalten und hochdosiert aufbereitet. Im Vergleich zu den meisten bisherigen Therapien (Tagesdosis: 960 mg) beträgt die aufge-

nommene Wirkstoffdosis bei Gelencium

EXTRACT 2.400 mg.3 Hiervon profitieren alle Arthrose-Betroffene mit wiederkehrenden Gelenkschmerzen, die meist eine besonders nebenwirkungsarme Langzeittherapie suchen. Denn eine Dauertherapie mit chemischen Schmerzmitteln ist aufgrund des Nebenwirkungsprofils bei längerer Anwendung häufig nicht empfehlenswert. Harpagophytum-Arzneimittel hingegen sind dank der rein pflanzlichen Inhaltsstoffe sehr gut verträglich. In einer wissenschaftlichen Übersichtsarbeit zeigten mehr als 97% aller

Anwender keinerlei Nebenwirkungen.4 Fazit: Gelencium EXTRACT kann helfen. Gelenkschmerzen zu reduzieren und die Lebensqualität spürbar zu steigern.2 Fragen



## Die Nr. 1\* Tablette bei Arthrose

**Gelencium EXTRACT.** 

Tausende zufriedene Patienten in Deutschland konnten bereits von Gelencium EXTRACT profitieren. Drei Gründe sprechen für diesen Erfolg: die spürbare Linderung der Gelenkbeschwerden<sup>2</sup>, die Verbesserung der Beweglichkeit und die sehr gute Verträglichkeit<sup>4</sup>. Da der Wirkstoff zudem keine Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln aufweist, kann er auch als Langzeittherapie eingesetzt werden. Kein Wunder, dass Gelencium

1) Absatz nach Packungen, Pflanzliche Arthrose-Tabletten, Ouelle: Insight Health, Jan. - Aug. 2021
2) Chrubasik. In Phytomedicine, 2002 Apr.9(3):181–94; Anwendungsbeobachtung (ohne Randomisierung und Verblindung).
3) Die Sandard-Seigestherapiedosis kal Harpagophylum Porundhers-Monopräparaten in Deutschland beträgt 960 mg. Bei Gelencium EXTRACT beträgt die Tagestherapiedosis 2.400 mg.
4) Vlachojannis. Phytother. Res. 2008; 22:149-152. Systematisches Review.

EXTRACT Deutschlands meistverkaufte pflanzliche Tablette bei Arthrose ist.\*

Pflichttext: Gelencium EXTRACT Pflanzliche Filmtabletten. Wirkstoff: 600mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützender Behandlung bei Verschleißerscheinungen (degenerative Erkrankungen) des Bewegungsapparates. Zu Risken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker Heilpflanzenwohl GmbH - Helmholtzstraße 2-9 - 10587 Berlin.



- ✓ Spürbare Linderung²
- ✓ Verbesserung der Beweglichkeit ✓ Gute Verträglichkeit⁴

### www.gelencium.de

**Gelencium EXTRACT**: 75 Tabletten PZN 16236733 150 Tabletten PZN 16236733 **tvtv** Aktuell

# Wieder präsent

Die Frankfurter Buchmesse öffnet ihre Tore.

Wer berichtet wann?

Nichts gegen die Digitalisierung, aber ein Fest der Bücher gehört einfach in die analoge Welt. "Re:connect – Welcome back to Frankfurt" heißt denn auch das freudige Motto der diesjährigen Messe am Main nach der Online-Version 2020. Vom 20. bis 24. Oktober können sich Besucher über Neuerscheinungen informieren und vor allem diskutieren. Im TV berichtet in dieser Woche die werktägliche "Kulturzeit" bei 3sat (vom 18.10. bis 22.10., 19.20 Uhr); am Freitag sind dann die ZDF-Kollegen von "aspekte" vor Ort (23.30 Uhr). Noch kurz ein Blick auf die nächste Programmwoche: Am Samstag, 23.10., widmet sich 3sat um 19.20 Uhr dem Gastland mit der Doku "Kanada lesen". Die ARD sendet am Sonntag ein ..ttt-extra" (23.05 Uhr), Ebenfalls am Sonntag zeigt 3sat um 11.30 Uhr einen Zusammenschnitt der Gespräche auf dem legendären "Blauen Sofa", ab 18.00 Uhr einen Talk mit Gert Scobel. Der XL-Abschluss folgt beim ZDF von Sonntag, 24.10., auf Montag: 180 Minuten dauert "Die lange Nacht \=



3 SAT 6.15 makro 6.45 Tele-Akademie 7.30 Alpenpanorama 9.05 Sternstunde Philosophie 10.15 Literaturclub 11.30 "lesenswert" Quartett 12.30 Druckfrisch 13.05 desliga · 10. Spieltag 9.30 Bundesliga pur Unterwegs in Österreich 13.40 Die Dominikanische Republik **14.10** Wilde Inseln 17.05 Traummann im zweiten Anlauf Romantikkomödie, GB/I/E/USA/S 2015 Mit Sarah Jessica Parker u.a. 18.30 Museums-Check **19.00** heute **19.10** NZZ Format Das Immunsystem: Stark, sensibel, steuer-bar **19.40** Schätze der Welt · Palermo ist ein München – Nürnberg Ice Tigers · Aus Mün-chen **19.30** LIVE Darts-EM · Analyse Vier-

Mosaik (Italien) 20.00 Tagesschau

- 20.15 Pufpaffs Happy Hour Kabarett, D 2021 21.00 Die Anstalt Kabarett, D 2021 Gäste: Maike Kühl, Sulaiman Masomi, Uta Köbernick, Antonia
- von Romatowski 21.50 Nuhr im Ersten Comedyshow, D 2021 · Gäste: Patti Basler, Abdelkarim, Ingo Appelt,

Torsten Sträter

- 22.35 Die Migrantigen 🗷 Komödie, A 2017 · Mit Faris Rahoma, Aleksandar Petrovic. Doris Schretzmayer u.a.
- 0.10 Wilde Inseln Dokureihe Amazonas / Falklandinseln / Philippinen / Galapagos 3.05 Big Pacific (1-3/4) Dokureihe,

#### telfinale und Countdown Finale

- 20.00 Darts-Europameisterschaft IVE Halbfinale und Finale Aus Salzburg **Ende September stand** der amtierende Weltmeister Gerwyn Price auch auf Platz 1 der Weltrangliste und geht schon allein deshalb als Mitfavorit ins Turnier. Beim World Matchplay im Juli
- schied er im Viertelfinale gegen Dimitri Van den Bergh aus. 0.00 Rallye: FIA-Weltmeisterschaft
- 11. Station, Spanien: Katalonien-Rallve 1.00 Sport-Clips und

**Teleshopping-Nacht** 

## NZ/USA/D/TWN 2017 (bis 5.15)

ARTE 7.40 Ladakh – Es war einmal ein Mädchen **8.35** Junior Magazin **8.50** 42 – Die Antwort auf fast alles 9.40 Der Chef Thriller, F/I 1972 **11.15** Kanada – Literatur im Aufbruch (1/4) 11.45 Vox Pop 12.15 Wildes Indochina 14.30 Mord im Dom - Die Medici 15.25 Mord im Tower - Die verschwundenen Prinzen 16.15 Kunst und Kalkül -Der ganze Nolde 17.15 Twist · Überleben: Die Kunst weiterzumachen 17.45 Jacques Brel à Knokke-Le-Zoute – 1963 **18.25** Garten Eden 18.55 Karambolage 19.10

20.15 Der seidene Faden Drama, USA/GB 2017 · Mit Daniel Day-Lewis, Lesley Man-

ville, Vicky Krieps u.a. · Regie:

Journal 19.30 Marokkos Amazonen

Paul Thomas Anderson *NEU* 22.20 Daniel Day-Lewis -Der Weg zum weltbesten Schauspieler Doku, F 2020 23.10 Leidenschaft und Pflicht und Liebe: Die drei Leben der

Clara Schumann Porträt

0.10 Georg Friedrich Händel im Pariser Théâtre du Châtelet Oper, F 2020 1.20 1989, Platz des Himmlischen Friedens (1+2/2) Doku, USA/F 2019 · Volk versus

Partei / Partei versus Volk

3.20 Land der Millionen Elefanten

#### **EUROSPORT**

Northern Ireland Open · Finale

im Wechsel

7.00 Tokio-Marathon 7.45 LIVE Paris-Marathon · 44. Ausgabe des Paris-Marathon Mit regelmäßig mehr als 50 000 Teilnehmern ist der Paris-Lauf größer als der in London und Berlin. 10.30 LIVE Amsterdam-Marathon · Den Streckenrekord hält der Kenianer Lawrence Cherono mit 2:04:06 Stunden, aufgestellt im Jahr 2018. **11.30** Snooker: Northern Ireland Open Halbfinale **13.45 LIVE** Snooker: Northern Ireland Open · Finale 17.00 LIVE Judo: Grand Slam · Aus Paris (F) 19.35 Snooker:

20.00 Snooker: Northern Ireland **Open** Finale · Aus Belfast Als Turniersieger in der neuen Snookersaison empfahl sich zunächst der Engländer David Gilbert, der Mitte August die Champions League für sich entschied. Im Finale

besiegte er den Nordiren

40-Jährigen war es der erste

Mark Allen 3:1. Für den

Sieg in einem Ranking-Turnier. 23.00 Paris-Marathon 23.55 The Minute

Der schnelle Blick auf die aktuellen Sport-Highlights. 0.00 Radsport:

Paris-Roubaix

Eintagesklassiker der Herren

**RTL** 

#### DAS ERSTE



### Der Liebhaber meiner Frau

Georg (C. Kohlund) will seine Frau Christine (Suzanne von Borsody) zurückerobern. Sie hat das Interesse eines anderen Mannes geweckt.

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-Buffet 13.00 Mittagsmagazin 14.00 Tagesschau 14.10 Rote Rosen Telenovela

15.00 Tagesschau 15.10 Sturm der Liebe 16.00 Tagesschau

16.10 Verrückt nach Meer Maskerade auf Martinique 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant

18.00 Wer weiß denn sowas? Quizshow, D 2021 · Gäste: Ute Freudenberg, Olaf Berger 18.50 Großstadtrevier 🗷

Der Preis eines Kindes (2019) 19.45 Wissen vor acht – Zukunft 🗷 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau

20.15 Der Liebhaber meiner Frau 🗷 TV-Komödie, D 2019 Mit Walter Sittler, Alice Dwyer

Regie: Dirk Kummer 21.45 Exclusiv im Ersten Reportage, D 2021 · Streit um Tesla Was bringt die Gigafactory? 22.15 Tagesthemen

Reportagereihe, D 2021 Jugend für'n Arsch 23.35 Moskau 1941 – Stimmen am Abgrund Dok.-Film, D 2021 Regie: Artem Demenok

22.50 Rabiat Neue Folgen der

1.05 Tagesschau 1.15 Tatort 

☐ Unsichtbar · TV-Krimi, D 2021 · Mit Karin Hanczewski Cornelia Gröschel (Wh. v. gest.)

2.50 Moskau 1941 -Stimmen am Abgrund Dokumentarfilm, D 2021 (v. 23.35)

4.20 Brisant Boulevardmagazin 4.45 Rabiat Reportagereihe, D 2021 Jugend für'n Arsch

# **ZDF**

## 20.15 TV-KRIM

**Nord Nord Mord** Vor Jahren wurde Sievers (Peter H. Brix, r.) von einer Frau gestalkt. Nun steht sie unter Mordverdacht. Die

Tatwaffe ist eine Engelsstatue.

5.00 ZDF.reportage Alles retour 5.30 ZDF-Morgenmagazin 9.05 Volle Kanne - Service täglich

10.30 Notruf Hafenkante ≥ Krimiserie, D 2015 · Elbnixe 11.15 SOKO Wismar Krimiserie,

D 2012 · Volles Risiko 12.00 heute 12.10 drehscheibe

13.00 Mittagsmagazin 14.00 heute - in Deutschland 14.15 Die Küchenschlacht Johann Lafer sucht den Spitzenkoch 15.05 Bares für Rares

16.00 heute – in Europa Krimiserie, D 2011

Hochzeit mit Hindernissen 17.00 heute 17.10 hallo deutschland

17.45 Leute heute 18.00 SOKO Potsdam & Krimiserie, D 2021 · Feierabend

19.00 heute 19.25 WISO Magazin

20.15 Nord Nord Mord - Sievers und der schwarze Engel 2 TV-Krimi, D 2021, Mit Julia Brendler, Oliver Wnuk u.a. Regie: Berno Kürten *NEU* 

21.45 heute-journal 22.15 21 Bridges - Jagd durch Manhattan OO Actionthriller, USA/CHN 2019 · Mit Chadwick Boseman, Sienna Miller u.a. Regie: Brian Kirk NEU

23.45 heute journal update 0.00 Systemsprenger 

Drama, D 2019 · Mit Helena Zengel u.a.

Regie: Nora Fingscheidt 1.55 Anne Holt: Der Mörder in uns (2/4) TV-Krimi, S/DK/N/D/ISL/B/ GB 2018 · Mit Esmeralda Struwe · Regie: Håkan Lindhé

**3.25 SOKO Leipzig** (1/12) **፷** Krimiserie, D 2001 · Wh. der . St. · Flucht nach Fahrplan 4.10 planet e. Dokureihe · Gegen Gift – Apfelstreit in Südtirol

#### SAT. 1

20.15 REPORTAGEREIHI

Die Herzblut-Aufgabe

dernd der Pflegeberuf ist.

Prominente wie Patrick Lindner ma-

chen sich im Krankenhaus nützlich

und erfahren, wie extrem herausfor-

Magazin 10.00 Klinik am Südring - Die Fa-

**12.00** Klinik am Südring **13.00** Auf Streife – Berlin **14.00** Auf Streife **15.00** Auf Streife –

**17.00** Lenßen übernimmt **17.30** K11 – Die

neuen Fälle · Doku-Soap 18.00 Buchstaben

Ruth Moschner 19.55 Sat.1 Nachrichten

Promis in der Pflege Neue

Carpendale, Faisal Kawusi,

Klinikalltag hautnah

0.35 Lebensretter hautnah –

(D 2020) Unser Revier!

Polizisten in Stadt und Land

Wenn jede Sekunde zählt

Reportagereihe, D 2021

2.20 Auf Streife - Die Spezialisten

Doku-Soap, D 2015-2021

3.50 Auf Streife Doku-Soap (-5.30)

TV-Liebesfilm. D 2008 16.00 lm Wechsel:

ren - Hagenbecks Tierpark 21.30 hessen-

Geheimnis unserer Liebe (Wh. v. 14.30)

Für die Leser der

23.25 Focus TV - Reportage

Lilly Becker, Jorge González

Reportagereihe, D 2021 · Mit-

20.15 Die Herzblut-Aufgabe -

22.30 SAT.1 Reportage

HR



RTL Spezial

Ein Feuer kann schnell entstehen und sich in Windeseile ausbreiten. Feuerwehrleute aus Weeze führen vor, wie sie es bekämpfen

5.15 Anwälte der Toten – Rechtsmediziner decken auf

6.00 Guten Morgen Deutschland 8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten 9.00 Unter uns Daily Soap, D 2021 9.30 Alles was zählt

10.00 Undercover Boss Doku-Soap, D 2013 · ISOTEC Gebäudesanierung GmbH / Mr. Minit 12.00 Punkt 12 Magazin, D 2021

15.00 wunderbar anders wohnen Neue Doku-Soap, D 2021 15.45 Wir lieben Camping -

Unser Urlaub, unser Platz Neue Dokureihe, D 2021 16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories

17.30 Unter uns Daily Soap, D 2021 18.00 Explosiv - Das Magazin 18.30 Exclusiv - Das Star-Magazin 18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt

Daily Soap, D 2021 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2021

20.15 RTL Spezial: Das große Live Experiment – Rettung aus der Feuerhölle Reportage 22.15 RTL Direkt

22.35 Spiegel TV Magazin, D 2021 0.00 RTL Nachtjournal 0.30 Justice - Die Justizreportage (D 2021) · Der ungesühnte Mord – Ein Kriminalfall schreibt Justizgeschichte Mit Julia Scherf (Richterin) 1.15 Ohne Filter - So sieht mein

D 2021 · Weltenbummler – Freiheit auf vier Rädern 1.45 CSI: NY Krimiserie, USA 2010 · Die Geister, die ich rief / Mantel des

Leben aus! Reportagereihe,

Schweigens / Tod im Schaufenster / Die Geister, die ich rief 4.55 Anwälte der Toten -Rechtsmediziner decken auf Dokureihe, D 1999

#### PRO 7



**Der Weinstein-Skandal** 

Der Produzent Harvey Weinstein sitzt wegen sexuellen Missbrauchs in Haft. Ist er nur die Spitze des Eisbergs in Hollywoods Filmindustrie?

5.30 LIVE Sat.1-Frühstücksfernsehen **5.20** Superstore (1/21) · Wh. der 2. St. **5.40** Two and a Half Men 6.55 Mom · Finale der milienhelfer · 4 Folgen der Doku-Soap 5. Staffel **8.10** The Last Man on Earth (1/13) Wh. der 1. Staffel 8.40 Man with a Plan 9.35 Brooklyn Nine-Nine 10.25 Scrubs -Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring Die Anfänger 12.20 Last Man Standing 13.15 Two and a Half Men 14.35 The Middle 15.35 The Big Bang Theory · U.a.: Män-Battle · Show, D 2021 · Gäste: Simon nertausch / Der Schlampen-Reflex 17.00 Pearce, Marlene Lufen, Esther Schweins, LIVE taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simp-Rainh Caspers. Martin Klempnow, Bastian sons · Marge gegen Singles, Senioren, kin-Bielendorfer, Kim Fisher, Ilka Bessin · Mod.: derlose Paare, Teenager und Schwule / Häuptling Knockahomer 19.05 LIVE Galileo

> 20.15 Zervakis & Opdenhövel. Live. (6/15) Magazin · Mod.: Linda Žervakis. Matthias Opdenhövel

wirkende: Jenny Elvers, Wayne 22.15 Der Weinstein-Skandal: Hollywood bricht sein Schweigen Dok.-Film, USA 2018 · Regie: Barry Avrich NEU (D 2021) Mit Herz & Hoffnung - 23.20 10 Fakten Dokureihe, D 2018 Extreme Jobs

> 0.20 The Voice of Germany (3/18) Castingshow, D 2021 Blind Audition (3/10) 2.25 The Voice: Comeback Stage

by SEAT Show, D 2021 2.40 Mom Sitcom, USA 2018 **3.05** The Last Man on Earth (1/13) Comedyserie, USA 2015 · Wh.

der 1. St. · Lebendig in Tucson

#### **SWR**

für Schafe – mit Kangals gegen Wölfe 10.40 8.45 In aller Freundschaft 9.30 Der verges-Gefragt – Gejagt 13.00 In aller Freundschaft Wildes Österreich – Die Kraft des Wassers Quizduell 14.00 Aktuell 14.10 Eisenbahnhallo hessen / hessenschau 18.00 Main- Romantik Das Mansfelder Land / Antwertower **18.25** Brisant **18.45** Die Ratgeber pen **15.10** Morden im Norden · Herzweh (1/2) Von Pottwalen und Wüstenfüchsen Aktuell **20.00** Tagesschau **20.15** Doc Fi-21.00 Wie geht das? · Einen Zoo organisie- scher · Krampfadern 21.00 SOS Großstadtschau 21.45 Tatort Neuland · TV-Kri- die Wahrheit" 2021 (3/8) 22.30 Meister des mi, D 2009 · Mit Jörg Schüttauf u.a. **23.10** Alltags **23.00** Gefragt – Gejagt **23.45** Stadt Südwesten? 3.30 Stadt – Land – Quiz

#### VOX



Die Höhle der Löwen

Für das Nahrungsergänzungsmittel Scooper, das für einen Energieschub sorgen soll, sind unglaubliche 50 Prozent Anteile zu haben.

5.00 CSI: NY 7.20 CSI: Den Tätern auf der Spur (1+2/23) · Wh. der 1. Staffel 9.10 CSI: Miami 12.00 Shopping Queen 13.00 Zwischen Tüll und Tränen **14.00** Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Anna vs. Dijana 15.00 Shopping Queen · Motto in Nürnberg: Blickfang Beine! Zeige wie aufregend Du deine neuen Strümpfe in Szene setzt!, Tag 1: Jessica 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei **19.00** Das perfekte Dinner · Doku-Soap, D 2021 · Tag 1: Simone, Ingolstadt-Hauptspeise: Steinbeißer & Garten

20.15 Die Höhle der Löwen (7/8) Show, D 2021 · "Scooper" / "Soapflaker" · Mit Nils Glagau. Ralf Dümmel, Judith Williams, Dr. Georg Kofler, Dagmar Wöhrl, Nico Rosberg, Carsten Maschmeyer · Mod.: Amiaz Habtu 22.50 Goodbye Deutschland!

Die Auswanderer Doku-Soap, D 2018 · Abenteuer Afrika / Ute Liesenberg und Kwesi, Gambia 23.50 vox nachrichten

0.10 Medical Detectives US-Dokureihe · Schuld und Sühne / Überführt / Last der Beweise / Falsche Freunde / Niedere Beweggründe / Bis dass der Tod uns scheidet (bis 5.00)

#### **WDR**

9.25 Die Gesundmacher 10.10 Bodyguards 6.00 Morningshow 8.00 Die jungen Ärzte 7.40 III Die Mädels vom Immenhof 8.30 Tele-Gym 8.45 Aktiv und gesund 9.15 Ostwärts (1/2) 11.25 Giraffe & Co. 12.15 sene Tempel von Banteay Chhmar 10.15 9.05 Wissen macht Ah! 9.30 neuneinhalb für dich mittendrin 9.40 Aktuelle Stunde schaft 11.45 Julia 12.35 Nashorn & Co 13.45 Der Winzerkönig 14.30 [11.00 Planet Wissen 12.00 Nashorn, 10.25 Westpol 10.55 Planet Wissen 11.55 13.25 Elefant & Co. 14.15 Aktiv und gesund Danella – Das Geheimnis unserer Liebe Zebra & Co. 12.45 Meister des Alltags 13.15 Leopard, Seebär & Co. 12.45 aktuell 13.05 14.45 Gefragt – Gejagt 15.30 Schnittgut Giraffe & Co. 14.00 Und es schmeckt doch!? (1/6) 14.30 In aller Freundschaft 16.00 aktuell 16.15 Hier und heute 18.00 18.30 BR24 Rundschau 19.00 Unkraut 19.15 alle wetter 19.30 hessenschau 20.00 16.05 Kaffee oder Tee 18.00 Aktuell 18.15 aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 19.30 Dahoam is Dahoam 20.00 Tages-Tagesschau 20.15 Unbekanntes Mittelmeer Mensch, Leute! 18.45 Landesschau 19.30 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Lecker an Bord (3/6) · Ku- Neue Folgen der Reportagereihe. D 2021 klinik (4/9) 21.45 Aktuell 22.00 Best of "Sag 21.00 Hunde verstehen! Mary & Spike 21.00 Siebenmal jüdisches Leben in Bay-21.45 aktuell 22.15 Unterwegs im Westen Süßes Gift – Hilft uns nur die Zuckersteuer? heimspiel! 23.55 Lena Liebkind live – RUS- – Land – Quiz 0.30 New Pop 2021 22.45 Ladies Night Classics · Gäste: Frieda SEN TOURETTE – untherapierbar lustig Konzert, D 2021 · Celeste / Griff **2.00** Quiz- Braun, Tina Teubner, Gayle Tufts, Georgette Show. D '17 0.40 Itta Danella - Das duell 2.45 Die Quiz-Helden - Wer kennt den Dee 23.30 Gefragt - Gejagt 0.15 Gefragt -Geiagt 1.00 Ladies Night Classics

#### KABEL 1



X-Men Origins: Wolverine

Die Mutanten-Brüder Logan und Victor entwickeln sich zu unerbittlichen Rivalen: zu Wolverine (Hugh Jackman) und Sabretooth.

5.45 Abenteuer Leben Spezial 7.35 Navy CIS: L.A. 8.30 Navy CIS: New Orleans 10.20 Blue Bloods 12.05 Castle · Der Zweck heiligt die Mittel 13.00 The Mentalist  $\cdot$  Der einzige Mandant 13.55 Hawaii Five-0 · Kleine Beute 14.55 Navy CIS: L.A. · Zwei Arten Schuld 15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. Wenn die Lichter ausgehen 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt · Reportagereihe, D 2021 · "Fleckenstein's Meat Food Deli Wine", Düsseldorf 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum · Doku-Soap

20.15 X-Men Origins: Wolverine Actionfilm, USA/GB 2009 · Mit Ryan Reynolds, Liev Schreiber Regie: Gavin Hood

22.30 Resident Evil: Apocalypse Horrorfilm, GB/D/F/CDN/USA 2004 · Mit Milla Jovovich, Sienna Guillory, Oded Fehr u.a. Regie: Alexander Witt

0.20 Mercenary Actionfilm, USA/ARU/SA 2006 · Mit Steven Seagal, Jacqueline Lord u.a. Regie: Don E. Fauntleroy

2.15 Resident Evil: Apocalypse Horrorfilm, GB/D/F/CDN/USA

2004 (Wh. von 22.30) 3.50 Navy CIS: New Orleans Krimiserie, USA 2014

Heimatfilm, D 1955 · Mit Heidi Brühl u.a. Der Geist Europas 10.00 Eisenbahn-Romantik 10.30 Brisant 11.00 In aller Freund-16.00 BR24 Rundschau 16.15 Wir in Bayern 17.30 Regional 18.00 Abendschau schau 20.15 Stofferl Wells Bayern (1/3) linarische Schätze rund um Leverkusen Strawanzen im Berchtesgadener Land ern · Doku, D 2021 21.45 BR24 Rundschau 22.00 Lebenslinien · Mein Straubing nimmt mir keiner 22.45 Mord mit Aussicht 23.35 SchleichFernsehen · Mit Sebastian Daller. Stimmungsbüro Kreitmeier 0.20 Ringlstetter 1.05 Koscher kochen mit Ali und Adnan

## ReisenAKTUELL.COM



#### **CAREA Harz Hotel Allrode**

#### Für Sie inklusive:

- → 3/5/7 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet √ 2/4/6 x Mittagssnack (Suppe/Salatbar)
- √ 3/5/7 x Kaffee und Kuchen (15–16 Uhr)
- → Täglich alkoholfreie Getränke, Bier vom Fass,
- Hauswein, Kaffee und Tee (10:00-20:30 Uhr) Nutzung des Familienschwimmbads\*
- ✓ Nutzung der Wellness-Oase\*
- ✓ Nutzung der Sauna\* ✓ Nutzung der Minigolfanlage
- ✓ WLAN ✓ Hotelparkplatz (nach Verfügbarkeit) Die Verpflegung beginnt mit Kaffee und Kuchen \*Öffnungszeiten lt. Hotelaushang

Ihr Hotel besteht aus mehreren Gebäuden (durch einen Gang miteinander verbunden) mit einer Bar. und Aufzug, Kegelbahnen, Beachvolleyball, Tennis sowie Wellness-Oase mit Hallen- und Bewegungs-

# Reise-Code: allr 4 Tage inkl. All Inclusive Im Höhenluftkurort Allrode erwartet Sie das Hotel.

Die Rappbodetalsperre ist ca. 14 km entfernt

Restaurant, Café, Gasthaus, Biergarten, Lobby bad, Saunen, Liegewiese, Bistro, Bar u.v.m.

Ihr Zimmer verfügt über Bad oder Dusche/WC, TV und Telefon, DZ Haus 1 (Haus Brocken) bieten Platz für 2 Erwachsene: DZ Haus 2 (Haus Thale) sind größer (max. 2 Erw. und 1 Kind bzw. 3 Erw.). Die DZ Superior (SUP) sind noch geräumiger (max. 2 Erwachsene und 2 Kinder bzw. 4 Erw.)

#### Eigene Anreise TERMINE & PREISE in €/P. im DZ Haus 1/SUP täglich Saison DZ SUP DZ SUP DZ SUP Unterbr. 129 179 209 299 299 409 30.10. - 17.12.21\* 18.10. - 29.10.21 149 199 249 329 339 459

Zuschläge: EZ: 10 €/Nacht. DZ Haus 2: 10 € pro Person/Nacht Ermäßigungen: 1-2 Kinder 0-6,9 Jahre FREI, 7-12,9 J. 50 % Im Doppelzimmer Haus 2 mit Zustellbett (1 Kind) bzw. im Doppelzimmer Superior mit zwei Zustellbetten (2 Kinder) bei zwei Vollz. Hunde (max. 1): ca. 10 €/Nacht (auf Anfrage; nicht im Restaurant) **Kurtaxe:** ca. 2-3 € p. P./T., Kinder 6-17.9 J.: 1-1.50 € (saisonal)

# **Ausflugspaket** zubuchbar **Bayerischer Wald**

#### Predigtstuhl Resort in St. Englmar Für Sie inklusive:

√ 3/5/7 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet

✓ 2/4/6 x Mittagssnack ✓ 1 x Eintritt Family World ✓ 2/4/6 x Kaffee/Tee und Gebäck (15–16 Uhr)

√ 3/5/7 x Abendessen als Buffet √ Tägl. ausgéw. alkoholfr. Getränke (10-20 Uhr), Hauswein und Fassbier (18-20 Uhr) ✓ Nutzung der Badeland-

schaft v WLAN v Hotelparkplatz (n. V.) v u. v. m. Zusätzl. bei den Ausflugspaketen (Regensburg): → 1 x original Strudelfahrt (ca. 50 Minuten) oder 1 x Stadtführung (ca. 90 Min.) ✓ 1 x Mittagessen als Tellergericht im Weißbräuhaus (11-16 Uhr) Die Verpflegung beginnt am Anreisetag mit dem Abendessen

Willkommen in der Urlaubsregion St. Englmar! Ihr Resort besteht aus mehreren Gebäuden und

bietet Restaurants, Bar, Terrasse, Aufzug, Fitness-

center, Minigolf, Hallenbad, Sauna, Außenpool

(saisonal), Kindererlebniswelt Family World u.v.m. Ihr Studio verfügt über Dusche/WC, TV, Telefon, Sitzecke, Küchenzeile (ohne Geschirr) und Balkon oder Terrasse. Familienstudios (1-Raum; FAM) sind bei gleicher Ausstattung größer (mind./max. 4 Pers.; mit einem Zustell- oder Etagenbett, Schlafcouch). Die 2-Raum-Appartements (APP) sind geräumiger und bieten zwei abgetrennte Schlafräume (nur über eine Treppe erreichbar).

Reise-Code: pren

**TERMINE & PREISE** in €/P. im Studio/FAM **Anreise** Saison \*letzte Abreise Nächte 07.11.-18.11.21, 09.01.-27.01.22, 159 99 199 06.11. - 19.11.22\* 20.10.-06.11.21, 07.01.-08.01.22, 05.03.-07.04.22, 24.04.-24.05.22, 179 249 11.09. - 05.11.22 28.01.-04.03.22, 08.04.-23.04.22, 25.05.-15.07.22, 21.08.-10.09.22 159 229 299

4 Tage inkl. All Inclusive

2-Raum-Appartement: auf Anfrage buchbar Ausflugspakete: ab 22 €/Vollzahler (Kinder auf Anfrage) Ermäßigungen: 1-2 Kinder 0-11,9 Jahre FREI, 12-14,9 J. 50 %, 3.-4. Person ab 15 Jahren 20 %. Im Studio mit Zustellbett (3 Pers.) bzw. im Familienstudio/2-Raum-APP (4 Pers.) bei 2 Vollzahlern. **Hunde:** ca. 6 €/Tag (mit Voranmeldung; nicht im Restaurant) Kurtaxe: ca. 1,60 € pro Person/Tag, Kinder 6-15,9 Jahre: 1,20 €

Zuschläge: Einzelzimmer 2021: 25 €/Nacht, 2022: 30 €/Nacht

199 279

#### tvtv Film-Tipp



# Unterwegs

Mit ihrem ungewöhnlichen Roadmovie "Nomadland" zeigt Chloé Zhao das Leben von Menschen auf der Straße. Immer unterwegs, nirgends daheim

Heimatstadt und dem Tod ihres Mannes hält Fern (Frances McDormand) nichts mehr zu Hause. Ihr Van ist jetzt ihr Heim. In ihm ist alles, was sie besitzt. Eine Toilette gehört nicht dazu. Doch Fern ordnet das beschwichtigend ein: Sie sei "houseless", nicht "homeless". Sie sei nicht obdachlos, sie besitzt nur kein Haus. Für ihre Familie und Freunde ist das schwer zu verstehen. Aber Fern reist, um zu überleben. Die stoische Eigenbrötlerin ist auf der Suche. Nach Arbeit, nach einem Stellplatz, nach einem Sinn. Das "normale" Leben ist ihr fremd geworden. Sie hält es nicht aus. Schon nach kurzer Zeit muss sie weiterreisen. Kameramann Joshua James Richards fing diese Rastlosigkeit in ruhigen,

beeindruckenden Landschaftsaufnahmen des mittleren Westens ein. Der Film erzählt seine Geschichte

2011. Nevada. Nach dem wirt- fast ausschließlich in Momentaufschaftlichen Zusammenbruch ihrer nahmen. Fern und die modernen Nomaden haben sich für die Freiheit entschieden. Und lernen, dass man auch trotz bescheidener Umstände glücklich sein kann.

#### Eine Erfolgsgeschichte

Auf dem Regiestuhl saß Chloé Zhao ("The Rider"). Sie gewann mit "Nomadland" 2021 den Oscar für den "Besten Film" und die "Beste Regie". Zuletzt inszenierte sie den Marvelfilm "Eternals", der am 4. November in den deutschen Kinos startet. Die 39-iährige Chinesin wandelt mit "Nomadland" erfolgreich auf einem schmalen Grat. Es gelingt ihr, einen ausschließlich liebevollen Blick auf eine andere Welt zu werfen. Vor der Kamera brilliert Frances McDormand, die dafür den Oscar als beste Hauptdarstellerin bekam. Sie ist eine von nur zwei echten Schauspielern im Film. Auch ein Grund, weshalb sich das auf einem Sachbuch basierende Drama sehr dokumentarisch anfühlt. "Nomadland" ist am 30. September auf DVD, Blu-ray und als Download erschienen.

## NDR

6.50 Björn Freitag kocht grenzenlos köstlich (2/3) 7.20 Rote Rosen 8.10 Sturm der Liebe 9.00 Nordmagazin 9.30 Hamburg Journal **10.00** Schleswig-Holstein Magazin **10.30** buten un binnen **11.00** Hallo Niedersachsen 11.35 Einfach genial 12.00 X:enius 12.25 In aller Freundschaft 13.10 Die Krankenschwestern 14.00 Info 14.15 Gefragt – Gejagt **15.00** die nordstory **16.00** Info **16.10** Mein Nachmittag **17.00** Info **17.10** Leopard & Co. **18.00** Regional **18.15** Die Nordreportage · "Wau!" – sagte das Schaf: Herdenschutzhund in großer Familie 18.45 DAS! 19.30 Regional 20.00 Tages schau 20.15 Markt · Gummistiefel 21.00 Die Ernährungs-Docs · Diabetes Typ 2 / Divertikulitis / Rheuma und Arthrose 21.45 NDR Info 22.00 45 Min · Politik des Bauernverbandes 22.45 Kulturiournal 23.15 FILM Eye in the Sky - In letzter Sekunde Thriller, GB/CDN 2015 · Mit Helen Mirren u.a. 0.45 Die Ernährungs-Docs 1.30 Markt

#### **MDR**

den Westen

**Amerikas** 

6.10 Unterwegs in Thüringen 6.40 Omu Sehen statt Hören 7.10 Rote Rosen 8.00 Sturm der Liebe 8.50 In aller Freundschaft · Abgerechnet wird am Schluss 9.40 Quizduell -Der Olymp **10.30** Elefant, Tiger & Co. **11.00** MDR um elf **11.45** In aller Freundschaft Irritationen 12.30 ELL Der Winzerkrieg TV-Familienfilm, D/A 2011 · Mit Uschi Glas 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 Regional 19.30 aktuell 19.50 Zeigt uns eure Welt (1/4) Neue Dokureihe. D 2021 **20.15** ELLI Tatort Krumme Hunde · TV-Krimi, D 2008 Mit Axel Prahl, Jan Josef Liefers u.a. 21.45 aktuell 22.10 Fakt ist! 23.10 FILM Zorn -Kalter Rauch TV-Krimi, D 2017 · Mit Stephan Luca u.a. 0.40 FIIM Goethes Faust Drama, D 2019 · Mit Bernardo Arias Porras NEU 2.25 Fakt ist! 3.25 Heute im Osten 3.40 Unsere Wälder - Nonstop 4.00 Sachsen-Spiegel 4.30 Sachsen-Anhalt Heute

#### **RBB**

6.00 LIVE Guten Morgen Berlin 8.00 Aktuell 8.30 Abendschau 9.00 In aller Freundschaft · Ich wünschte, du wärst hier 9.45 Die jungen Ärzte · Abwege / Herzenssache **11.20** Rentnercops · Langfristig untragbar **12.10** Gefragt – Gejagt **13.00** rbb24 **13.10** Giraffe & Co. 13.40 Rentnercops · Aliens 14.30 Ein Baby zum Verlieben TV-Liebeskomödie, D 2004 · Mit Anica Dobra u.a. 16.00 rbb24 16.10 Die jungen Ärzte Wen wir lieben 17.05 Gefragt - Gejagt Quizshow, D 2020 · Mod.: Alexander Bommes 17.53 Sandmännchen 18.00 Um sechs 18.27 zibb 19.30 Abendschau 20.00 Tagesschau 20.15 Super. Markt 21.00 Ausgerechnet · Alpen 21.45 rbb24 22.15 Tatort Im Visier · TV-Krimi, D 2003 · Mit Miroslav Nemec u.a. 23.45 FILM Polizeiruf **110** Am Abgrund · TV-Krimi, DDR 1979 · Mit Sigrid Göhler **0.50** Mord mit Aussicht **2.30** WaPo Bodensee **3.20** Täter – Opfer – Polizei 3.45 zibb 4.45 Berliner Nächte – Herbst

Details vol dei büching auf weiw. Peiselenacuteri.com in nite deachteil sie, dass es aufgrüht die aktweien voll Situation zu Einschränkungen der Inklusivileistungen kommen kann. Die angegebene Hotel-/Schiffskategor entspricht einer Einschätzung der Reisen Aktuell GmbH. Nutzung der Hotel-/Zimmer-/Schiffseinrichtigs en gegen Gebühr (ausgenommen Inklusivileistungen). Für Personen mit eingeschränkter Mobilität sind diese Reisen im Allgemeinen nicht geeignet. Anderungen von Leistungen durch Dritte, Varfügbarkeit, Irrtümer und Satzfeller vorbehalten. Mit Einatl der Reisebestätigung und des Sicherungsscheines wird eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu tätigen.

Beratung & Buchung 0261-2935 1988 .–Fr. 8–19 Uhr sowie Sa., So. und Feiertage 10–19 Uhr <mark>www.reisenaktuell.com</mark> Veranstalter: Reisen Aktuell GmbH, In den Weniken 1, 56070 Koblenz

16.07. - 20.08.22

SAT. 1

#### DAS ERSTE



#### 20.15 ANWALTSSERIE

#### Die Kanzlei

Hat der Dönerladenbesitzer Galip Ülküm (B. Calbiyik) seinen ehemaligen Mitarbeiter ermordet? An seinem Hemd klebte dessen Blut.

- 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-Buffet 13.00 Mittagsmagazin
- 14.00 Tagesschau 14.10 Rote Rosen Telenovela
- 15.00 Tagesschau
- 15.10 Sturm der Liebe Telenovela 16.00 Tagesschau
- 16.10 Verrückt nach Meer Der Medizinmann von St. Vincent
- 17.00 Tagesschau
- 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? Quizshow, D 2021
- Gäste: Felix von der Laden, Izzi 18.50 WaPo Bodensee 

  Krimiserie, D 2021 · Holde Isolde
- 19.45 Wissen vor acht Natur 🗷 19.55 Börse vor acht
- 20.00 Tagesschau

#### 20.15 Die Kanzlei (13/13) 🗷 Anwaltsserie, D 2018 · Ohne Spuren · Finale der 3. Staffel 21.00 In aller Freundschaft 🗷

- Krankenhausserie, D 2021 Offene Rechnung · Juliane Kling verletzt sich vor der Sachsenklinik am Kopf. Philipp Brentano versorgt ihre Wunde und macht eine Entdeckung.
- 21.45 FAKT Magazin, D 2021 Mod.: Felix Seibert-Daiker 22.15 Tagesthemen
- 22.50 Club 1 Neue Folgen der Talkshow, D 2021 Mod.: Hannes Ringlstetter 0.20 Nachtmagazin
- **0.40 Die Kanzlei Ø** (Wh. von 20.15) 1.25 In aller Freundschaft 

  Kran-
- kenhausserie (Wh. von 21.00) 2.15 Club 1 Talkshow (Wh. v. 22.50)
- 3.45 Mythos Nil (2/2) 🗷
- 4.30 Brisant Boulevardmagazin

#### **ZDF RTL**



#### Wir Wunderkinder

BAP-Sänger Wolfgang Niedecken entdeckte früh sein Talent als Musiker. In den 60ern trieb ihn die Furcht vor einem Atomkrieg um.

- 5.30 ZDF-Morgenmagazin 9.05 Volle Kanne – Service täglich
- 10.30 Notruf Hafenkante ≥ 11.15 SOKO Wismar Krimiserie
- 12.00 heute 12.10 drehscheibe
- 13.00 Mittagsmagazin 14.00 heute - in Deutschland 14.15 Die Küchenschlacht Show
- 15.05 Bares für Rares 16.00 heute - in Europa
- 17.00 heute
- 17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute
- 18.00 SOKO Köln 

  Krimiserie 19.00 heute
- Krimiserie, D 2021 Ein anonymer Anruf
- Deutschlands für Sie im exklusiven rtv-Sparangebo Mehr Informationen finden Sie bei der Streaming- & Mediatheken-Tipps
- 20.15 Wir Wunderkinder (2/2) Doku, D 2021
- Zeit des Wandels 21.00 frontal Magazin, D 2021 Moderation: Ilka Brecht
- 21.45 heute-journal Doku, D 2021 · Mit Handicap erfolgreich im Beruf
- 22.45 Markus Lanz Talkshow 0.00 heute journal update 0.15 21 Bridges – Jagd durch
- Manhattan OO Actionthriller, USA/CHN 2019 · Mit Chadwick Boseman, Sienna Miller u.a. Regie: Brian Kirk (Wh. v. gest.)
- **1.45** Inspector Banks (1/3) Jeder Tropfen meines Blutes TV-Krimi, GB 2016 · Mit Stephen Tompkinson u.a. · Regie:
- Robert Quinn (2. Teil: Di., 26.10.) 3.15 The Mallorca Files ≥ Krimiserie, GB/F/D/E 2019 Mord an einem Junggesellen

#### 20.15 SHOW

Das Sommerhaus der Stars Roland Heitz kennt man als Dr. Schweighardt aus der "Schwarzwaldklinik". Janina Korn versuchte 2014 ihr Glück beim "Supertalent".

- 5.15 Anwälte der Toten -Rechtsmediziner decken auf 6.00 Guten Morgen Deutschland
- 8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2021 9.00 Unter uns Daily Soap, D 2021
- 9.30 Alles was zählt Daily Soap 10.00 Der Nächste, bitte! 11.00 Wir lieben Camping -
- Unser Urlaub, unser Platz Dokureihe, D 2021 12.00 Punkt 12 Magazin, D 2021
- 15.00 wunderbar anders wohnen 15.45 Wir lieben Camping -Unser Urlaub, unser Platz 16.45 RTL Aktuell
- 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns Daily Soap, D 2021 18.00 Explosiv - Das Magazin
- 18.30 Exclusiv Das Star-Magazin 18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt
- Daily Soap, D 2021 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2021
- 20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare (7/12)
- Show, D 2021 22.15 RTL Direkt 22.35 Das Sommerhaus der Stars -
- Kampf der Promipaare (7/12) Show, D 2021 · Hier brodeln die Gefühle hoch. Welches der acht Dreamteams behält die Nerven und meistert die Spiele am besten?
- 23.00 Take Me Out (3/6) Datingshow, D 2021 · Mod.: Jan Köppen
- 0.10 RTL Nachtjournal 0.40 CSI: Miami Krimiserie, USA 2004
- Der letzte Zeuge / Verstärkung 2.25 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie, USA/CDN 2006 · Ein Ende wie der Anfang / Lebende Legende / Dumm gelaufen
- 4.50 Anwälte der Toten -Rechtsmediziner decken auf

10.000 € EINMALIG

Ohne Wenn und Aber: Direkt ganze

10.000 € von uns für Sie

#### PRO 7



#### Darüber staunt die Welt

In Stuttgart werden Michael und David von einem verzweifelten Mann kontaktiert. Seine Frau liegt zuckend am Boden. Ein Gehirnschlag?

5.30 LIVE Sat.1-Frühstücksfernsehen Magazin · Mod.: Annika Lau, Daniel Boschmann 10.00 Klinik am Südring – Die Familienhelfer · 4 Folgen der Doku-Soap 12.00 Klinik am Südring **13.00** Auf Streife – Berlin 14.00 Auf Streife 15.00 Auf Streife - Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 – Die neuen 2021 · Gäste: Nicole Jäger, Sonya Kraus, Ali rich, Marco Schreyl, Natascha Ochsenknecht, Detlef Steves 19.55 Nachrichten

20.15 REPORTAGEREIHE

Lebensretter hautnah

- 20.15 Lebensretter hautnah -Wenn jede Sekunde zählt Reportagereihe, D 2021 · Jenny
- und Ivo werden in Teltow zu einem Fahrradunfall gerufen. Mehrere Rennfahrer sind bei hoher Geschwindigkeit gestürzt. 22.15 akte. Magazin · Moderation:
- Claudia von Brauchitsch 23.15 Spiegel TV - Reportage (D 2021) Kein Kinderspiel - Eine
- Mutter kämpft um ihr Baby 0.15 SAT.1 Reportage (D 2021) Mit Herz & Hoffnung -Klinikalltag hautnah
- 1.15 Die Herzblut-Aufgabe -Promis in der Pflege Reportagereihe, D 2021

10.00 Echt gut! Klink & Nett 10.30 Unbekanntes Mittelmeer (1/2) 11.15 Giraffe & Co. 12.05 Gefragt – Gejagt 12.50 Die jungen Paradies (3/5) (v. 14.30) 2.55 hessenschau stehen Sie Spaß?" 1.45 Spätschicht

#### **VOX**



Väter, denen beim Windelwechseln schlecht wird, Mütter, die beim Umzug den halben Hausstand zerstören: So was passiert in Familien.

**5.10** Galileo **6.05** Two and a Half Men **7.25** The Big Bang Theory 8.45 Man with a Plan 9.40 Brooklyn Nine-Nine 10.30 Scrubs – Die Anfänger 12.20 Last Man Standing 13.20 Two and a Half Men · U.a.: Der Busch bin ich 14.40 The Middle · Der lange Weg zum Nichts / Der verlorene Sohn 15.35 The Big Bang Theory · Probewohnen bei Mut-Fälle 18.00 Buchstaben Battle · Show, D tern / Such dir eine Inderin! / Ab nach Baikonur! 17.00 LIVE taff 18.00 Newstime Güngörmüs, Mario Basler, Nova Meierhen- 18.10 Die Simpsons Fantasien einer durchgeknallten Hausfrau / Geschichtsstunde mit Marge 19.05 LIVE Galileo

- 20.15 Darüber staunt die Welt -Die verrücktesten Familien-Schlamassel Show, D 2021 Schräge, aber auch komische Momente, die Menschen im Kreise ihrer Liebsten erleben, wurden mit der Kamera für die Ewigkeit festgehalten.
- 22.40 Late Night Berlin (6/13) Show, D 2021 · Gäste: Matthias Schweighöfer, Milky Chance Mod.: Klaas Heufer-Umlauf
- 23.50 The Masked Singer (1/6) Show, D 2021 · Rateteam: Ruth Moschner, Rea Garvey
- 2.35 The Masked Singer red. Spezial (1/6) Magazin, D 2021 3.05 Songs für die Ewigkeit

#### **SWR**

den im Norden 9.15 Eisenbahn-Romantik 9.45 Mensch, Leute! 10.15 Doc Fischer Ärzte 13.40 WaPo Bodensee 14.30 Film 11.00 Planet Wissen 12.00 Nashorn, Zebra lecker (1/6) 9.40 Aktuelle Stunde 10.25 Zwei am großen See – Angriff aufs Para- & Co. 12.45 Meister des Alltags 13.15 Ge- Lokalzeit 10.55 Planet Wissen 11.55 Leodies (3/5) TV-Heimatfilm, D 2005 16.00 lm fragt - Gejagt 14.00 Aktuell 14.10 Eisen-Wechsel: hallo hessen / hessenschau 18.00 bahn-Romantik 15.10 Morden im Norden Maintower 18.25 Brisant 18.45 Die Rat- 16.05 Kaffee oder Tee 18.00 Aktuell 18.15 doch!? (2/6) Dietmar Bär und das Problem **20.00** Tagesschau **20.15** Der Camping- ell **20.00** Tagesschau **20.15** Marktcheck 21.00 Was tun gegen Landflucht? Wie Men- richte durch Fermentieren 21.00 Was koskocht vorm Haus · Heute bei den Clowndok- Aktuell 22.00 Hannes und der Bürgermeistoren in Marburg 22.15 hessenschau 22.30 ter · Chancengleichheit / Märchen 22.30 Bäckström (6/6) Das Urteil Finale der 1. Freunde in der Mäulesmühle 23.00 Comedy 21.45 aktuell 22.15 TIM Tatort Satisfak-Staffel **23.15** FLM **Der Clou** Gaunerkomö- Festival **23.30** Colonia Dignidad: Eine deut-**Zwei am großen See – Angriff aufs** Lange Schatten 1.00 Das Beste aus "Ver-



#### **Besonders verliebt** 16 Blocks

Daniel geht aufgeschlossen durchs Leben. Allein bei der Suche nach einer Frau tut sich der kleinwüchsige 25-Jährige äußerst schwer

5.00 CSI: NY 7.20 CSI: Den Tätern auf der Spur 9.10 CSI: Miami · Wh. der 2. Staffel 12.00 Shopping Queen 13.00 Zwischen Tüll und Tränen 14.00 Mein Kind, dein Kind -Wie erziehst du denn? · Doku-Soap, D 2020 Jaqueline vs. Henrik 15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen Doku-Soap **18.00** First Dates – Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner · Doku-Soap, D 2021 · Tag 2: Sandra, Ingolstadt Vorspeise: Lachs, Avocado, Jakobsmuschel / Hauptspeise: Rind, Couscous, Erbse / Nachspeise: Mousse, Streuseleis, Schmarrn

#### 20.15 Besonders verliebt (2/3)

Doku-Soap, D 2021 · Miriam Über die Online-Dating-Plattform Handicap-Love hat die 33-Jährige Kevin kennenge-22.15 Pia – Aus nächster Nähe

Prostitution

**WDR** 

- 0.35 Medical Detectives US-Doku-Eigen Fleisch und Blut / Lauter Lügen / Verräterische
- ist bereits einen Schritt weiter. lernt. Wird das zweite Date die beiden Singles näher bringen?
- Reportagereihe, D 2019 0.15 vox nachrichten
- reihe · Zerstörerische Gewalt / Abdrücke / Auf der Flucht / Zeugen der Opfer (bis 5.00)

Immenhof Heimatfilm, D 1956 · Mit Angelika Meissner-Voelker u.a. 8.55 Land und Giraffe & Co. 14.00 Und es schmeckt gesschau 20.15 Tatort Narben · TV-Krimi, D 2016 · Mit Klaus J. Behrendt u.a. tion · TV-Krimi, D 2007 · Mit Axel Prahl u.a. hovenstraße · TV-Krimi, D 1973 · Mit Glenn KlickKlack **0.35** Frank Peter Zimmermann Corbett u.a. 1.20 Unterwegs im Westen

#### KABEL 1



Der abgehalfterte Cop Jack (B. Willis, I.) muss Kronzeugen Eddie (Mos Def) zum Gericht bringen, wo er gegen korrupte Polizisten aussagen soll.

5.50 The Mentalist 6.40 Navy CIS: L.A. 8.30 Navy CIS: New Orleans 10.20 Blue Bloods - Crime Scene New York 12.05 Castle · Zeitreise in die Siebziger **13.00** The Mentalist · Peppers Geist **14.00** Hawaii Five-0 · Steve Junior 14.50 Navy CIS: L.A. Geschichte ohne Happy End 15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. · Jada 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt · Reportagereihe, D 2021 · "Buschhausen am Aaper Wald" Düsseldorf 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum · Doku-Soap, D 2021

#### 20.15 16 Blocks Thriller, USA/D 2006 Mit Yasiin Bey, David Morse Regie: Richard Donner Mitreißender Actionfilm von Genrefachmann Richard Donnermit einem überzeugenden Bruce Willis in der Rolle des

- alkoholkranken Polizisten. 22.25 Hostage - Entführt Actionfilm, USA/D 2005 · Mit Bruce Willis, Kevin Pollak, Jimmy Bennett
- Regie: Florent Siri 0.45 16 Blocks Thriller, USA/D 2006 Mit Jenna Stern, Casey Sander,
- Cylk Cozart (Wh. von 20.15) 2.35 Hostage - Entführt Actionfilm, USA/D 2005 · Mit Michelle Horn u.a. (Wh. von 22.25)

6.00 Morningshow 7.55 Brisant 8.25 Mor- 5.25 Lokalzeiten 7.25 HM Hochzeit auf 7.35 LIVE Panoramabilder / Bergwetter 8.30 Tele-Gym 8.45 Aktiv und gesund 9.15 Wa(h)lheimat Kanada – Leben an der wilden Westküste **10.00** Eisenbahn-Romantik **10.30** Brisant **11.00** In aller Freundschaft pard, Seebär & Co. 12.45 aktuell 13.05 11.45 Julia 12.35 Nashorn, Zebra & Co. 13.25 Elefant, Tiger & Co. 14.15 Aktiv und gesund 14.45 Gefragt - Gejagt 15.30 geber 19.15 alle wetter 19.30 hessenschau natürlich! 18.45 Landesschau 19.30 Aktu- mit der Graupe 14.30 In aller Freundschaft Schnittgut 16.00 BR24 Rundschau 16.15 Wer nicht kämpft ... / Keine halben Sachen Wir in Bayern 17.30 Regional 18.00 Abend-Check · Gebrauchtkauf & Schwimmcaravan Von Kraut bis Kimchi – leckere Herbstge- 16.00 aktuell 16.15 Hier und heute 18.00 schau 18.30 BR24 Rundschau 19.00 Geaktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 sundheit! 19.30 Dahoam is Dahoam 20.00 schen für ihr Dorf kämpfen 21.45 Klaus tet... · Wellness im Schwarzwald? 21.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Ta- Tagesschau 20.15 Tub Tatort Gier · TV-Krimi, A 2015 · Mit Harald Krassnitzer u.a. 21.45 BR24 Rundschau 22.00 Peter und Paul 22.50 Man nannte sie "Jeckes" · Doku, ISR/D 2021 23.35 Nachtlinie extra · Zu die, USA 1973 Mit Paul Newman u.a. 1.20 sche Sekte in Chile (1+2/4) Im Paradies / 23.40 Tatort Tote Taube in der Beet- Besuch im jüdischen Regensburg 0.05

spielt im Kloster Andechs · Konzert, D 1995

## **NDR**

9.00 Nordmagazin 9.30 Hamburg Journal 10.00 Schleswig-Holstein Magazin 10.30 buten un binnen 11.00 Hallo Niedersachsen 11.30 Die Nordreportage 12.00 Brisant 12.25 In aller Freundschaft 13.10 Die Kran kenschwestern 14.00 Info 14.15 Gefragt -Gejagt 15.00 die nordstory 16.00 Info 16.10 Mein Nachmittag 17.00 Info 17.10 Leopard & Co. 18.00 Regional 18.15 Die Nordreportage · Ohne Schweiß kein Mais -Unterwegs mit den Maishäcksler-Profis 18.45 DAS! 19.30 Regional 20.00 Tagesschau 20.15 Visite · Hautkrebs: Vorsorge erkennen, behandeln / Wann ist eine zweite Meinung vom Arzt sinnvoll? 21.15 Panorama 3 21.45 NDR Info 22.00 FILM Polizeiruf 110 Sabine · TV-Krimi, D 2021 · Mit Anneke Kim Sarnau u.a. 23.30 Weltbilder Im Fiord der Lachse – Norwegens Geschäft mit unserem Lieblingsfisch 0.00 Neben den Gleisen · Dok.-Film, D 2016 1.25 FILM Polizeiruf 110 (von 22.00) 2.55 Mein Norden

## MDR

8.00 Sturm der Liebe 8.50 In aller Freundschaft 9.40 Quizduell - Der Olymp 10.30 Elefant, Tiger & Co. · Oh du Fröhliche / Oh Tannebaum / Oh Jemineh 11.00 MDR um elf 11.45 In aller Freundschaft · Tiefe Wunden 12.30 Judith Kemp TV-Drama, D 2004 · Mit Jennifer Nitsch u.a. 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 Zeigt uns eure Welt (2/4) 20.15 Umschau 21.00 Skat. Quartett Rommé – Die Spielkartenstadt Altenburg Doku, D 2021 21.45 aktuell 22.10 Der Fall Biermann - Mit der Gitarre gegen die Staatsmacht · Doku, D 2016 22.55 Polizeiruf 110 Eine unruhige Nacht · TV-Krimi, DDR 1988 · Mit Peter Borgelt u.a. 0.05 Morden im Norden 0.50 Umschau **1.35** Die Tatorte der Reformation (1–8/8) Dokureihe, D 2016 · U.a.: Entführt auf die

Wartburg / Verdächtigt in Erfurt (bis 3.35)

#### RBB

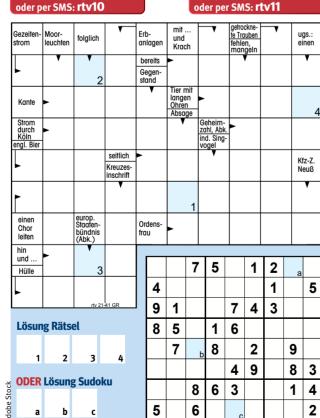
6.00 LIVE Guten Morgen Berlin 8.00 Aktuell 8.30 Abendschau 9.00 In aller Freundschaft 10.30 Die jungen Ärzte 11.20 Rentnercops 12.10 Gefragt - Gejagt 13.00 rbb24 13.10 Giraffe & Co. 13.40 Rentnercops · Endlich frei sein 14.30 EIIII Eine Chance für die Liebe TV-Drama, D 2006 Mit Jutta Speidel u.a. 16.00 rbb24 16.10 Die jungen Ärzte · Mit letzter Kraft 17.05 Gefragt - Gejagt 17.53 Sandmännchen 18.00 Um sechs 18.27 zibb 19.30 Abendschau 20.00 Tagesschau 20.15 Bilderbuch · Rund um den Schwielowsee 21.00 Leben am Ostsee · Brandenburgs größter See entsteht 21.45 rbb24 22.15 WIEPRECHT Neue Diskussion, D 2021 22.45 extra 3 Spezial 23.15 Jürgen Becker Solo: Volksbegehren (2/2) · Eine Kulturgeschichte der Fortpflanzung 0.00 Berlin – Schicksalsjahre einer Stadt · Dokureihe, D 2018 · Das Jahr 1966 **1.30** Bilderbuch **2.15** Leben am Ostsee 3.00 Omu Luzyca 3.35 Um sechs

## **tvtv** EXTRA-Gehalt Wir schicken Sie sorglos ins nächste Jahr! Wählen Sie, wie viel Geld Sie gewinnen möchten:

**EXTRA-GEHALT** Sie erhalten 2022 jeden Monat

1.000 € steuerfrei auf Ihr Konto.

## Insgesamt also 12.000 €



**ODER** 

## Teilnahmeschluss: 31.12.2021

#### ► Telefon: EINFACH-CHANCE: 01378/42 01 + Durchwahl Wunschgewinn\*

3

9

7

8

MEHRFACH-CHANCE: 0900/33335 + Durchwahl Wunschgewinn\*Bei der MEHRFACH-CHANCE können Sie mit einem Anruf durch die Beantwortung von 10 Fragen Ihre Gewinnchance bis um das 100-Fache (je richtige Antwort um das 10-Fache) erhöhen.

- \* € 0.50/Anruf a. d. dt. Festnetz: Mobil höher ie nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters \*\* € 0,65/Minute a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters
- ► SMS: rtvDurchwahl.Lösung.Anschrift an die Kurzwahl 99 6 99 (€ 0,50/SMS) Post: Postkarte (€ 0,95) an rtv Gewinnspiel, Postfach 2500, 5000 Salzburg, Österreich mit Lösung u. Wunschpreis: Extra-Gehalt oder 10.000€

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. 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 6mbH und deren Angehörige. Auflösung und Gewinner nach Teilnahmeschluss auf www.rtv.de. Ausgenommen der Gewinner, werden die Teilnehmerdaten nach dem Gewinnspiel gelöscht. Die Datenschutzhinweise nach DSGVO zu den Gewinnspielen der rtv finden Sie beim Impre



# "Direkt, schnell und garantiert erfolgreich"

In seiner neuen Impro-Serie Kranitz – Bei Trennung Geld zurück versammelt Regisseur und Hauptdarsteller Jan Georg Schütte als windiger Therapeut ein namhaftes Schauspielerensemble um sich

Für seinen neuesten Serien-Coup adaptierte Jan ly Hübner, Bjarne Mädel, Anna Schudt, Angela Georg Schütte sein eigenes Hörspiel "Paartherapeut Klaus Kranitz – Bei Trennung Geld zurück" und übernahm nicht nur die Regie, sondern auch die Hauptrolle gleich selbst, die er sich auf den Leib geschrieben zu haben scheint, solch große Spielfreude legt er als windiger Seelenklempner an den Tag. Eigentlich ist Klaus Kranitz Immobilienmakler, herkömmliche Paartherapien betrachtet er als "Trennungsbegleitung". Seine Patienten vergleicht er mit Autos, die nur eine

#### Improvisation als Erfolgsrezept

Seine Methode sei "direkt, schnell und garantiert erfolgreich" verspricht Kranitz seinen Patienten, dargestellt von prominenten Akteuren wie Char-



Winkler, Günther Maria Halmer und Lisa Hagmeister. Wie schon bei seinem preisgekrönten Film "Altersglühen – Speed Dating für Senioren" und Nachfolgern wie "Klassentreffen" oder das gerade mit dem deutschen Fernsehpreis ausgezeichnete "Für immer Sommer 90" lässt Schütte sein Ensemble auch diesmal auf der Grundlage steckbriefartiger Rollenprofile improvisieren.

#### Sechs Paare, viele Probleme

Reparatur brauchen, um wieder richtig zu laufen. Zu den Paaren, die zu Kranitz kommen, zählen die Querdenker Tini (Hagmeister) und Jochen (Hübner), sie äußerst empfindsam, er eher der Haudrauftyp mit weichem Kern. Jochen macht Tinis angebliche Fixierung auf den Hund von Dunja Hayali für die Krise des Paares verantwortlich. Ganove und Auftragskiller Manni (Mädel) wiederum hat sich in eine Frau verliebt, die 🖁 er eigentlich als Heiratsschwindlerin enttarnen sollte, und Althippie Jutta ist entsetzt, dass ihr Partner Bernd ihr nach 50 Jahren glücklicher wilder Ehe kürzlich einen spießig-romantischen Heiratsantrag gemacht hat. Die Darsteller aller sechs Episoden und Geschichten sorgen mit ihrem Improvisationstalent für viele überraschende, berührende und auch absurde Momente.

> Kranitz – Bei Trennung Geld zurück 22.30 Sechs Folgen, jeweils mittwochs. Am NDR 27.10. startet im Anschluss ein Making-of



RTL

### DAS ERSTE



#### Freunde

Patrick Laubensteins (Justus von Dohnányi, r.) Jugendfreund Malte Klingsor (Ulrich Matthes) taucht nach Jahren auf. Was ist der Grund?

5.00 FAKT Magazin

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-Buffet 13.00 Mittagsmagazin

14.00 Tagesschau 14.10 Rote Rosen Telenovela 15.00 Tagesschau

15.10 Sturm der Liebe Telenovela 16.00 Tagesschau

16.10 Verrückt nach Meer Das Geisterschiff von Aruba

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas?

Draeger, Harry Wijnvoord **18.50 Rentnercops ⋈** Herr Ko vegan 19.45 Wissen vor acht – Werkstatt

Quizshow, D 2021 · Gäste: Jörg

19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau

20.15 Freunde ≥

TV-Drama, D 2021 · Mit Justus von Dohnányi, Ulrich Matthes Regie: Rick Ostermann NEU 21.45 Plusminus Magazin, D 2021

22.15 Tagesthemen 22.50 Die Unbeugsamen - Gefährdete Pressefreiheit auf den Philippinen Dok.-Film, D 2019

Seit 2016 lässt der philippinische Präsident Duterte Drogenabhängige ermorden. Menschen, die der Jagd entkommen sind, Politiker und Mitglieder der Todesschwadronen berichten aus dem Drogenkrieg.

0.15 Nachtmagazin 0.35 Freunde 🗷

**NDR** 

**MDR** 

RBB

TV-Drama, D 2021 · Mit Justus von Dohnányin (Wh. von 20.15) 2.10 Die Unbeugsamen Dokumentarfilm, D 2019 (Wh. v. 22.50)

3.35 Exclusiv im Ersten Reportage, D 2021 · Streit um Tesla

6.00 Sesamstraße 6.20 mareTV 6.35 Die Ernährungs-Docs 7.20 Rote Rosen 8.10 Sturm der Liebe 9.00 Nordmagazin 9.30

Hamburg Journal 10.00 Schleswig-Holstein Magazin 10.30 buten un binnen 11.00 Hallo Niedersachsen 11.30 Die Nordreportage 12.00 Brisant 12.25 In aller Freundschaft

13.10 Die Krankenschwestern 14.00 Info 14.15 Gefragt – Gejagt 15.00 die nordstory 16.00 Info 16.10 Mein Nachmittag 17.00

Info 17.10 Leopard & Co. 18.00 Regional

**18.15** Die Nordreportage · Hochsaison im

Möhrenland 18.45 DAS! 19.30 Regional

20.00 Tagesschau 20.15 Unbekanntes Ma-

dagaskar (1+2/2) · Im Dschungel der Le-

muren / Im Reich der Kattas 21.45 NDR

Info 22.00 extra 3 Spezial 22.30 Kranitz

– Bei Trennung Geld zurück (1/6) · Neue Comedyserie, D 2021 · Tini & Jochen – Er

weint viel 23.15 Zapp 23.45 Zapp spezial

Feinde der Pressefreiheit - China und Bela-

6.20 Sturm der Liebe 7.10 Rote Rosen 8.00

Sturm der Liebe 8.50 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 Heiratsschwind-

ler küsst man nicht TV-Komödie, D 2012

Mit Katrin Sass u.a. 14.00 MDR um zwei

15.15 Gefragt - Gejagt 16.00 MDR um vier

17.45 aktuell 18.10 Brisant 18.54 Sand-

männchen 19.00 Regional 19.30 aktuell

19.50 Zeigt uns eure Welt (3/4) Meisterliche

Entdeckungen mit Sarah und Lars 20.15 Exakt 20.45 Exakt – Die Story · Unerkannt

und unterschätzt - Wenn Kinder an Long-

Covid leiden 21.15 Echt · Wut auf die Grube

21.45 aktuell 22.10 Tatort Absturz

TV-Krimi, D 2009 · Mit Simone Thomalla u.a. **23.40** Olafs Klub (7/8) · Gäste: Helene Bock-

horst, Martin Schneider, Jan Philipp Zymny,

Christine Prayon, Simon & Jan 0.25 unicato

1.25 Exakt 1.55 Exakt - Die Story 2.25 Echt

- Tagebau gräbt Nachbarn das Wasser ab

rus 0.15 Mord mit Aussicht 1.05 Visite

# **ZDF**

Breisgau - Bullenstall Gleich in ihrem ersten Fall stößt die Freiburger Kommissarin Tanja Wilken (Katharina Nesytowa) auf verfilzte Strukturen bei der Polizei

5.30 ZDF-Morgenmagazin 9.05 Volle Kanne – Service täglich 10.30 Notruf Hafenkante ፷

11.15 SOKO Wismar Krimiserie, D 2012 · Kalte Pizza 12.00 heute

12.10 drehscheibe 13.00 Mittagsmagazin 14.00 heute - in Deutschland 14.15 Die Küchenschlacht Johann

Lafer sucht den Spitzenkoch 15.05 Bares für Rares 16.00 heute - in Europa 16.10 Die Rosenheim-Cops ≥

Krimiserie, D 2011 Tödliche Neugier 17.00 heute 17.10 hallo deutschland

17.45 Leute heute D 2021 · Sondengänge 18.54 Lotto am Mittwoch

19.00 heute Krimiserie, D 2021 · Raubkatze

TV-Krimi, D 2021 · Mit Joscha Kiefer, Johanna Gastdorf u.a. Regie: Thomas Jauch NEU

21.45 heute-journal 22.15 Fußball-Frauen Doku, D 2021 Zeit für die Offensive · Fußball ist Männersache. Kein Verein in den höchsten drei Männer-Ligen beschäftigt auch nur eine einzige Frau im Trainer-Team.

23.00 sportstudio UEFA Champions League Fußball Highlights, Analysen, Interviews 0.00 Markus Lanz Talkshow

0.45 heute journal update 1.00 Arm gegen Arm -Verteilungskampf am unteren Rand Doku, D 2021

1.45 Wir Wunderkinder (2/2) Doku, D 2021 · Zeit des Wandels 2.30 Fußball-Frauen (v. 22.15)

3.15 frontal Magazin, D 2021 4.00 Arm gegen Arm Doku (v. 1.00)

SAT. 1

20.15 SHOW

The Taste

#### **20.15 SHOV**

Das Sommerhaus der Stars Stephan Jerkel machte sich 2020 bei "Kampf der Realitystars" mit einer unschönen Bemerkung über seine Frau Peggy Jerofke unbeliebt.

5.15 Anwälte der Toten – Rechtsmediziner decken auf

6.00 Guten Morgen Deutschland 8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2021

9.00 Unter uns Daily Soap, D 2021 9.30 Alles was zählt Daily Soap 10.00 Der Nächste, bitte! 11.00 Wir lieben Camping -Unser Urlaub, unser Platz

Dokureihe, D 2021 12.00 Punkt 12 Magazin, D 2021 15.00 wunderbar anders wohnen 15.45 Wir lieben Camping -

Unser Urlaub, unser Platz 16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns Daily Soap, D 2021 18.00 Explosiv - Das Magazin

18.30 Exclusiv - Das Star-Magazin 18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt

Daily Soap, D 2021 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2021

20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare (8/12) Show, D 2021 · Welche Stars können sich beweisen? Wessen Beziehung ist besonders stark und wer meistert die ge-

stellten Herausforderungen? 22.15 RTL Direkt 22.35 stern TV Infomagazin LIVE Mod.: Steffen Hallaschka

0.00 RTL Nachtjournal 0.30 CSI: Miami Krimiserie, USA 2004 · Der Sündenpfuhl: Ein Schüler stirbt, nachdem ihn seine Mitschülerin mit K.o.-Tropfen nur außer Gefecht setzen wollte. /

Lippenbekenntnisse 2.15 CSI: Den Tätern auf der Spur Leaving Las Vegas / Jung, schön und tot / Drom

4.40 Anwälte der Toten -Rechtsmediziner decken auf

#### PRO 7



Der französische Koch Martin Klein lässt die Kandidaten mit exotischen Zutaten wie Kaktusblättern arbeiten. Angelina Kirsch ist neugierig.

5.30 LIVE Sat.1-Frühstücksfernsehen Klinik am Südring – Die Familienhelfer 4 Folgen der Doku-Soap 12.00 Klinik am Südring 13.00 Auf Streife - Berlin 14.00 Auf Streife 15.00 Auf Streife - Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 - Die neuen Fälle 18.00 Buchstaben Battle · Show, D 2021 Gäste: Rebecca Immanuel, Frank Rosin, Nelson Müller, Janin Ullmann, Sabine Heinrich, Loff Fernandes 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 The Taste (8/9) Show, D 2021 Jury: Tim Raue, Frank Rosin, Alexander Kumptner, Alexander Herrmann · Leckereien aus Vanille und Schokolade dürfen im Solokochen kreiert werden bis in der finalen Runde Messer- und Miesmuscheln zum Einsatz kommen.

23.25 TopTen! Der Geschmacks-Countdown Dokureihe, D 2021 · Best-of

The Taste" - Die Gewinner **0.25** Die Gegenteilshow (1/4) Show, D 2021 2.30 Auf Streife - Die Spezialisten

Doku-Soap, D 2015-2021 3.15 Auf Streife (bis 5.30)

(4/6) **10.05** Weltreisen **10.35** Unbekanntes 6/6) Wh. der Sci-Fi-Serie, D 2020 (bis 1.50) Lady Frankenstein Horrorfilm, I 1971



#### **Young Sheldon**

Durch gute Kontakte zwingt Sheldon (I. Armitage) seinen Professor zum Unterricht per Telefon. Seiner Mutter (Zoe Perry) gefällt das nicht.

5.40 The Middle 6.00 Two and a Half Men Mod.: Annika Lau, Daniel Boschmann 10.00 7.20 The Big Bang Theory 8.40 Man with a Plan 9.30 Brooklyn Nine-Nine 10.25 Scrubs 12.20 Last Man Standing 13.15 Two and a Half Men · Kein Truthahnhals für Oma / Riech mal am Schirmständer / Der vergessene Sohn 14.35 The Middle · Die Zeit heilt / Der neue Führerschein 15.35 The Big Bang Theory · Mamis Liebling / Ein guter Kerl / Leichtes Fummeln 17.00 LIVE taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons Simon Beeck, Henning Krautmacher, Milka Milhouse lebt hier nicht mehr / Klug und klüger 19.05 LIVE Galileo

> 20.15 Young Sheldon Comedyserie, USA 2021 · Der Greisenbus und die Vorlesung am Telefon 20.40 Young Sheldon Comedyserie, USA 2019 · Ein Sonnenschirm und ein Baseball-Mädchen

21.10 Die Simpsons Die weiblichen Verdächtigen (2021) 21.40 Die Simpsons Zeichentrickserie, USA 2020 · Highway to Well

22.10 The Big Bang Theory Comedyserie, USA 2016 U.a.: Die Sheldon-Cooper-Entschuldigungstour

23.50 Young Sheldon (Wh. v. 20.15) **0.15 Young Sheldon** (Wh. v. 20.40) **0.40** The Big Bang Theory (v. 22.10) 2.25 Will & Grace Sitcom, USA '17

#### **SWR**

Eisenbahn-Romantik 9.45 natürlich! 10.15 Ferien auf Immenhof Heimatfilm, D Mittelmeer (2/2) 11.20 Giraffe & Co. 12.10 Marktcheck 11.00 Planet Wissen 12.00 1957 · Mit Angelika Meissner u.a. 9.10 Aknung TV-Drama, A/D 2008 16.00 lm Wech- ell 14.10 Eisenbahn-Romantik 15.10 Mor- Leopard, Seebär & Co. 12.45 aktuell 13.05 sel: hallo hessen / hessenschau 18.00 den im Norden 16.05 Kaffee oder Tee 18.00 Maintower 18.25 Brisant 18.45 Die Ratge- Aktuell 18.15 made in Südwest 18.45 ber 19.15 alle wetter 19.30 hessenschau Landesschau 19.30 Aktuell 20.00 Tagesburger Kiez 22.15 hessenschau 22.30 303 23.25 FLM Der Bozen-Krimi: Wer ohne

VOX



#### **Bones**

Brennan (E. Deschanel) und Booth (David Boreanaz, M.) untersuchen den Tod einer Chinesin. Sie handelte mit gefälschten Markentaschen.

5.00 CSI: NY 7.20 CSI: Den Tätern auf der Spur 9.10 CSI: Miami 12.00 Shopping Queen 13.00 Zwischen Tüll und Tränen **14.00** Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Doku-Soap, D 2020 · Denis vs. Jasper 15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates -Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner · Doku-Soap · Tag 3: Julia, Ingolstadt Vorspeise: Mango-Papayasalat mit Garnelen / Hauptspeise: Thunfisch in Sesam und Terivakisoße mit Zucchini und Kartoffeln / Nachspeise: Tiramisu und Vanilleeis

20.15 Bones – Die Knochenjägerin Krimiserie, USA 2011

Die Tote mit dem Taschengeld / Die Monotonie in der Polygamie: Das Team des Jeffersonian untersucht die wie eine Vogelscheuche drapierte Leiche eines Mannes. / Der Mut und die Wut / Die zähflüssige Tote unter der Sonne

0.00 vox nachrichten 0.20 Medical Detectives

US-Dokureihe · Handwerk des Todes / Unter den Augen der Kirche / Maskierte Verbrechen / Brandgefährlich / Wahn und Willkür / Tod am Straßenrand (bis 5.00)

**WDR** 8.50 Die Ratgeber 9.20 Der Luther-Code 7.55 Brisant 8.25 Morden im Norden 9.15 5.25 Lokalzeiten 7.20 Erlebnisreisen 7.40 7.35 LIVE Panoramabilder / Bergwetter Gefragt – Gejagt 12.55 Alles Klara 13.45 Nashorn, Zebra & Co. 12.45 Meister des tuelle Stunde 9.55 Westpol: Eins zu eins bekkanal 10.00 Eisenbahn-Romantik 10.30 Fuchs und Gans 14.35 Die Versöh- Alltags 13.15 Gefragt – Gejagt 14.00 Aktu- 10.25 Lokalzeit 10.55 Planet Wissen 11.55 Brisant 11.00 In aller Freundschaft 11.45 Giraffe & Co. 14.00 Und es schmeckt doch!? (3/6) 14.30 In aller Freundschaft 16.00 aktuell 16.15 Hier und heute 18.00 aktuell / 20.00 Tagesschau 20.15 Mex Wie Start- schau 20.15 betrifft Das Geschäft mit der Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle schau 16.15 Wir in Bayern 17.30 Regional ups zu Milliarden-Unternehmen werden Nachhaltigkeit 21.00 Stromlos – eine Fami-21.00 Mittendrin – Flughafen Frankfurt lie zieht den Stecker · Doku, D 2021 21.45 20.15 Markt 21.00 Doc Esser – Der Ge-19.00 Stationen 19.30 Dahoam is Dahoam Deutsche Flugsicherung testet spezielle Ra- Aktuell 22.00 Tune Tatort Altes Eisen · TV- sundheits-Check · Von Warnsignal bis Dau- 20.00 Tagesschau 20.15 LIVE Jetzt red i daranlagen 21.45 Die Türsteher vom Ham- Krimi, D 2011 Mit Klaus J. Behrendt u.a. erqual – Was tun bei Schmerzen? 21.45 21.15 Kontrovers 21.45 BR24 Rundschau aktuell 22.15 CBD - ein Mittel gegen alles -- Die Serie · Lieben oder Verlieben 23.05 Spuren geht (1/13) TV-Krimi, D 2015 · Mit ECHT? 22.45 Das Wikipedia Versprechen Doku, D 2021 22.45 🖽 Landauer – Der The Pier (4/8) Auf dem Weg 23.50 State of Chiara Schoras u.a. (Mi., 27.10., 23.30 Uhr) 20 Jahre Wissen für alle? 23.30 Deutsche Präsident TV-Biografie, D 2013 Mit Josef the Union · Woche fünf – Der Auszug / Wo- 0.55 Mankells Wallander Dunkle Raketen für Gaddafi 0.15 Die andere Seite Bierbichler u.a. 0.15 Landauer – gefeiert, che sechs – Der Pakt 0.15 KontaktLos (1 – Geheimnisse · TV-Krimi, S 2008 2.25 IIII von allem – Eine politische Geistergeschich- verbannt, vergessen 0.45 kinokino 1.00 te · Dok.-Film, SRB 2017 2.00 Lokalzeiten

#### 20.15 ACTIONFILM Die Akte Jane

KABEL 1

Die Marine-Offizierin Jordan (Demi Moore) nimmt am Training der Navy Seals teil. Der Ausbilder Urgayle (Viggo Mortensen) setzt ihr zu.

**5.10** Hawaii Five-0 **5.55** The Mentalist **6.45** Navy CIS: L.A. 8.35 Navy CIS: New Orleans **10.20** Blue Bloods – Crime Scene New York **12.05** Castle **13.05** The Mentalist · Boscos Rache **14.00** Hawaii Five-0 · Ein guter Freund 14.55 Navy CIS: L.A. · Partner 15.50 News **16.00** Navy CIS: L.A. · Das Chamäleon 16.55 Abenteuer Leben täglich · Magazin, D 2021 · Der legendäre Osmanensäbel 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt Reportagereihe, D 2021 · "Frankenheim Kaarst", Kaarst **18.55** Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum · Doku-Soap

20.15 Die Akte Jane Actionfilm, USA/GB 1997 · Mit Viggo Mortensen, Anne Bancroft u.a.

23.00 X-Men Origins: Wolverine Actionfilm, USA/GB 2009 Mit Hugh Jackman, Ryan Reynolds · Regie: Gavin Hood Die Mutanten Logan und Victor werden durch ihre Überzeugungen zu Rivalen und damit

zu Wolverine und Sabretooth. 1.10 Watch Me Magazin, D2021 1.25 Die Akte Jane Actionfilm, USA/GB 1997 · Mit Jason Beghe u.a. (Wh. von 20.15)

3.40 Mercenary Actionfilm, USA/ARU/SA 2006 · Mit Steven Seagal, Jacqueline Lord u.a.

8.30 Tele-Gym 8.45 Aktiv und gesund 9.15 Zwischen Alster und Stadtpark – Der Gold-Julia (13/13) · Finale 3. Staffel 12.35 Nashorn, Zebra & Co. 13.25 Elefant, Tiger & Co. 14.15 Aktiv und gesund 14.45 Gefragt -Gejagt 15.30 Schnittgut 16.00 BR24 Rund-22.00 Die wundersame Rettung einer Tora Oktober November Drama, A 2013





## Plötzlich Diabetes Typ 2: Wie man seinen Blutzuckerspiegel und **HbA1c-Wert** verbessern kann

ie Erkrankung kommt auf leisen Sohlen. Es beginnt meist mit den versteckten Zuckern in der Ernährung. Später wird der Appetit auf Süßes immer stärker, man ist ja schließlich Genuss-Mensch. Die paar Pfunde zu viel sind auch nicht so wichtig, die bekommt man irgendwann schon wieder weg. Wichtige Risi-kofaktoren wie: ungesunde Ernährung, Übergewicht und zu wenig Bewegung hat man einfach verdrängt. Und plötzlich ist sie da, die Diagnose: Diabetes Typ 2 und nichts ist mehr so schön wie es einmal war.

Man weiß nicht einmal so richtig was man alles falsch gemacht hat. Am Anfang steht eine übermäßige Insulinproduktion aufgrund einer zu kohlenhydrathaltigen Ernährung. Gleichzeitig nimmt die Insulinwirkung ab, eine Insulinresistenz entsteht als Folge einer erhöhten Konzentration von Insulin im Blut. Der Blutzuckerspiegel steigt stetig immer weiter an trotz hoher Insulinspiegel. Der durcheinandergeratene Stoffwechsel, der durch das Fettspeicher-Hormon Insulin ein leichtes Spiel hat, macht auch das Abnehmen nahezu unmöglich. Jetzt gilt es den Blutzuckerspiegel zu senken, damit der Körper dieses positive Stoffwechsel-Signal erkennt und wieder auf den richtigen Weg führt.

\*\* Diabetes Care 2018: doi.org/10.2337/dci18-0033

**Nutzen Sie die Chance** 

Vielen ist nicht bewusst, dass es eine Möglichkeit geben kann selbst etwas zu tun, um die Situation zu verändern. In 2018 wurden die Lebensstilinterventionen in den amerikanischen und europäischen Leitlinien für Diabetiker\*\* durch einen Zusatz ergänzt. Dabei spielt die Ernährungsumstellung mit einer niedrig glykämischen und proteinreichen Kost eine wichtige Rolle. Viele Diabetiker kennen den Ansatz einer ausgewogenen Ernährung, finden allerdings die Umsetzung, im häufig turbulenten und eng getakteten Alltag, schwierig. Anderen Betroffenen fällt es schwer die komplexen Nährwertziele zu berücksichtigen.

Aber es geht auch einfach. Neben den vom Arzt verordneten Maßnahmen, kann man nun selbst daran mitwirken die eigene Lebensqualität entscheidend zu verbessern und aktiv, selbstbestimmt und lebensfroh durchs Leben zu gehen.

#### Auf natürliche Weise

bessere Blutzuckerwerte

Das niedrig glykämische Almased Typ 2, mit Proteinen aus besonders hochwertigen Proteinquellen, ist ab sofort in Apotheken erhältlich. Bevor Sie Almased Typ 2 anwenden, sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder

\* Diabetes Care 2017: doi.org/10.2337/dc17-0303, Nutrients 2018: doi.org/10.3390/nu10081022



Möglichkeit, den blutzuckersenkenden Effekt von Almased Typ 2 unmittelbar zu sehen, ist die Blutzucker-Selbstkontrolle.

Die Fachzeitschrift "Diabetes Care" berichtete über die hervorragenden Ergebnisse einer am "Westdeutschen Diabetes und Gesundheitszentrum" durchgeführten Studie. Der Fokus des Ernährungsmanagements lag hier auf der Senkung des Blutzuckerspiegels und HbA1c-Werts. Ein ausgezeichneter Weg für übergewichtige Personen mit Diabetes Typ 2, die ihren Blutzuckerspiegel und HbA1c-Wert senken wollen.

#### Almased Typ 2 kann helfen

Diabetologen und binden ihn

ein, denn durch die blutzucker-

senkende Wirkung kann eine Anpassung der ärztlichen Medi-

In Zusammenarbeit mit füh-

renden Diabetes-Experten hat

Almased nun ein spezielles, für

iedermann leicht durchführbares

Érnährungsprogramm für Dia-

betiker Typ 2 entwickelt, dessen Kernbestandteil das neue Pro-

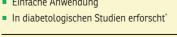
kation notwendig sein.

dukt Almased Typ 2 ist.

 Erste ergänzende bilanzierte Diät zur Senkung des Blutzuckerspiegels und des HbAlc-Wertes bei Personen mit einem BMI >27

 Glykämischer Index von 27 Proteine aus besonders hochwertigen Protein-

Quellen: Soja und Magermilch-Joghurtpulver Einfache Anwendung





Einfach den

#### Nähere Informationen zu Diabetes Typ 2

und Almased Typ 2 auf unserer Website Kostenlos Rezepte für

Diabetiker einsehen. Diabetes-12-Wochen-Planer

herunterladen. Anmeldung für den Almased-Diabetes-Newsletter mit regelmäßigen Informationen rund um Diabetes Typ 2 und ein leichteres Leben.

6.00 LIVE Guten Morgen Berlin 8.00 Aktuell 8.30 Abendschau 9.00 In aller Freundschaft 10.30 Die jungen Ärzte 11.20 Rentnercops **12.10** Gefragt – Gejagt **13.00** rbb24 **13.10** Giraffe & Co. **13.40** Rentnercops 14.30 Film Schaumküsse TV-Komödie, D 2009 · Mit Christine Neubauer u.a. 16.00 rbb24 16.10 Die jungen Ärzte 17.05 Gefragt – Gejagt 17.53 Sandmännchen 18.00 Um sechs 18.27 zibb 19.30 Abendschau 20.00 Tagesschau 20.15 rbb Praxis 21.00 Krebs besiegen – was kann die Medizin heute? · Doku, D 2019 21.45 rbb24 **22.15** Umgewendet – Schule nach dem Mauerfall · Doku, D 2021 **23.00** Die Tochter des Spions · Doku, LETT/D/EST/CZ 2019 Eine wahre Geschichte aus dem Kalten Krieg 0.25 rbb Praxis 1.10 Krebs besiegen – was kann die Medizin heute? 1.55 Krank durch Einsamkeit – Wege aus der Krise **2.40** Super.Markt **3.25** Berliner Näch-

te - Herbst 3.35 Um sechs 4.00 zibb

### **tvtv** Aktuell im TV

# Wo Verbrechen Familiensache ist

Katharina Nesytowa verschlägt es im Auftakt zur neuen ZDF-Krimireihe "Breisgau – Bullenstall" als norddeutsche Ermittlerin in den Schwarzwald

Die Suche nach einer neuen Stelle hat sich Kriminalhauptkommissarin Tanja Wilken (Katharina Nesytowa) einfach gemacht - mit geschlossenen Augen per Dartpfeil. Und so landet die norddeutsche Ermittlerin bei der Freiburger Kripo im Breisgau. Dort geht es im wahrsten Sinne des Wortes familiär zu: Ein Großteil ihrer neuen Kollegen teilt den Nachnamen Danzeisen. Von der Revierleiterin Dorothee (herrlich: Johanna Gastdorf) bis zu ihrem charmanten Ermittlungspartner Dennis (Joscha Kiefer), dessen Interesse an Tanja nicht nur rein professioneller Natur ist. Und wer nicht direkt mit der Danzeisen-Sippe verwandt ist, ist mit ihr verschwägert oder befreundet. So auch der Hauptverdächtige in ihrem ersten Mordfall, den Dennis

Vergangenheit fragt Tanja sich bald: Kann und darf sie den schlitz-

#### ohrigen Danzeisens trauen?

Robin Hood im Breisgau "Leben und leben lassen. Und wenn das bedeutet, für die Danzeisens mal ein oder auch zwei Augen zuzudrücken, dann ist das überhaupt kein Problem", beschreibt Joscha Kiefer die Philosophie von Dennis Danzeisen und seiner umtriebigen Sippe. Das Motiv, dass die Familie in Robin-Hood-Manier auch mal das Gesetz bricht, um für Gerechtigkeit zu sorgen, zieht sich wie ein roter Faden durch die unterhaltsame Auftaktfolge der neuen ZDF-Krimireihe. Und auch in Zukunft dürfte das Thema die professionelle und private Beziehung von Tanja und Dennis bestimmen. Ein weiterer seit der Schulzeit kennt. Auch auf- Teil der "Breisgau"-Reihe ist be-



#### DAS ERSTE



#### Der Bozen-Krimi

Der Mord an einem pensionierten Polizisten und ein Staudammprojekt der Mafia: Sonja Schwarz (C. Schoras) hat einiges um die Ohren

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-Buffet

13.00 Mittagsmagazin 14.00 Tagesschau 14.10 Rote Rosen Telenovela

15.00 Tagesschau 15.10 Sturm der Liebe Telenovela 16.00 Tagesschau

16.10 Verrückt nach Meer Abtauchen in Kolumbien 17.00 Tagesschau

17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? Quizshow · Gäste: Alexa Maria Surholt, Thomas Rühmann 18.50 Die jungen Ärzte 🗷 Kranken-

hausserie, D 2021 · Am Rand 19.45 Wissen vor acht - Mensch 🗷

19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau

20.15 Der Bozen-Krimi: Mord am Penser Joch TV-Krimi, D 2021 · Mit Gabriel

Raab, Stefano Bernardin u.a. Regie: Thomas Nennstiel NEU 21.45 Panorama Magazin, D 2021 Moderation: Anja Reschke 22.15 Tagesthemen

22.50 extra 3 Magazin, D 2021 Moderation: Christian Ehring 23.35 Drei. Zwo. Eins. Michl Müller Kabarett · Gast: Wolfgang Krebs (Kabarettist, Schriftsteller und begnadeter Parodist)

0.20 Nachtmagazin 0.40 Der Bozen-Krimi: Mord 🞹 am Penser Joch 🗷 TV-Krimi, D 2021 · Mit Charleen Deetz, Lisa Kreuzer (Wh. von 20.15)

2.15 Commissario Laurenti – Der Tod wirft lange Schatten TV-Krimi, D 2008 · Mit Henry Hübchen, Barbara Rudnik u.a. **3.45** extra 3 Magazin (Wh. v. 22.50) **ZDF** 



Lena Lorenz

Die schwer kranke Gabriele Ammerer (Alma Leiberg, I.) sucht Pflegeeltern für ihr Neugeborenes, da ihre Lebenserwartung gering ist.

5.30 ZDF-Morgenmagazin 9.05 Volle Kanne – Service täglich 10.30 Notruf Hafenkante ፷

11.15 SOKO Wismar Krimiserie, D 2012 · Schlechter Umgang 12.00 heute

12.10 drehscheibe 13.00 Mittagsmagazin 14.00 heute - in Deutschland 14.15 Die Küchenschlacht Johann

Lafer sucht den Spitzenkoch 15.05 Bares für Rares 16.00 heute - in Europa 16.10 Die Rosenheim-Cops (28/28) 

Erbschaft mit Folgen Finale der 10. Staffel 17.00 heute

17.10 hallo deutschland 17.45 Leute heute D 2021 · Doppeltes Spiel

rie, D 2021 · Gefährliches Spiel

20.15 Lena Lorenz (1/4) 

Eltern für mein Kind · TV-Heimatfilm, D/A 2021 · Mit Judith Hoersch, Eva Mattes u.a. · Regie: Britta Keils NEU (2. Teil: Do., 28.10.)

21.45 heute-journal 22.15 maybrit illner Mit ihren zumeist politischen Gästen diskutiert Maybrit Illner kontrovers das Thema der Woche. 23.15 Markus Lanz Talkshow

0.30 heute journal update 0.45 Filmgorillas Magazin, D 2021 Krimiserie, D 2021 · Raubkatze

rie, D 2021 · Gefährliches Spiel **2.25** Heldt (13–15/15) **፷** Krimiserie, D 2019 · Schmutzige Geschäfte / Bochum Boys / Die Wanne ist voll

Finale der 7. Staffel 4.45 Leute heute Magazin, D 2021 4.55 hallo deutschland Magazin

SAT. 1

20.15 FANTASYFILM

Harry Potter und der ...

Schwebt Harry (D. Radcliffe) in Gefahr? Sirius Black ist aus dem Ge-

fängnis von Askaban geflohen und

nun auf dem Weg nach Hogwarts.

Ruth Moschner 19.55 Sat.1 Nachrichten



**RTL** 

Das Sommerhaus der Stars Mike Cees-Monballijn sammelte schon bei "Temptation Island" TV-Erfahrung. Seit Februar ist er mit Michelle Monballijn verheiratet.

5.15 Anwälte der Toten - Rechtsmediziner decken auf 6.00 Guten Morgen Deutschland

8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2021 9.00 Unter uns Daily Soap

9.30 Alles was zählt Daily Soap 10.00 Der Nächste, bitte! 11.00 Wir lieben Camping -Unser Urlaub, unser Platz

Dokureihe, D 2021 12.00 Punkt 12 Magazin, D 2021 15.00 wunderbar anders wohnen 15.45 Wir lieben Camping -Unser Urlaub, unser Platz

Dokureihe, D 2021 16.45 RTL Aktuell 17.00 Explosiv Stories 17.30 Unter uns Daily Soap, D 2021 18.00 Explosiv – Das Magazin 18.30 Exclusiv – Das Star-Magazin

18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt 19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten Daily Soap, D 2021

20.15 Das Sommerhaus der Stars – Kampf der Promipaare (9/12) Show, D 2021 21.15 Das Sommerhaus der Stars -Der Live Talk (3/3) Show

Mod.: Frauke Ludowig 22.15 RTL Direkt 22.35 Exclusiv spezial Magazin, D 2021 · Das Sommerhaus (3/3)

**23.15 RTL Topnews** (5/12) Show, D 2021 · Mit Özcan Cosar, Till Reiners, Bastian Bielendorfer, Faisal Kawusi, Ilka Bessin · Moderation: Sarah Valentina Winkhaus

0.00 RTL Nachtjournal 0.30 CSI: Miami Krimiserie, USA 2004 · Ein glasklarer Fall / Die Todeswelle 2.15 CSI: Den Tätern auf der Spur Krimiserie, USA/CDN 2007

Fleischmarkt / Korrekturen /

Rückkehr mit Vorwarnung

**PRO 7** 



The Voice of Germany Als Coach der Comeback Stage folgt Elif auf Michael Schulte. Letztes Jahr brachte die Sängerin mit "Nacht" ihr

drittes Album raus

**5.30 LIVE** Sat.1-Frühstücksfernsehen 5.20 The Middle 6.00 Two and a Half Men Magazin · Mod.: Annika Lau, Daniel Bosch-7.20 The Big Bang Theory 8.40 Man with a Plan 9.35 Brooklyn Nine-Nine 10.30 mann 10.00 Klinik am Südring – Die Familienhelfer · 4 Folgen der Doku-Soap **12.00** Scrubs – Die Anfänger **12.20** Last Man Klinik am Südring **13.00** Auf Streife – Berlin Standing **13.15** Two and a Half Men · U.a.: 14.00 Auf Streife 15.00 Auf Streife - Die Pamela und Purzelchen 14.35 The Middle Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Das Schwimmteam / Der Hochzeitstag Lenßen übernimmt · Doku-Soap 17.30 15.35 The Big Bang Theory · Zwei komi-K11 – Die neuen Fälle Doku-Soap 18.00 sche Vögel / Die Beziehungsrahmenverein-Buchstaben Battle · Show, D 2021 · Gäste: barung / Das Speckerman-Trauma 17.00 Alexander Herrmann, Ulrike von der Groe-LIVE taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpben, Pierre Littbarski, Kim Fisher u.a. · Mod.: sons · Rat mal. wer zum Essen kommt /

Marge im Suff 19.05 LIVE Galileo

Dokureihe, GB 2020

(6/15) Magazin, D 2021

D 2018 · Extreme Jobs

3.50 taff Boulevardmagazin, D 2021

den im Norden 9.15 Eisenbahn-Romantik

**9.45** made in Südwest **10.15** betrifft **11.00** 

Planet Wissen 12.00 Nashorn, Zebra & Co.

mantik 15.10 Morden im Norden (16/16)

Finale der 6. Staffel 16.05 Kaffee oder Tee

**tvtv** Gesundheit

Gut schlafen

Wie wichtig erholsamer Schlaf ist.

merken wir schon, wenn wir mal

nur eine Nacht schlecht geschla-

fen haben und morgens wie gerä-

dert aufwachen. Der Schlafmangel

hinterlässt Spuren. Nach einer

durchwachten Nacht sind wir viel

weniger belastbar, die Konzentra-

tion fällt schwer, die Energie fehlt.

Der Körper braucht diese nächt-

liche Ruhepause, die ja eigentlich

keine echte Pause ist. Während wir

schlafen, haben lediglich unsere

Muskeln Pause. Das Gehirn, das Im-

munsystem und unsere Körperzel-

len sind im Schlaf hochaktiv. Denn

alle Organe regenerieren sich im

Schlaf. So findet beispielsweise die

Wundheilung vor allem im Schlaf-

zustand statt. Zudem nutzt der

Körper diese Zeitspanne der Nacht-

ruhe, um zu entgiften, also Stoff-

wechselendprodukte auszuschei-

den. Unser Gehirn, das nach etwa

16 Stunden erschöpft ist, braucht

den Schlaf. um "aufzuräumen".

Tatsächlich haben Forscher beob-

achtet, dass Abfallstoffe im Zentral-

nervensystem während der Nacht-

ruhe entsorgt werden und neue

Nervenverknüpfungen entstehen.

Fehlt Schlaf, sind wir anfälliger

für Infekte, das Risiko, an Diabetes

Tipps lässt sich gegensteuern.

Nahezu jeder Dritte hierzulande leidet unter Schlaf-

Tipps für eine

erholsame Nachtruhe

• Verzichten Sie nach 16 Uhr auf

anregende Getränke wie Kaf-

fee, Cola oder schwarzen Tee.

dem Zubettgehen nur leichte

Kost. Denn wenn der Verdau-

ungsapparat damit beschäftigt

ist, ein schweres Abendessen

zu verarbeiten, stellt sich lei-

• Pflegen Sie Abendrituale.

Ganz egal, ob Sie sich für eine

abendliche Lesestunde, einen

ausgedehnten Spaziergang an

der frischen Luft oder ein paar

Yoga-Übungen entscheiden,

Hauptsache ihr abendliches

Ritual hilft Ihnen, abzuschal-

ten und zur Ruhe zu kommen.

• Überprüfen Sie Ihr Schlafzim-

mer auf Störfaktoren und ach-

ten Sie auf ein gutes, schlafför-

derndes Klima. Die optimale

Schlaftemperatur liegt zwi-

schen 16 und 19 Grad. Wichtig:

Lüften Sie vor dem Zubettge-

hen das Schlafzimmer. Das

versorgt den Körper mit dem

• Ein natürlicher Helfer für tie-

fen und erholsamen Schlaf ist

die Passionsblume. Studien

zeigen, dass hochdosierter

Passionsblumenextrakt eine

schlaffördernde Wirkung hat

und schon 30 Minuten nach

der Einnahme wirkt.

notwendigen Sauerstoff.

der kein Schlaf ein.

• Essen Sie drei Stunden vor

störungen. Damit Sie in Zukunft eine erholsame

Nacht haben, hier die besten Schlummertipps

Aretha Franklin

20.15 Harry Potter und der **20.15** The Voice of Germany (5/18) Gefangene von Askaban Castingshow, D 2021 Fantasyfilm, GB/USA 2004 Blind Audition (5/10) · Coaches: Mit Rupert Grint, Emma Watson Sarah Connor, Johannes Regie: Alfonso Cuarón Oerding, Mark Forster, Nico 23.05 Phantastische Harry Potter Santos · Moderation: Lena Gercke, Thore Schölermann

Momente - Das große SAT.1 Spezial Doku, D 2018 22.55 red. Magazin LIVE Perfect Shot (3/4) Show, Criminal Minds Krimiserie, USA 2014 · Die D 2021 · Mod.: Bill Kaulitz 0.25 Songs für die Ewigkeit Ehre der Familie / Schweine

**SWR** 

und Menschen / Lebensfäden 2.35 Criminal Minds: Beyond 1.20 Zervakis & Opdenhövel. Live. Borders Krimiserie, USA 2017 Böses Erwachen / 3.00 10 Fakten Dokureihe, Beschleunigtes Verfahren

3.50 Criminal Minds Krimiserie, USA 2014

8.20 hessenschau 8.50 Die Ratgeber 9.20 6.00 Morningshow 7.55 Brisant 8.25 Mor- 7.45 IIII Kindermädchen für Papa ge-Mex 10.05 Die Nordreportage 10.35 Abenteuer Namibia – Die Wüstenrallye 11.20 Giraffe & Co. 12.10 Gefragt – Gejagt 12.55 Gestüt Hochstetten 13.40 Rentnercops 12.45 Meister des Alltags 13.15 Gefragt -14.30 FILM Papa und die Braut aus Kuba Gejagt 14.00 Aktuell 14.10 Eisenbahn-Ro-TV-Komödie, D 2016 · Mit Walter Kreye u.a. 16.00 Im Wechsel: hallo hessen / hessenschau 18.00 Maintower 18.25 Brisant 18.00 Aktuell 18.15 Die Rezeptsucherin **18.45** Die Ratgeber **19.15** alle wetter **18.45** Landesschau **19.30** Aktuell **20.00** 19.30 hessenschau 20.00 Tagesschau Tagesschau 20.15 Zur Sache BW! / Zur 20.15 Quarks · Gefährlicher Abfall – wohin Wahrnehmung verändert 21.00 defacto. auf Probe - Neustart mit 450 PS 21.45 Ak- ins Tierreich Die kleinen Giganten des Nor-Wie gefährlich sind PFC? 21.45 Über Chats tuell 22.00 Odysso Cash oder Karte? Die dens – Das Geheimnis der Lemminge 21.45 in die Prostitution – Ich war erst 11 22.15 Zukunft des Geldes 22.45 Kunscht! 23.15 aktuell 22.15 Frau tv 22.45 Menschen hauthessenschau 22.30 Hauptsache Kultur Jemen – Die Mütter der Entführten · Dok. - nah · Von der Behindertenwerkstatt in den 23.00 Real life guy – Der YouTuber, der Tod und die Hoffnung 23.45 Russlands Millenniumskinder 1.15 Papa und die Hoffnung 2.55 Stromlos – eine Familie zieht den Hörsaal (1–4/4) 23.55 Pershing Komödie, D 2018 · Mit Anna Florkowski u.a. 1.25 Pershing Komödie, D 2018 · Mit Anna Flo Braut aus Kuba (Wh. v. 14.30)3.35 defacto Stecker 3.10 Odysso 3.55 Marktcheck

**VOX** 



Stirb langsam

Im dritten Teil der Reihe übernahm Thomas Danneberg die Synchronisation von Bruce Willis (r.). Manfred

5.00 CSI: NY 7.20 CSI: Den Tätern auf der Spur 9.10 CSI: Miami 12.00 Shopping Queen 13.00 Zwischen Tüll und Tränen 14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Marcus vs. Stefanie 15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates - Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner · Doku-Soap, D 2021 · Tag: 4: Arnold, Ingolstadt Vorspeise: Ungarische Gulaschsuppe mit Lángos-Streifen / Hauptspeise: Dry Aged Schweinekotelett mit zweierlei Beilagen / Nachspeise: Süß, fruchtig und edel

20.15 Stirb langsam: Jetzt erst recht Actionfilm, USA 1995 Mit Jeremy Irons, Samuel L. Jackson u.a. Regie: John McTiernan 22.55 James Bond 007 - Skyfall

Agentenfilm, USA/GB/TRK 2012 Mit Daniel Craig, Naomie Harris, Bérénice Marlohe u.a. Regie: Sam Mendes Dieses Mal wird Bonds Loyalität zu seiner Vorgesetzten M auf die Probe gestellt, als sie von ihrer eigenen Vergangenheit eingeholt wird.

1.45 vox nachrichten 2.05 Medical Detectives 4 Folgen der US-Dokureihe (bis 5.00)

D/B 2019 · Mit Victoria Schulz u.a.

**WDR** 

KABEL 1



Ab ins Kloster!

Unter der liebevollen, aber strengen Obhut Schwester Elisabeths in Brenkhausen sollen drei Teenager ihre Lebensweise überdenken.

**5.10** Blue Bloods – Crime Scene New York 5.55 The Mentalist 6.45 Navy CIS: L.A. 8.30 Navy CIS: New Orleans 10.20 Blue Bloods – Crime Scene New York **12.05** Castle · Veritas **13.00** The Mentalist · Gepresste Kohle 13.55 Hawaii Five-0 · Kein Wort 14.50 Navy CIS: L.A. · Agent Blye 15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. · Agent Blye 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt Reportagereihe, D 2021 · "David's im Engels", Neuss **18.55** Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum · Doku-Soap, D 2021

20.15 Ab ins Kloster! - Rosenkranz statt Randale (3/4) Doku-Soap, D 2021 Für Bad Boy Fabian, den verpeilten lan und Fabio geht es für acht Tage in das koptische Kloster nach Brenkhausen.

22.30 K1 Magazin D 2021

Mod.: Madita van Hülsen 23.30 Achtung Abzocke -Betrügern auf der Spur

Dokureihe, D 2020 1.30 Trucker Babes -400 PS in Frauenhand Doku-Soap, D 2021

3.20 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum Doku-Soap, D 2021 (bis 5.40)

BR

7.35 LIVE Panoramabilder / Bergwetter sucht Komödie, D 1957 9.10 Aktuelle Stun-8.30 Tele-Gym 8.45 Aktiv und gesund 9.15 de 9.55 Westpol: Eins zu eins 10.25 Lokal-Australiens Nationalparks (1/5) – Die Alpen 10.00 Eisenbahn-Romantik 10.30 Brisant 11.00 In aller Freundschaft 11.45 Julia zeit 10.55 Planet Wissen 11.55 Leopard, Seebär & Co. 12.45 WDR aktuell 13.05 Giraffe & Co. 14.00 Und es schmeckt doch!? (1/13) · Wh. der 4. Staffel 12.35 Nashorn, (4/6) 14.30 In aller Freundschaft 16.00 ak-Zebra & Co. 13.25 Elefant, Tiger & Co. 14.15 tuell 16.15 Hier und heute 18.00 aktuell / Aktiv und gesund 14.45 Gefragt – Gejagt Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle 15.30 Schnittgut 16.00 BR24 Rundschau Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau **16.15** Wir in Bayern **17.30** Regional **18.00** Abendschau 18.30 BR24 Rundschau 19.00 20.15 Alles Wissen Wie Kleidung unsere Sache RP! 21.00 Mensch, Leute! Truckerin mit unserem Atommüll? 21.00 Expeditionen mehr/wert 19.30 Dahoam is Dahoam 20.00 Tagesschau 20.15 quer 21.00 Schlachthof · Gäste: Martina Schwarzmann, Severin Groebner 21.45 BR24 Rundschau 22.00 Ringlstetter 22.45 Capriccio 23.15 FILM **Das Verschwinden** (3/4) Zwei Mütter TV-Krimi, D/CZ 2017 · Mit Julia Jentsch u.a. (4. Teil: Do., 28.10.) **0.45** Startrampe **2.15** Zu Besuch im Jüdischen Museum Berlin

> 6.35 Unbekanntes Madagaskar (2/2) 7.20 Rote Rosen 8.10 Sturm der Liebe 9.00 kenschwestern 14.00 Info 14.15 Gefragt -Nordreportage · Rein in die Kartoffeln -

NDR

Nordmagazin 9.30 Hamburg Journal 10.00 Schleswig-Holstein Magazin 10.30 buten un binnen 11.00 Hallo Niedersachsen 11.30 Die Nordreportage 12.00 Brisant 12.25 In aller Freundschaft 13.10 Die Kran-Gejagt 15.00 die nordstory 16.00 info **16.10** Mein Nachmittag **17.00** Info **17.10** Leopard & Co. **18.00** Regional **18.15** Die Hochsaison für die tolle Knolle **18.45** DAS! 19.30 Regional 20.00 Tagesschau 20.15 mareTV · Albaniens Adria - Lagunen zwischen Bergen und Meer / Lieblingsküste: Die östliche Adria – Von Triest nach Dubrovnik 21.45 Info 22.00 ELL Schmerzgrenze – Der Usedom-Krimi TV-Krimi, D 2020 Mit Katrin Sass 23.30 Großstadtrevier 0.20 **IIIII** Schmerzgrenze – Der Usedom-Krimi (Wh. von 22.00) 1.50 Zapp

#### **MDR**

6.20 Sturm der Liebe 7.10 Rote Rosen 8.00 Sturm der Liebe 8.50 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 Copacabana TV-Drama. D 2007 · Mit Bruno Ganz u.a. **14.00** MDR um zwei 15.15 Gefragt - Geiagt 16.00 MDR um vier 17.45 aktuell 18.10 Brisant 18.54 Sandmännchen 19.00 MDR Regional 19.30 aktuell 19.50 Zeigt uns eure Welt (4/4) Meisterliche Entdeckungen mit Sarah und Lars 20.15 Lebensretter 21.00 Hauptsache gesund · Hand – Was tun bei Nervenschäden? / Osteopathie - Hokuspokus oder echte Hilfe? / Zahnimplantate 21.45 aktuell 22.10 artour 22.40 Real life guy – Der YouTuber, der Tod und die Hoffnung · Doku, D 2021 23.10 Deutschland, deine Künstler · Katrin Sass 23.55

ELL Good bye, Lenin! Tragikomödie, D 2003 Mit Daniel Brühl u.a. 1.50 Lebensretter 2.35 Hauptsache gesund 3.20 artour

#### RBB

ell 8.30 Abendschau 9.00 In aller Freundschaft · Nur ein Moment / Jenseits der Schmerzgrenze 10.30 Die jungen Ärzte Gratwanderung **11.20** Rentnercops · Ich bring dich um **12.10** Gefragt – Gejagt **13.00** rbb24 **13.10** Giraffe & Co. **13.40** Rentnercops · Auf alles vorbereitet **14.30** FILM Im Schatten des Pferdemondes TV-Melodram, D 2010 · Mit Philipp Brenninkmeyer 16.00 rbb24 16.10 Die jungen Ärzte Schattensprünge **17.05** Gefragt – Gejagt Quizshow, D 2020 · Mod.: Alexander Bommes 17.53 Sandmännchen 18.00 Um sechs 18.27 zibb 19.30 Abendschau 20.00 Tagesschau 20.15 FILM Drei Drama, D 2010 · Mit Sophie Rois u.a. **22.05** rbb24 **22.35** Polizeiruf 110 Das Wunder von Wustermark · TV-Krimi, D 1998 · Mit Otto Sander 0.00 Goliath96 Drama, D 2018 · Mit Katja Riemann u.a. 1.40 Film Drei (Wh. von 20.15) **3.35** Um sechs **4.00** zibb

6.00 LIVE Guten Morgen Berlin 8.00 Aktu-

Wissenschaftliche Studie: Jetzt anmelden!

## Gesucht: Typ-2-Diabetiker, die ihren Diabetes besiegen wollen

Neueste Ergebnisse der Diabetesforschung zeigen, dass es möglich ist, mit Hilfe einer bilanzierten Diät, den Blutzuckerspiegel zu senken, dauerhaft abzunehmen und den Diabetes zu besiegen.



Prof. Dr. Stephan Martin Chefarzt für Diabetologie und Direktor des Westdeutschen Diabetes- und Gesundheits-

zentrum as Westdeutsche Diabetesund Gesundheitszentrum eine wissenschaftliche Studie und sucht bundesweit Teilnehmer, die mit Hilfe der bilanzierten Diät Almased Typ 2, ihre Blutzuckerwerte verbessern, Gewicht reduzieren und ihren Diabetes besiegen wollen. Die Teilnehmer müssen **Tvp-2-Diabetes** mit einem HbAlc ≥ 7,5 % und einem Body Mass Index  $\geq$  27 kg/m<sup>2</sup> haben. Die Studie ist auf 1 Jahr angelegt. Während dieser Zeit erhalten die Teilnehmer ihre Almased-Dosen kostenlos und schicken im Gegenzug ihre im Rahmen des DMP beim Hausarzt

gemessenen Werte ans WDGZ.

#### Mitmachen lohnt sich:

und dauerhaft abzunehmen.

(WDGZ) in Düsseldorf plant nehmer anschließend ihr Essverhalten besser im Griff hatten und sich ihre Lebensqualität steigerte.

> Als Dankeschön für die Studienteilnahme erhalten Sie kostenlos das Buch "Wie Insulin uns alle dick oder schlank macht" von Stephan Martin, Kerstin Kempf & Julia Romi

Volk Verlag



Bitte füllen Sie das Formular rechts aus



wdgz-studienzentrum@vkkd-kliniken.de per Post: Studienzentrum des Westdeutschen Diabetes-



Schon bei früheren wissen schaftlichen Studien hatte sich gezeigt, dass Almased Typ 2 Menschen mit Diabetes helfen kann, den HbAlc und die Blutzuckerwerte deutlich zu senken

#### Mehr noch:

Die Studien belegen, dass die Teil-

978-3-95453-**Verlag:** Becker Joest

## So bewerben Sie sich

und senden Sie es entweder ...



0211 / 566 03 60 46

.. oder bei dringenden Fragen erreichen Sie uns telefonisch unter 0211 / 566 03 60 65

#### Ich habe Typ 2 Diabetes mellitus und möchte an der wissenschaftlichen Studie teilnehmen

Straße		
PLZ, Wohnort		
Telefonnummer		
E-Mail-Adresse		
Geburtsdatum	aktueller HbA1c (%)	
Größe (cm)	aktuelles Gewicht (kg)	

Mein Diabetes wird im Moment behandelt mit

msum	unten eintragen
Name der Dia	betesmedikamente

Westdeutsches Diabetesund Gesundheitszentrum WDGZ

Tabletten (in die Liste

zu erkranken, steigt. Außerdem ist anhaltender Schlafmangel schlecht fürs Gemüt und steht im Verdacht. das Risiko für eine Depression zu erhöhen. So weit sollte es nicht kommen. Mit den nachfolgenden

**Ninja Warrior Germany** 

Die Leibers, die "Crazy Family" aus

Steinheim, sind auch dieses Jahr

wieder am Start. Ein Leben ohne

Sport ist für sie nicht vorstellbar.

5.15 Anwälte der Toten -

Rechtsmediziner decken auf

6.00 Guten Morgen Deutschland

8.30 Gute Zeiten, schlechte Zeiten

9.00 Unter uns Daily Soap, D 2021

Unser Urlaub, unser Platz

Unser Urlaub, unser Platz

Daily Soap, D 2021

9.30 Alles was zählt

10.00 Der Nächste, bitte!

11.00 Wir lieben Camping -

15.45 Wir lieben Camping -

16.45 RTL Aktuell

18.45 RTL Aktuell

19.05 Alles was zählt

17.00 Explosiv Stories

Dokureihe, D 2021

12.00 Punkt 12 Magazin, D 2021

15.00 wunderbar anders wohnen

17.30 Unter uns Daily Soap, D 2021

18.30 Exclusiv - Das Star-Magazin

19.40 Gute Zeiten, schlechte Zeiten

18.00 Explosiv - Das Magazin

Daily Soap, D 2021

Daily Soap, D 2021

20.15 Ninja Warrior Germany

- Die stärkste Show

Show, D 2021 · Vorrunde (2/7)

**Deutschlands** (2/11)

Kandidaten: Astrid Sibon.

Ronny Gwerder, Marvin

Viktoria Krämer, Martin

23.00 Date or Drop (2/6) Show, D

0.05 RTL Nachtjournal / Wetter

0.40 Die ultimative Chart-Show

Die erfolgreichsten Hits

1.15 Willkommen bei Mario Barth

**4.15** Ninja Warrior Germany (2/11)

Gäste: Caroline Frier, Marcus

& Martinus · Mod.: Mario Barth

Show, D 2021 (Wh. von 20.15)

Musikshow, D 2018

der letzten 40 Jahre

(4/6) Show, D 2017

Mitterhuber, Lukas Kilian,

Dobianer, Leonardo Calderon

Moderation: Laura Wontorra,

Jan Köppen, Frank Buschmann

2021 · Mod.: Sophia Thomalla

Toni (L. Reisinger) steht Jella (Antonia Bill) bei. Die Sängerin wurde von ihrem Produzenten vergewaltigt, aber scheut sich, ihn anzuzeigen.

5.00 Panorama 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-Buffet 13.00 Mittagsmagazin

14.00 Tagesschau 14.10 Rote Rosen Telenovela 15.00 Tagesschau

15.10 Sturm der Liebe Telenovela 16.00 Tagesschau 16.10 Verrückt nach Meer Doku-Soap, D 2020

Köstliches Cartagena 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? Quiz-

show, D 2021 · Gäste: Julia-Niharika Sen, Dagmar Berghoff 18.50 Quizduell - Der Olymp Show 19.55 Börse vor acht 20.00 Tagesschau

20.15 Toni, männlich, Hebámme – Géstohlene Träume 

TV-Komödie, D '21 Mit Wolke Hegenbarth u.a. Regie: Sibylle Tafel NEU

21.45 Tagesthemen Schatz geblieben? · TV-Krimi, D 2019 · Mit Sabine Postel u.a. Regie: Florian Baxmeyer Die Aufklärung eines Mordfalls entwickelt sich für die Bremer Kommissare zu einer Zerreißprobe ihrer Freundschaft.

23.45 Maria Wern, Kripo Gotland Schneeträume · TV-Krimi. S 2011 · Mit Eva Röse u.a. Regie: Erik Leijonborg

1.20 Toni, männlich, Hebamme 🗷 Gestohlene Träume · TV-Komödie, D 2021 (Wh. von 20.15) 2.55 Maria Wern, Kripo Gotland

FIIM Schneeträume · TV-Krimi, S 2011 (Wh. von 23.45)

Unterbringung von bis zu

3 Kindern möglich!

Hunsrück

Für Sie inklusive:

zum Abendessen

✓ KidsClub\*

Endreinigung

ReisenAKTUELL.COM

EHRLICH GÜNSTIG VERREISEN!

**RTL** 



**Die Chefin** 

Die Spur in einem Mordfall führt zu einem alten Bekannten des Ermittlers Paul Böhmer (J. Tonkel), was den in tödliche Gefahr bringt.

5.30 ZDF-Morgenmagazin 9.05 Volle Kanne – Service täglich 10.30 Notruf Hafenkante ≥

Vorsicht Vergangenheit 11.15 SOKO Wismar Krimiserie, D 2012 · Ohne Abschied

12.00 heute 12.10 drehscheibe 13.00 Mittagsmagazin 14.00 heute - in Deutschland 14.15 Die Küchenschlacht

15.05 Bares für Rares 16.00 heute - in Europa **16.10** Die Rosenheim-Cops (1/30) **☑** Krimiserie, D 2011

Wh. der 11. Staffel Der Preis der Schönheit 17.00 heute 17.10 hallo deutschland

17.45 Leute heute **18.00 SOKO Wien ☑** Spurlos (2020) 19.00 heute

Krankenhausserie, D 2021 Besser spät als nie

**20.15 Die Chefin** (1/8) **2** Neue Folgen der 12. Staffel Krimiserie, D 2021 · Trugbild

21.15 SOKO Leipzig Krimiserie, D 2021 · Das ewige Leben · Die Ermittlungen im aktuellen Mordfall führen zu Moritz Brenner, einem flüchtigen Verdächtigen. 22.00 heute-journal

22.30 heute-show Satire, D 2021 23.00 ZDF Magazin Royale Talkshow, D 2021 23.30 aspekte

Reportagereihe, D 2021 Neue Stimmen, neue Wege "aspekte" von der Frankfurter Buchmesse / Gastland Kanada 0.15 heute journal update

0.30 Fatale Zusammentreffen (6/6) Dokureihe · Die Traumfrau 1.15 ZDF-History Dokureihe, D 2021

Die Windsors: Edward VIII. 2.00 Terra X Dokureihe

SAT. 1



**Die Gegenteilshow** 

Fragen wie "Ist der Papst katholisch?" oder "Ist die Erde eine Scheibe?" müssen Daniel Boschmanns Kandidaten falsch beantworten.

5.15 Auf Streife 5.30 LIVE Sat.1-Frühstücksfernsehen 10.00 Klinik am Südring -Die Familienhelfer · 4 Folgen der Doku-Soap **12.00** Klinik am Südring **13.00** Auf Streife – Berlin **14.00** Auf Streife **15.00** Auf Streife - Die Spezialisten 16.00 Klinik am Südring 17.00 Lenßen übernimmt 17.30 K11 - Die neuen Fälle 18.00 Buchstaben Battle · Show, D 2021 · Gäste: Alexander Kumptner, Mirja Boes, Laura Karasek, Matthias Killing, Matthias Distel, Jochen Ben-Mod.: Ruth Moschner 19.55 Nachrichten

20.15 Die Gegenteilshow (2/4) Show, D 2021

Mod.: Daniel Boschmann 22.45 Halbpension mit Schmitz Show, D 2021 · Gäste: Simon Pearce, Janine Kunze, Kathrin Osterode, Jenke von Wilmsdorff · Mod.: Ralf Schmitz

**23.45** The Voice of Germany (4/18) Castingshow, D 2021 Blind Audition (4/10)

2.05 Sechserpack Comedyshow, D 2010 · Knapp vorbei ist auch daneben / Die 80er / Shopping 3.20 Die dreisten drei – Die Comedy-WG Show, D 2005

4.25 Sechserpack Comedyshow, D 2010

7.35 Respekt 8.05 Maintower 8.30 hessenschau **9.00** Die Ratgeber **9.30** Alles Wissen burg - eine Reise in die romantische Mo-Campervan-Roadtrip in die Steiermark

Für die Leser der

Reise-Code: feob

4 Tage inkl. Halbpension Plus

**TERMINE & PREISE** in €/Person im BU

Nächte

139

179 299

129

M0+FR

7 N.: MO+FR

3 N.: FR

Studio: 8 € pro Vollzahler/Nacht, Kinder 2-12,9 Jahre: 6 €/Nacht,

**Ermäßigungen:** 1–3 Kinder 0–3,9 Jahre FREI, 4–12,9 Jahre 40 %

Im Studio (1 Kind) oder 4-Pers.-Bungalow (1-2 Kinder) bei zwei

Vollzahlern bzw. 6-Pers.-Bungalow (2-3 Kinder) bei drei Vollzahlern.

Reise-Code: bbko

4 Tage inkl. Halbpension

**TERMINE & PREISE** in €/Person im DZ

**Anreise** 

S0

MO-SA

S0

MO-SA

Nächte

5 7

209 279

229 289

229 299

229 289

129

139

129 209 279

139

**Hunde:** ca. 5 €/Tag (mit Voranmeldung; nicht im Restaurant)

Zuschläge: BU renoviert: 10 € pro Vollzahler/Nacht,

4-Pers.-Bungalow für 2 Pers.: 10 € pro Person/Nacht

Fremdenverkehrsabgabe: ca. 1,80 € pro Person/Tag

🖶 Eiaene Anreise

Keine Einzelbelegung möglich.

Kinder 2-12,9 Jahre: 6 €/Nacht

Auch Termine in 2022 buchbar

schon ab €

🕽 Eiaene Anreise

**Saison** \*letzte Abreise

**Saison** \*letzte Abreise

01.11.-17.12.21\*

18.10. - 31.10.21

PRO 7



**Star Wars** 

Rey (Daisy Ridley) will den im Exil lebenden Luke Skywalker bewegen, sich dem Widerstand anzuschließen. Er sträubt sich anfangs

5.50 The Middle 6.10 Two and a Half Men 5.00 CSI: NY 7.20 CSI: Den Tätern auf der 7.30 The Big Bang Theory 8.50 Man with a Plan 9.40 Brooklyn Nine-Nine 10.35 Scrubs – Die Anfänger 12.20 Last Man Standing 13.20 Two and a Half Men · Wo ist die Leiche, Sir? / Es ist kein Frauenauto! / Sushi und Ketchup 14.35 The Middle · Der Schulausflug / Das Straßenfest 15.35 The Big Bang Theory · Kinder? Nein danke! / Penny und Leonard 2.0 / Spaß mit Flaggen 17.00 LIVE taff 18.00 Newstime 18.10 ges Grün / Hauptspeise: Saftiges Rot. del. Charlotte Karlinder, Jenny Elvers Die Simpsons, Die Verurteilten / Hochzeit Knuspriges Goldgelb, buntes Grün / Nachauf klingonisch 19.05 Galileo · Magazin

> 20.15 Star Wars: Die letzten Jedi Sci-Fi-Film, USA 2017 Mit Mark Hamill, Carrie Fisher Regie: Rian Johnson

23.20 Gemini Man Actionfilm, USA/CHN 2019 · Mit Will Smith, Mary Elizabeth Winstead, Clive Owen u.a. Regie: Ang Lee

1.30 John Wick Actionfilm, USA/GB/ CHN 2014 · Mit Keanu Reeves. Michael Nyqvist, Alfie Allen u.a. Regie: Chad Stahelski

3.20 Watch Me - das Kinomagazin D 2021 3.35 Universal Soldier: Regeneration Actionfilm,

USA 2009 · Mit Jean-Claude van Damme, Dolph Lundgren

#### VOX



The Expendables

Sylvester Stallone (I.) führte Regie und tut mit Mickey Rourke das, was er am besten kann: Muskeln spielen lassen, faltige Haut zeigen.

Spur 9.10 CSI: Miami 12.00 Shopping Queen 13.00 Zwischen Tüll und Tränen 14.00 Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? · Doku-Soap, D 2020 · Pamela vs. Katrin 15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates -Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner · Doku-Soap, D 2021 · Tag 5: Nenad, Ingolstadt · Vorspeise: Frisches Rosa, saftispeise: Zartes Rot, elegantes Weiß

20.15 The Expendables

Actionfilm, USA/E/BUL 2010 Mit Jason Statham, Jet Li u.a. Barney Ross ist der Kopf der Söldnertruppe "The Expendables". Sie sollen den tyrannischen Diktator Garza stürzen, der einen Inselstaat in Südamerika regiert.

22.05 Stirb langsam: Jetzt erst recht Actionfilm, USA 1995 Mit Bruce Willis, Jeremy Irons Regie: John McTiernan (v. gest.)

0.45 vox nachrichten 1.05 Medical Detectives US-Dokureihe · Eine Frage der Zeit

1.55 Snapped – Wenn Frauen töten Dokureihe, USA 2012

#### KABEL 1



**Criminal Minds** 

In New York verschwindet die 15-jährige Katie. Das bringt Rossi (Joe Mantegna) in Verbindung mit zwei weiteren Entführungsfällen

5.45 Abenteuer Leben Spezial · Magazin 7.35 Navy CIS: L.A. 8.30 Navy CIS: New Orleans (23+24/24) · Finale der 3. Staffel 10.20 Blue Bloods – Crime Scene New York 12.05 Castle (23/23) · Finale der 6. Staffel 13.00 The Mentalist 13.55 Hawaii Five-0 14.50 Navy CIS: L.A. 15.50 News 16.00 Navy CIS: L.A. · Die Ehre der SEALs 16.55 Abenteuer Leben täglich · Magazin 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt Reportagereihe, D 2021 · "Restaurant Unfassbar", Viersen 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum · Doku-Soap

20.15 Criminal Minds

Krimiserie, USA 2017 · Licht ist Schmerz / Die Blumen von Hawaii · Das Team untersucht einen Fall in Arizona, wo in der Wüste drei Leichen an Pfählen entdeckt wurden.

22.10 Instinct Krimiserie, USA 2019 · Zerbrochene Schallplatten / Vermisst

0.10 Navy CIS (24/24) Krimiserie, USA 2007 · Der Todesengel Finale der 4. Staffel

1.10 Instinct Krimiserie (v. 22.10) 2.45 Navy CIS Krimiserie (v. 0.10)

3.30 The Mentalist Krimiserie. USA 2014 · Blutiger Schnee

4.10 Bosch Krimiserie, USA 2015

#### BR

8.25 Morden im Norden 9.15 Eisenbahn- 5.25 Lokalzeiten 7.25 IIII Die Zürcher 8.30 Tele-Gym 8.45 Aktiv und gesund 9.15 Querbeet Classix 10.00 Eisenbahn-Romantik 10.30 Brisant 11.00 In aller Freundschaft 11.45 Julia 12.35 Nashorn, Zebra & & Co. 12.20 Gefragt - Gejagt 13.05 303 - 13.15 Gefragt - Gejagt 14.00 Aktuell 14.10 Wissen 12.00 Expeditionen ins Tierreich Co. 13.25 Elefant, Tiger & Co. 14.15 Aktiv Die Serie 13.40 Familie Dr. Kleist 14.30 Eisenbahn Mauretanien - mit dem Eisen- Die kleinen Giganten des Nordens - Das und gesund 14.45 Gefragt - Gejagt 15.30 Mit einem Rutsch ins Glück TV-Ko- erzzug durch die Wüste / Frischer Dampf Geheimnis der Lemminge 12.45 aktuell Schnittgut 16.00 BR24 Rundschau 16.15 13.05 Giraffe & Co. · Ein Flusspferd wird 50 Wir in Bayern 17.30 Regional 18.00 Abend-Im Wechsel: hallo hessen / hessenschau densee (1/8) Finale 4. Staffel 16.05 Kaffee 14.00 Und es schmeckt doch!? (5/6) Bill schau 18.30 BR24 Rundschau 19.00 Unser 18.00 Maintower 18.25 Brisant 18.45 Die oder Tee 18.00 Aktuell 18.15 Fahr mal hin Mockridge und das Problem mit dem Sauer- Land 19.30 Schuhbecks Küchenkabarett (1/4) Neue Folgen der Kochshow, D 2020 schau 20.00 Tagesschau 20.15 Camper- mung in Heilbronn 18.45 Landesschau Wunsch oder Wirklichkeit 16,00 aktuell 20.00 Tagesschau 20.15 Watzmann ermitvan-Roadtrip in die Steiermark 21.00 Salz- 19.30 Aktuell 20.00 Tagesschau 20.15 Ex- 16.15 Hier und heute 18.00 aktuell / Lokal- telt (1+2/8) Wh. der 1. Staffel Der Alte zeit 18.15 Shia Su for Future (2/3) 18.45 vom Berg / Almsünde 21.50 BR24 Rundschau 22.05 Drei. Zwo. Eins. Michl Müller gesschau **20.15** Der grüne Visionär – Ade- Gast: Wolfgang Krebs **22.50** Michl Müller – nauers Gärten · Doku, D 2021 **21.00** Mein Alles Müller – Alles Lieder 2021 23.50 Urlaub – Dein Urlaub · Doku, D 2021 21.45 Ein seltsames Paar Komödie, USA 1967 · Mit Jack Lemmon 1.30 [IIIII] Harold und Maude Tragikomödie, USA 1971 Domian 0.30 Kölner Treff 2.00 Lokalzeiten

#### **SWR**

Doppelmörder Söring **1.00 EIIII Ein Mann** café · Hinter der Fassade **23.30** Alfons und Mit Richard Gere u.a. 2.50 alle wetter 3.05 com · Uta Köbernick 1.00 SchleichFernse-

**WDR** 

Romantik **9.45** Die Rezeptsucherin **10.15** Verlobung Komödie, D 1957 · Mit Liselotte **10.15** Ein Leben für Pferde **10.45** Mit dem Mensch, Leute! **11.00** Planet Wissen **12.00** Pulver u.a. 9.10 Europamagazin 9.40 Aktu-... durchs südliche Afrika **11.30** Giraffe Nashorn & Co.**12.45** Meister des Alltags elle Stunde 10.25 Lokalzeit 10.55 Planet mödie, D 2003 · Mit Anja Kruse u.a. **16.00** rund um Sankt Petersburg **15.10** WaPo Bo-Ratoeber 19.15 alle wetter 19.30 hessen- Lebenslust statt Langeweile – Aufbruchstim- braten 14.30 In aller Freundschaft Magie / pedition in die Heimat Weinland Taubertal zartstadt **21.45** hessenschau **22.00** NDR **21.00** Die Scheune (3/5) Wie Handwerk alte Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Ta-Talk Show Gäste siehe NDR 0.00 Verurteilt! Schätze rettet 21.45 Aktuell 22.00 Nachtfür gewisse Stunden Drama, USA 1980, Gäste Gast: Carmela de Feo 0.15 kabarett. aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 LIVE

## **tvtv** Horoskop



WIDDER 21.3.-20.4 Ihr hochgetourtes Nervensystem ist gerade stark ange-spannt. Durchbrechen Sie eingefahre



















Wehren Sie sich am Arbeitsplatz sofort und energisch gegen eine Ungerechtig-keit. Das ist gut für SKORPION



# Sie setzen Pläne konsequent um. Und das Schöne daran ist, Sie bleiben dabei



Vielleicht sind Sie zu gutmütig. Das macht Sie beliebt, aber ausnutzen.

mmer gut gelaunt.

VOM 16. - 22.10.

**SCHÜTZE** 



WASSERMANN Wollen Sie Freunde behalten, wäre Ver ständnis gut. Das ist anstrengend, zahlt sich aber aus. FISCHE 20.2.-20.3.





Täglich neu! 0900/330 9030\*

## **Tageshoroskop**

Nennen Sie uns Ihren Geburtstag und Sie erhalten Ihr aktuelles Tageshoroskop.



höhere Mobilfunkpreise, FSK 18

#### tvtv Impressum

rty media group GmbH. Frankenstrasse 146, 90461 Nürnberg. www.rtv-mediagroup.de; info@rtv-mediagroup.de Geschäftsführer

Dr. Niklas Darijtschuk, Jan Reichold Chefredakteur

Andreas Herden (V.i.S.d.P.), rtv media group GmbH, Nürnberg **Chief Sales Officer** Tanja Pfisterer-Lang (verantwortlich für Anzeigen mit Ausnahme der vier Umschlagsseiten)

**Objektleitung** Ilker Oyguen

Druck WESTFALEN-BLATT DRUCKZENTRUM, Am Beckhof 1 / Ecke Gildemeisterstr., 33689 Bielefeld Ihre Teilnehmerdaten von Gewinnspielen der rtv media group GmbH werden auf Grundlage der Teilnahmebedingungen gemäß Artikel 6 (1) (b) DSGVO von der rtv media Group GmbH (auch mithilfe von Dienstleistern) für die Gewinnerziehung erfasst und gespeichert. Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter www.rtv.de/datenschutz. Unsere Datenschutzbeauftragte erreichen Sie unter unserer Postanschrift oder per E-Mail unter datenschutz@rtv.de.

#### NDR

6.00 Sesamstraße 6.20 Visite 7.20 Rote Rosen 8.10 Sturm der Liebe 9.00 Nordmagazin 9.30 Hamburg Journal 10.00 Schleswig-Holstein Magazin 10.30 buten un bin-nen 11.00 Hallo Niedersachsen 11.30 Die Nordreportage 12.00 Brisant 12.25 In aller Freundschaft 13.10 Die Krankenschwestern 14.00 Info 14.15 Gefragt - Gejagt 15.00 Wie geht das? · Mit dem Schiff durch die Heide / Luxusliner in der Werft 16.00 Info **16.15** Die Tierärzte **17.00** Info **17.10** Leopard & Co. 18.00 Regional 18.15 Die Nordreportage: Hofgeschichten 18.45 DAS! **19.30** Regional **20.00** Tagesschau **20.15** die nordstory · Ab in den Wald! 21.15 Heimatküche (1/4) Neue Folgen der Reportagereihe, D 2021 · Harzer Strohschwein vom Grill 21.45 Info 22.00 NDR Talk Show Gäste: Max Mutzke, Martin Rütter, Dr. Carola Holzner, Sarah Biasini, Janina Uhse, Aminata Belli 0.00 Käpt'ns Dinner 0.30 deep und deutlich 1.30 Talk Show

#### MDR

6.20 Sturm der Liebe 7.10 Rote Rosen 8.00 Sturm der Liebe 8.50 In aller Freundschaft Scham **9.40** Quizduell – Der Olymp **10.30** Elefant, Tiger & Co. · Duftversuche / Intelligenztest / Geduldsprobe 11.00 MDR um elf 11.45 In aller Freundschaft · Ungeklärtes 12.30 ELL Liebe verlernt man nicht TV-Liebesfilm, D 2009 · Mit Katrin Sass u.a. 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 Regional 19.30 aktuell 19.50 Elefant, Tiger & Co. 20.15 LIVE Musik für Sie · Musikshow · Mod.: Uta Bresan 21.45 MDR aktuell 22.00 Riverboat Leipzig · Gäste: Vicky Leandros, Florian Schroeder, Joachim Llambi, Uta Schorn, Lutz Geißler, Marianne Koch, Oliver Geissen, Björn Both 0.10 FILM Bürgschaft für ein Jahr Drama, DDR 1981 · Mit Katrin Sass u.a. 1.40 Blue Boy · Kurzfilm, D 2019 **2.00** Elefant, Tiger & Co. **2.25** Quickie 2.50 Zeigt uns eure Welt (3+4/4)

#### RBB

ell 8.30 Abendschau 9.00 In aller Freundschaft · Eine Herzgeschichte / Folgenschwere Lügen 10.30 Die jungen Ärzte · Schattensprünge 11.20 Rentnercops · Auf alles vorbereitet 12.10 Gefragt – Gejagt 13.00 rbb24 13.10 Giraffe & Co. 13.40 Rentnercops · No risk, no fun 14.30 Niete zieht Hauptgewinn TV-Liebeskomödie, D 2007 · Mit Christiane Hörbiger u.a. **16.00** rbb24 **16.10** Die jungen Ärzte · Blutsbande 17.05 Gefragt – Gejagt 17.53 Sandmännchen 18.00 Um sechs 18.27 zibb 19.30 Abendschau **20.00** Tagesschau **20.15** Die 30 schönsten Liebeslieder der 90er · Musikshow, D 2020 21.45 rbb24 22.00 Riverboat Leipzig Talkshow, D 2021 · Gäste: Vicky Leandros, Florian Schroeder, Joachim Llambi, Uta Schorn, Lutz Geißler, Marianne Koch, Oliver Geissen, Björn Both **0.10** Ein Kessel Buntes 2.10 Die 30 größten Kulthits des Ostens – Die 70er 3.40 Abendschau 4.10 Aktuell

6.00 LIVE Guten Morgen Berlin 8.00 Aktu-

# **Schleswig-Holsteiner Auenland**

Ferienpark Hambachtal in Oberhambach

√ 3/4/7 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet

✓ Nutzung des subtropischen Erlebnisbads\*

✓ WLAN ✓ Informationen über die Region

→ Parkplatz (nach Verfügbarkeit)

Teilnahme am Animationsprogramm

√ 3/4/7 x Abendessen als 3-Gang-Menü oder Buffet

→ Täglich alkoholfreie Getränke, Bier und Hauswein

✓ Erstausstattung mit Bettwäsche und Handtüchern

#### RRRTRYP by Wyndham Bad Bramstedt

Für Sie inklusive:

Willkommensgetränk

- √ 3/5/7 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet ✓ 3/5/7 x Abendessen als 3-Gang-Menü o. Buffet
- → Wellnessbereich mit Hallenbad\*, Whirlpool, Finnischer Sauna und Dampfbad
- → 10 % Ermäßigung auf Wellnessanwendungen (Sonderangebote ausgenommen) ✓ 1 x Kegeln oder Bowling
- (1 Stunde, nach Verfügbarkeit und auf Anfrage)
- ✓ WLAN ✓ Hotelparkplatz (nach Verfügbarkeit)

\*MO-FR eingeschränkte Nutzung, Öffnungszeiten It, Hotelaushang,

Das Heilbad Bad Bramstedt befindet sich zentral im Städtedreieck Hamburg-Kiel-Lübeck, das Hotel mitten im Kurpark mit einer etwa 3.000 m² großen Kneippanlage und dem "Garten der Sinne" Hamburg ist rund 50 km entfernt.

Umgeben von Wäldern, direkt am schönen Stausee

gelegen, finden Sie Freizeitspaß und Erholung

Ihr Feriennark besteht aus einem Haunt- und

Appartementhaus sowie Bungalows und umfasst

Restaurant, Terrasse, Bar, Aufzug (Haupthaus),

Ihr Bungalow (BU) bietet Bad oder Dusche/WC,

Terrasse, 4-Personen-Bungalows umfassen zwei

Schlafzimmer, 6-Personen-Bungalows dagegen

drei Schlafzimmer. Die Studios verfügen über einen

Wohn- und Schlafbereich, Bad oder Dusche/WC,

TV eine Küchenzeile und einen Balkon

separates WC. Wohnzimmer, TV. Küche und

Erlebnisbad, Wellnessbereich, KidsClub u.v.m.

Ihr Hotel bietet zwei Restaurants, Terrasse und eine Bistro-Bar mit Sky-TV. Aufzügen. Kegel- und Bowlingbahnen, Billard und einen Wellnessbereich mit Hallenbad, Whirlpool, Finnischer Sauna,

Dampfbad, Solarium und Wellnessanwendungen Ihr Zimmer begrüßt Sie mit einem Doppelbett oder getrennten Betten, Dusche/WC, Fön, TV, Telefon und teilweise mit einem Balkon

11.12. - 19.12.21 01.01.-27.03.22 27.11.-22.12.22\*

9

täglich Ermäßigungen: 1 Kind 0-11,9 Jahre FREI Im Doppelzimmer mit Zustellbett bei zwei Vollzahlern.

Kurtaxe: ca. 1 € pro Person/Nacht

28.11.-10.12.21 täglich 18.10. - 27.11.21 149 239 319 28.03. - 26.11.22 Einzelzimmerzuschlag: 20 €/Nacht

Hunde: ca. 8 €/Tag (mit Voranmeldung; nicht im Restaurant)

Details vol der Buching auf weit verliebrackbert.com. Inde beachten Sie, dass es aufgrüht der aktuellen Volle Situation zu Einschränkungen der inklusivileistungen kommen kann. Die angegebene Hotel-/Schiffskategor entspricht einer Einschaftzung der Reisen Aktuell GmbH. Nutzung der Hotel-/Zimmer-/Schiffskategorigen entspricht einer Einschaftzung der Reisen inklusivileistungen, Für Personen mit eingeschränkter Mobilität sind diese Reisen im Allgemeinen nicht geeignet. Anderungen von Leistungen durch Dritte, Verfügbarkeit, Irrümer und Satzfehler vorhehalten, Mit Enhal der Reisebestätigung und des Sicherungsscheines wird eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu tätigen.

Beratung & Buchung 0261-2935 1988 Mo.-Fr. 8-19 Uhr sowie Sa., So. und Feiertage 10-19 Uhr **www.reisenaktuell.com** Veranstalter: Reisen Aktuell GmbH, In den Weniken 1, 56070 Koblenz





Ein Gewinnspiel der rtv media group GmbH

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

#### Einfach sagenhaft: 4x Spitzen-Auto oder 20.000 €!

Sagenhafte Chance: Ein nagelneues Traumauto in der Garage oder 20.000 € auf dem Konto! Wählen Sie zwischen dem VW Tiguan Life, dem elektrischen BMW i3, dem Audi A4 Avant oder dem Mercedes GLA. Eines der Autos können Sie in Serienausstattung gewinnen. Oder gleich 20.000 € in bar. Viel Glück!

Gegen-teil von

itel arab

nicht dick

verdickte

Ziffer

schlim

sdt. Hö-henzug

latein

Erde

faden-stärke (Kw.)

kurz für:

kurzer Ausflug

Schiff

erober

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

Schorr

Aktion

Dünger

Kfz-Z.

Ennepe

Trauber

artig, brav Welt-

sehr alt Männer-

Teil der

streng, nicht

heite

**ODER** 

ein TV-

chnell

eine Groß-macht (Abk.)

Lösung

Sudoku

kurz für:

Handy-Nachric

(Abk.)

Saatgut

biblische

Lebens-gefährtin Lennons (Yoko)

unge-bunder

olf-Staat

Abläufe

VW Tiguan Life (1,5 TSI) SUV (96 kW / 130 PS elefon-Durchwahl: 22 oder per SMS: rtv22

Audi A4 Avant (35 TFSI) Kombi (110 kW / 150 PS Telefon-Durchwahl: 24 oder per SMS: rtv24 oder per SMS: rtv25

Weich

gnüger

Vor-

**BMW i3** (120 Ah) Kompakt-Elektro (125 kW / 170 PS Telefon-Durchwahl: 23 oder per SMS: **rtv23** 

Mercedes GLA 180 SUV (100 kW / 136 PS) Telefon-Durchwahl: 25

Alle Auto-Abbildungen ähnlich

9 7 2 3 1 4 7 5 9 8 3 8 4 1 2 4 5 6

7 2 9 6 8 5 1 9 6 7 5 4 2 5 4

► Telefon:

0900/3333

Bei der Mehrfach-Chance können Sie mit einem Anruf durch die Beantwortung von 10 Fragen Ihre Gewinnchance bis um das 100-Fache (je richtige Antwort um das 10-Fache) erhöhen.

\* € 0,50/Anruf a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters / \*\* € 0,65/Minute a. d. dt. Festnetz; Mobil höher je nach Tarif Ihres Telekommunikationsanbieters ► SMS: Senden Sie rtvDurchwahl.Lösung.Anschrift

an die Kurzwahl **99 6 99** (€ 0,50/SMS) Post: Eine Postkarte (€ 0,95) an rtv Gewinnspiel, Postfach 2500, 5000 Salzburg, ÖSTERREICH

mit Lösung und Wunschpreis: VW, BMW, Audi, Mercedes oder 20.000 Euro

schluss: 02.01.2022

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 Impres

а b

#### WABENRÄTSEL

Die gesuchten Begriffe haben sechs Buchstaben und müssen im Uhrzeigersinn,

beginnend beim jeweiligen Pfeil, eingetragen werden.

möbellage im Bett stück zende Monarch stadt von sches Jahresforde-Wirbel zeit

W traditio Tropen frucht schaffung Kleidun Ehren-Orien name Haft der röm (5. Jh.) Ε

AUFLÖSUNG

25. ARREST, 26. PLOMBE, 27. STEPPE, 28. GERAET, 29. SEKRET, 30. NAESSE 1X. TRACHT, 18. RUANDA, 19. BANANE, 20. ERWERB, 21. ARABER, 22. CAESAR, 23. ADLIGE, 24. ATTILA, 9. SOPHIA, 10. PASSAH, 11. REISIG, 12. WINTER, 13. UNIKAT, 14. TAIFUN, 15. AUFRUF, 16. ITHAKA, 1. KISSEN, 2. SESSEL, 3. LAPSUS, 4. KNOSPE, 5. KAPLAN, 6. KOENIG, 7. LAWINE, 8. LUSAKA,

#### **tvtv** Rezept

# Kohlossal lecker

Die meisten kennen **Rotkohl** nur als Gemüsebeilage zu deftiger Hausmannskost. Der farbige Bruder des Weißkohls kann aber noch viel mehr und zeigt hier seine Vielseitigkeit

Hirse unter fließendem Wasser abspülen. Dann mit 80 ml Wasser, 80 ml Milch und Salz in einem Topf aufkochen. Hirse darin weich kochen, in ein Sieb abgießen und abkühlen lassen. Die abgekühlte Hirse in eine Schüssel geben und mit einem Ei, Mehl und Petersilie mischen und zu einem glatten Teig verkneten. Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen und dann eine gefettete Auflaufform damit auslegen.

2 Kohl putzen, die äußeren Biatter und den Strunk entfernen. Rotkohl dann in kleine Stücke schneiden. Zwiebel schälen und hacken. Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen. Apfelfruchtfleisch in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Kohl-, Zwiebel- und Apfelstücke in Öl anbraten. Rosinen und Mandelstifte untermischen und auf dem Hirseboden verteilen.

Für den Guss restliche Milch mit Joghurt, Eiern und Gemüsebouillon verrühren. Guss über die Füllung gießen. Die Tarte im auf 190 Grad vorgeheizten Backofen etwa 40 Minuten backen. Aus dem Ofen holen, kurz abkühlen lassen. Die Tarte mit einem Rucola-Tomatensalat servieren.

#### Rotkohltarte

#### Zutaten für 6 Portionen:

100 g Hirse 280 ml Milch 1,5 % Fett 1/4 TL Salz Eier (Größe M)

Kichererbsenmehl gehackte Petersilie Rotkohl frisch

Zwiebel 350 g Äpfel 1 EL Pflanzenöl 50 g Rosinen

Gemüsebouillon

Mandelstifte 200 g Joghurt (1,5 % Fett) 1 schwach geh. TL gekörnte





kühlen lassen. Zwiebel schälen und in halbe Ringe schneiden. Sellerie putzen, waschen und in einen Zentimeter breite Streifen schneiden. Vom halben Apfel das Kerngehäuse entfernen. Apfelfruchtfleisch in dünne Spalten schneiden. Zwiebel-, Apfel- und Selleriestücke zum Rotkohl in die Salatschüssel geben.

Kreuzkümmel kurz in einer Pfanne ohne Fett bei milder Hitze rösten, bis es duftet. Zusammen mit Rübenkraut, Öl, Essig, Thymian, Pfeffer und Salz zu einer Vinaigrette verrühren. Vinaigrette über den Salat geben, alles gut mischen und eine Stunde abgedeckt ziehen lassen.

Nüsse grob hacken. In einer Pfanne ohne Fett rösten, bis es duftet. Über den Salat streuen.



ine Gesundheit. Mein Portal

Alles für Ihre Gesundheit

Lesen Sie jetzt in unserem Gesundheits-

Spezial "Corona" alles Wichtige über de

Jetzt reinklicken: www.gesund-vital.de

Virus und wie Sie sich schützen könner

jetzt auf gesund-vital.de

8.30 Snooker: Northern Ireland Open · Fi-

**MITTWOCH, 20.10.** 

#### Eurosport

**MITTWOCH, 20.10.** 

## 3SAT

**MONTAG, 18.10.** 

#### RTL ZWEI

#### **MONTAG, 18.10.**

# 18.10.2021 - MO

5.00 Sport-Clips 6.00 Teleshopping 7.00 Antworten mit Bayless Conley 7.30 Die Arche-Fernsehkanzel 8.00 Teleshopping 15.30 Storage Hunters · Dokureihe · Flugstunde / Der rätselhafte Anhänger · Diese Flughafenauktion bietet riesige Hangars voller cooler Sachen, darunter ArcadeSpiele. Beleuchtungsanlagen und einen El Camino. **16.30** Die Drei vom Pfandhaus · Dokureihe. USA 2009 · Fette Beute / Lindberghs Vermächtnis / Heiße Reifen / Heiße Luft und Feuerwasser 18.30 Street Outlaws · Dokureihe, USA 2015 · Gatekeeper Gate · Die Street-Racer bekommen Konkurrenz von einer Frau: Kayla Morton fährt einen Mustang mit SmallBlock-Chevy-Motor. 19.30 News **20.15** So schaut's aus – die Bundesliga-Show 21.15 Bundesliga Analyse · Fußball 21.45 LIVE Doppelpass 2. Bundesliga Talkshow 23.30 3. Liga pur 0.15 Sport-Clips und Teleshopping-Nacht im Wechsel



Radsport: Bahn-WM: 18.30 Uhr EURO

### nale · Aus Belfast 10.00 Ski alpin: Weltcup Riesenslalom Damen, 2. Lauf / Riesenslalom Herren, 2. Lauf · Aus Sölden (A) 11.30 Springreiten: Global Champions Tour · 15.

18.10.2021 - MO

von 16 Saisonstationen · Aus Samorin (SK) 12.30 Snooker: Northern Ireland Open Finale · Aus Belfast 13.30 Paris-Marathon 15.30 Ski alpin: Weltcup · Riesenslalom Damen, 2. Lauf / Riesenslalom Herren, 2. Lauf · Aus Sölden (A) 16.30 Radsport: Grand Prix Morbihan · Eintagesrennen 18.00 Snooker: Northern Ireland Open Finale · Aus Belfast **20.00** Eurosport News Aktuelle Meldungen, Resultate und Interviews 20.05 Paris-Marathon 21.55 Eurosport News · Aktuelle Meldungen, Resultate und Interviews 22.00 Ski alpin: Weltcup Riesenslalom Damen, 2. Lauf / Riesensla Riesenslalom Damen, z. Laur / niesensia-lom Herren, 2. Lauf · Aus Sölden (A) 23.30 Die Wache: Snooker Northern Ireland Open · Finale 22.25 Uhr 3sat



#### 18.10.2021 - MO

6.05 Les Puces – der größte Antiquitätenmarkt der Welt 6.20 Kulturzeit 7.00 nano 7.30 Alpenpanorama 9.05 Kulturzeit 9.45 nano 10.25 Terra X 11.50 Zu Tisch in Galicien 12.20 Servicezeit 12.50 Portugal, da will ich hin! Spezial 13.20 Christians liabste Hüttn (1+2/2) **14.15** Die Sennerin **15.00** Bauernherbst im Salzburger Land 15.45 Wunderschön! 16.30 Geheimnisvoller Garten (1+2/2) · Frühlingserwachen / Erntezeit 18.00 Herbst in den Nationalparks – Wildes Mecklenburg 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Traumhafte Bahnstrecken der Schweiz (3+4/4) · Von Luzern über Interlaken aufs Jungfraujoch / Im Voralpen-Express von St. Gallen nach Luzern 22.00 ZIB 2 22.25 Die Wache · Dok.-Film, D 2020 NEU 23.55 Gipfelstürmer Ganz nach oben ohne Beine und



Arme 0.25 10vor10 0.55 Science Busters (1–12/12) Neue Folgen der 9. St. (bis 5.15) Trödelkönige: 22.20 Uhr RTL 2

#### 19.10.2021 - DI

Doppelpass 2. Bundesliga: 21.45 Uhr Sport1

**5.00** Sport-Clips **6.00** Teleshopping **7.00 5.00** Sport-Clips **6.00** Teleshopping **15.30** Antworten mit Bayless Conley 7.30 Die Arche-Fernsehkanzel 8.00 Teleshopping gas 16.30 Die Drei vom Pfandhaus Doku-15.30 Normal 16.00 Storage Hunters reihe · Bikes and Blades / Nichts als The-Dokureihe, USA 2013 · Am Haken 16.30 Die Drei vom Pfandhaus · Dokureihe, USA 2009 Im Wein liegt die Wahrheit / Kuriositäten / Es weihnachtet sehr / Krise, Knöpfe, Kassensturz **18.30** Street Outlaws · Dokureihe, USA 2015 · Vocal Local Yokels · Der Street-Racer Chuck organisiert ein Stockcar-Rennen – Kollisionen sind dabei ausdrücklich erwünscht. 19.30 News 20.15 LIVE Fantalk Talkshow 23.15 Best of Fantalk - Fußballstars nachts im Museum · Mod.: Thomas Helmer, Hartwig Thöne, Jana Wosnitza **0.00** Scooore! - Internationales Fußball-Magazin **0.45** Die PS-Profis – Mehr Power aus dem

21.10.2021 - DO

Pott · Doku-Soap · Der Traum vom Porsche / Ein Pickup als Bühne 2.00 Sport-Clips und Teleshopping-Nacht im Wechsel

### 2015 · Gatekeeper Gate / Vocal Local Yokels

5.00 Sport-Clips 6.00 Teleshopping 15.30 5.00 Sport-Clips 6.00 Teleshopping 15.30 8.30 The Minute Der schnelle Blick auf die Storage Hunters · Dokureihe, USA 2013 Hitzeschlacht / Männertag 16.30 Die Drei vom Pfandhaus · Dokureihe · Schocktherapie / Die Pez-Spender-Sammlung / Schlüs- toschein / Die Sonnenuhr / Feuer und Flamselerlebnis / Goldene Zeiten 18.30 Street me Richard. Rick und Corev überlegen Outlaws · Dokureihe, USA 2015 · Let Them sich, ob sie den Sattel, der von Kevin Cost-Eat Crow! **19.30** News · Moderation: Ruth Hofmann, Jochen Stutzky, Hartwig Thöne 20.15 Die Drei vom Pfandhaus · Dokureihe, USA 2009 · Fette Beute / Lindberghs Vermächtnis / Heiße Reifen / Heiße Luft und Feuerwasser / Im Wein liegt die Wahrheit / Kuriositäten / Es weihnachtet sehr / Krise, Knöpfe, Kassensturz / Bikes and Blades / Nichts als Theater / Sound Check / Am Rad gedreht · Eine Schatzkiste aus dem 17. Jahrhundert lässt sich nicht öffnen. Werden die Harrisons doch noch einen Weg finden. an den Inhalt zu kommen? 2.00 Sport-Clips 23.30 Normal Magazin 0.00 Sport-Clips Weltcups. 23.35 Radsport: Bahn-Weltmeisund Teleshopping-Nacht im Wechsel

#### 1.15 Die PS-Profis – Mehr Power aus dem Pott · Weihnachtsspezial 2.00 Sport-Clips

22.10.2021 - FR

und Teleshopping-Nacht im Wechsel

20.10.2021 - MI

Storage Hunters · Leere Versprechen / Voll-

ater / Sound Check / Am Rad gedreht 18.30

Street Outlaws · Hearse and the Wichita

Curse · Bei illegalen Straßenrennen in Okla-

homa City riskieren die "Street Outlaws"

von der Polizei geschnappt zu werden

19.30 News 20.15 LIVE Fantalk · 3. Spiel-

tag, Gruppenphase · Die Bayern reisen zum

portugiesischen Rekordmeister Benfica

Lissabon. Den Portugiesen hat sich zu Sai-

sonbeginn Valentino Lazaro angeschlossen,

der letzte Saison für Gladbach auflief. Wolfs-

burg bekommt es mit dem FC Salzburg zu

tun. 23.15 Street Outlaws · Dokureihe, USA

Storage Hunters · Dokureihe · Ein dicker Fisch / Das Betongrab 16.30 Die Drei vom Pfandhaus · Dokureihe · Filmreif / Der Lotner in dem Film "Der mit dem Wolf tanzt" benutzt wurde, kaufen sollen. 18.30 Street Outlaws · Dokureihe · The Southeast's Fastest 19.30 News · Mod.: Ruth Hofmann, Jochen Stutzky, Hartwig Thöne **20.00** LIVE Volleyball: Bundesliga der Damen · 4. Spieltag: Rote Raben Vilsbiburg - Ladies in Black Aachen · Kommentar: Dirk Berscheidt 22.00 Timbersports: European Nations Cup Höhepunkte 23.00 Die PS-Profis – Mehr und Teleshopping-Nacht im Wechse

## 19.10.2021 - DI

**8.30** Eurosport spezial **9.30** The Minute **10.30** Ski alpin: Weltmeisterschaften · Riesensialom Damen, 2. Lauf 11.30 Radsport: Lombardei-Rundfahrt · Eintagesrennen der Herren · Höhepunkte **12.30** Radsport: Grand Prix Morbihan · Eintagesrennen Höhepunkte 13.30 Tokio-Marathon 14.15 Amsterdam-Marathon 15.30 Ski alpin: Weltmeisterschaften · Riesenslalom Damen. 1. Lauf / Riesenslalom Damen. 2. Lauf 16.30 Radsport: Paris-Roubaix der Damen Eintagesrennen 18.00 Eurosport News 18.05 Radsport: Paris-Roubaix · Eintagesklassiker der Herren 20.30 Radsport: Cycling Show **21.00** Tourenwagen: Weltcup Höhepunkte aus Pau (F) 21.30 Tourenwagen: ETCR · Das Rennen · Höhepunkte aus Pau (F) 22.00 News 22.05 Ski alpin: Weltmeisterschaften · Riesenslalom Damen, 1. und 2. Lauf 23.30 Radsport: Lombardei-Rundfahrt · Eintagesrennen der Herren

#### 21.10.2021 - DO

aktuellen Sport-Highlights 10.30 Ski alpin: Weltcup · Riesenslalom Damen, 2. Lauf Aus Lenzerheide (CH) 11.30 GolfTV Weekly Highlights und Hintergründe der Golf-Woche **12.00** Radsport: Bahn-Weltmeister schaften · 1. Tag · Aus Roubaix (F) 13.30 Amsterdam-Marathon 14.30 Paris-Marathon 15.30 Ski alpin: Weltcup · Riesenslalom Damen, 1. udn 2. Lauf · Aus Lenzerheide (CH) 16.30 Radsport: Lombardei-Rundfahrt · Eintagesrennen der Herren 17.00 Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften · 1 Tag · Aus Roubaix (F) **18.30 LIVE** Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften · 2. Tag · Aus Roubaix (F) 21.55 Sports Spotlight 22.35 Ski alpin: Weltcup · Riesenslalom Damen, Power aus dem Pott · Doku-Soap · Das 2. Lauf · Aus Lenzerheide · Marta Bassino Frankreichspezial mit Cyndie Allemann stand vor dem Gewinn des Riesenslalomterschaften · 2. Tag · Aus Roubaix (F)

8.30 The Minute 10.30 Ski alpin: Weltmeisterschaften · Riesenslalom Herren, 2, Lauf Paris-Roubaix · Eintagesklassiker der Herren 12.30 Radsport: Lombardei-Rundfahrt Eintagesrennen der Herren · Höhepunkte 13.30 Boston-Marathon 15.30 Ski alpin: Weltmeisterschaften · Riesenslalom Herren, 1. und 2. Lauf · Aus Cortina d'Ampezzo (I) 16.30 Radsport: Paris-Roubaix · Eintagesklassiker der Herren 17.00 Radsport: Bahn-Europameisterschaften · 5. Tag · Aus Grenchen (CH) 17.55 Radsport: Cycling Show · Aktuelles und Hintergründe aus der Radsport-Welt **18.30 LIVE** Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften · 1. Tag · Aus Roubaix (F) 21.55 Ski alpin: Weltmeisterschaften · Riesenslalom Herren, 1. und 2. Lauf · Aus Cortina d'Ampezzo (I) 23.30 GolfTV Weekly 0.00 Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften · 1. Tag · Aus Roubaix (F)

20.10.2021 - MI

#### 22.10.2021 - FR

**8.30** The Minute **9.30** Olympische Spiele **6.20** Kulturzeit **7.00** nano **7.30** Alpenpano-Pyeongchang 2018 – Highlights der Spiele 10.30 Ski alpin: Weltcup · Riesenslalom Herren, 2. Lauf · Aus Lenzerheide (CH) 11.30 Radsport: Cycling Show · Aktuelles und Hintergründe aus der Radsport-Welt 12.00 Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften 2. Tag · Aus Roubaix (F) 13.30 Snooker: Northern Ireland Open · Finale · Aus Belfast 15.30 Ski alpin: Weltcup · Riesenslalom Herren, 1. udn 2. Lauf · Aus Lenzerheide (CH) 16.35 Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften · 2. Tag · Aus Roubaix (F) 17.45 Olympische Spiele · Bahnrad Tokyo 2020 - Highlights der Wettkämpfe 18.50 LIVE Handball: Bundesliga der Damen · 6. Spieltag 20.30 LIVE Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften · 3. Tag · Aus Roubaix (F) 22.20 Ski alpin: Weltcup · Riesenslalom Herren, 1 und 2. Lauf 23.40 Radsport: Bahn-Weltmeisterschaften · 3. Tag · Aus Roubaix (F)

#### 19.10.2021 - DI

6.20 Kulturzeit 7.00 nano 7.30 Alpenpanorama 8.05 Alpenpanorama 8.33 Alpenpa-Aus Cortina d'Ampezzo (l) 11.30 Radsport: norama 9.05 Kulturzeit 9.45 nano 10.15 Bauernherbst im Salzburger Land 11.00 Die Sennerin 11.45 Hessen à la carte 12.15 Servicezeit 12.45 Natur im Garten (5/10) 13.10 Historische Seilbahnen der Schweizer Alpen **13.25** Inseln der Schweiz (3+4/4) Werd – Himmelreich im Rhein / Hallwyl - Große Oper im Aabach 15.05 Traumhafte Bahnstrecken der Schweiz (1-4/4) · U.a.: Im Bernina Express von St. Moritz nach Tirano / Im Centovalli Express von Locarno nach Domodossola 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau **20.15** FLM **Der 7. Tag** TV-Thriller, D '17 · Mit Stefanie Stappenbeck u.a. 21.45 kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 makro · Das CO2-Endlager 22.55 Feindbild Polizei Gewalt und Gegengewalt ohne Ende? · Dok.-

Film, D 2020 **0.15** Reporter **0.45** 10vor10

rama 8.05 Alpenpanorama 8.33 Alpenpa-

norama 9.05 Kulturzeit 9.45 nano 10.15

Die gefährlichsten Schulwege der Welt

11.45 Aufgetischt am Sonntag 12.10 Ser-

vicezeit 12.40 Unkraut 13.10 Dem Himmel

entgegen - Hochhäuser der Welt 13.25 Der

Äquator – Breitengrad der Extreme (1–5/5)

Party, Untergang und Seelöwen / Gott, Bo-

tox und Urtiere / Löwen, Haie und ein

Staatspräsident / Schlangen, Schweine,

Schönheitswahn / Hoffnung, Trauer und

nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00

Tagesschau 20.15 Der Fahrrad-Boom -

mobil auf zwei Rädern? · Doku, D 2021

22.00 ZIB 2 22.25 Putins Angriff auf die

Freiheit · Doku, D 2021 **22.55** Halal – Das

große Geschäft mit muslimischen Kunden

Doku, D 2021 **23.40** Zapp **0.10** 10vor10

große Ziele 17.00 Kairo-Kapstadt 18.30

21.10.2021 - DO

20.10.2021 - MI

6.20 Kulturzeit 7.00 nano 7.30 Alpenpanorama 8.05 Alpenpanorama 8.33 Alpenpanorama 9.05 Kulturzeit 9.45 nano 10.20 Wunder der Erde 11.50 Lecker aufs Land -Eine kulinarische Herbstreise (4/6) 12.20 Servicezeit 12.50 freizeit 13.20 Faszination Afrika (1-3/3) Marokko / Namibia / Äthiopien **14.50** Die gefährlichsten Schulwege der Welt · Athiopien / Nicaragua / Mexiko / Papua Neu Guinea – Southern Highlands Province: Das Land der 1.000 Flüsse / Mongolei 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 3satThema: Freunde oder Fremde? (bis 22.30) 20.15 Von Türken zu Almans · Doku, D 2021 21.00 Neue Heimat Almanya · Doku, D 2021 21.45 Kültür für Deutschland 22.30 Der Pass (4/8) · Die Bösen und Unartigen 23.25 Die Entscheidung Melodram, D/A 2006 · Mit Jan Josef Liefers 0.55 10vor10 1.25 Stöckl. 2.25 Slowenien-Magazin

## 18.10.2021 - MO

**5.05** Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim: Wir ziehen ein 6.50 Der Trödeltrupp – Das Geld liegt im Keller 8.50 Frauentausch 12.50 Die Wollnys · Sylvana lüftet ihr Geheimnis! 13.55 Die Geissens Das Ende der Träume 14.55 Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken Neue Wege **17.05** Waidendorf · Der Bauern-flüsterer **18.05** Köln 50667 · Meikes Start in ein neues Leben 19.05 Berlin - Tag & Nacht · Kein Zurück 20.15 Die Wollnys Doku-Soap · Zwillingsgeburt per Notkaiserschnitt / Willkommen Emory & Casey 22.15 Bella Italia - Camping auf Deutsch · Doku-Soap, D/I 2021 · Sascha und Dennis: Auf Kriegsfuß mit den Campingplatzregeln 0.15 Hartes Deutschland – Die Story · Reportagereihe, D 2021 · Frankfurt: Endstation Bahnhofsviertel 1.55 exklusiv · U.a.: Ich wäre so gerne ... - Rollenspiele extrem! / Zwischen Hausputz und Sexcasting

#### 22.10.2021 - FR

**6.20** Kulturzeit **7.00** nano **7.30** Alpenpano- **5.05** Die Schnäppchenhäuser – Der Traum rama 8.05 Alpenpanorama 8.33 Alpenpanorama 9.05 Kulturzeit 9.45 nano 10.15 Rundschau 11.05 Reporter 11.40 Stolperstein 12.10 Menschen hautnah 12.50 sonntags **13.20** Ein Tag im Sommergarten **14.05** Ein Tag im Herbstgarten **14.50** Europas Urwälder · Die letzten grünen Paradiese auf dem Kontinent · Wilde Karpaten 15.30 Spreewald - Labyrinth des Wassermanns **16.15** Terra X · Unsere Wälder (1–3/3): Die Sprache der Bäume / Ein Jahr unter Bäumen / Im Reich des Wassers 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Zwingli – Der Reformator Historienfilm, CH/D 19 · Mit Maximilian Simonischek u.a. NEU 22.15 FILM Der Regenmacher Drama, USA/D 1997 · Mit Matt Damon u.a. **0.20** 10vor10 **0.50** extra Mysteriöse Todesfälle Dokureihe **1.10** 3 1.35 Willkommen Österreich 2.30 Wir sind Kaiser - Die Seyffenstein-Chroniken

#### 19.10.2021 - DI

vom Eigenheim 6.50 Der Trödeltrupp – Das Geld liegt im Keller 8.50 Frauentausch Heute tauschen Angelika (50) und Julia (29) / Thomas (41) und Carmen (57) die Familien 12.50 Die Wollnys · Pleiten, Pech und Pannen mit Peter und Flo! 13.55 Die Geissens · Steht Valberg noch? 14.55 Hartz und herzlich - Tag für Tag Benz-Baracken Doku-Soap, D 2021 · Vor Gericht 17.05 Waidendorf · Alles oder Nichts 18.05 Köln 50667 · Enttäuschte Liebe 19.05 Berlin -Tag & Nacht · Revierkämpfe 20.15 Hartz und herzlich (2/3) · Dokureihe, D 2021 Rückkehr nach Niedergörsdorf 22.15 Armes Deutschland - Stempeln oder abrackern? · Dokureihe, D 2020 · Aufstocker, Zweitjobber und Abzocker 0.20 Autopsie -Unsolved Mysteries 2.40 Die Forensiker -Profis am Tatort 4.05 Unsolved Mysteries

**5.05** Die Schnäppchenhäuser – Der Traum

vom Eigenheim 6.50 Der Trödeltrupp – Das Geld liegt im Keller 8.50 Frauentausch

12.50 Die Wollnys · Die große Überra-

schung: Ein motorisiertes Dreirad für Silvia

13.55 Die Geissens · Eine Party für Erwach-

sene 14.55 Hartz und herzlich - Tag für Tag

Benz-Baracken · Doku-Soap, D 2021 · Ord-

nung muss sein 17.05 Waidendorf · Doku-

Soap, D 2021 · Der Test 18.05 Köln 50667

Vor dem Sturm 19.05 Berlin - Tag & Nacht

Beziehungen und andere Schwierigkeiten

20.15 Die Reimanns – Ein außergewöhn-

liches Leben (1+2/10) · Neue Folgen der 9. Staffel · Doku-Soap, D 2021 **22.20** Die Stu-

bers - Deutschlands Trödelkönige (1/5)

Doku-Soap, D 2021 · Jürgen verkauft alles

23.25 Hartz und herzlich · Dokureihe, D

2020 Rückkehr nach Salzgitter 1.15 Autop-

sie – Mysteriöse Todesfälle · Dokureihe,

USA 2004 · U.a.: (K)ein perfekter Mord /

Tödliche Jagd / Eine Stadt in Angst / Mit der

Liebe eines Killers **3.35** Unsolved Mysteries

Dokureihe, USA 1988 4.20 Autopsie

20.10.2021 - MI

## **ANZEIGE**

# "Die Apotheke – mit Sicherheit für alle da!"

Gerade in Zeiten von Corona ist die Apotheke vor Ort die Anlaufstelle für Gesundheitsfragen. Wir haben mit Apothekerin Miriam Oster gesprochen.

ie Corona-Krise zeigt, wie wichtig die Apotheke für die Kunden ist. "Während des Lockdowns waren wir häufig der einzige Ansprechpartner für Gesundheitsfragen", erzählt Miriam Oster, Inhaberin der Columbus-Apotheke in Oberursel. "Wir werden als Anlaufstelle wertgeschätzt und auch in diesen Zeiten können wir jeden einzelnen Kunden adäquat versorgen und emotional abholen." Dass weniger Menschen aus Angst vor Ansteckung in die Apotheke gekommen sind, hat Miriam Oster nicht beobachtet. Selbstverständlich werden alle Hygieneregeln eingehalten.

"Die Herausforderungen sind da und wir meistern sie. Aber sie zeigen auch, wie überaus wichtig unser Berufsstand ist. Ich denke, wir können diese Pandemie nur bewältigen, wenn wir alle als Team fest zusammenstehen – auch hier in der Apotheke."

#### **Offener Austausch**

von Mensch zu Mensch "Die persönliche Beratung in der Apo-

theke ist ein unverzichtbarer Bestandteil der Gesundheitsversorgung - für viele Menschen sind wir die erste Adresse, wenn sie Fragen haben. Wir sehen uns zudem als Lotse zwischen Arzt

und Patient, nehmen uns Zeit für eine ausführliche Gesundheitsberatung, stehen aber auch in regem Austausch mit den Ärzten", erklärt Miriam Oster, die sich viel Zeit für jeden Kunden nimmt und für alle Therapieansätze offen ist von Naturheilkunde bis Schulmedizin. In der Apotheke vor Ort gibt es nicht nur Arzneimittel, sondern auch wertvolle Tipps zur Anwendung. "Außerdem können wir schnell handeln. Wir sind immer flexibel und beweglich", fügt Miriam Oster hinzu. "Und wir geben unseren Kundinnen und Kunden Sicherheit und raten gegebenenfalls zur Vorsicht."

#### Zu jeder Zeit in Hilfsbereitschaft

Rund um die Uhr können sich Patienten in ihrer Apotheke sicher fühlen – auch vor Ansteckung Nur durch die persönliche, professionelle Beratung kann gewährleistet



werden, dass die Patienten und Patientinnen genau die Arzneimittel und Gesundheitsprodukte erhalten, die sie benötigen. Außerdem kann der Apotheker sie ausführlich über die richtige Anwendung und eventuelle Nebenwirkungen aufklären. Die Apotheke vor Ort ist also gelebter Verbraucherschutz. Neben einem ganzheitlichen Beratungsansatz gibt es zusätzliche Serviceleistungen wie Nacht- und Notdienste sowie

# BIRIH Bundesverband der Arzneimittel-Hersteller e.V. Gesunde Perspektiven. Für Deutschland.

#### Arte

#### DONNERSTAG, 21.10.

0.40 Reporter 1.15 Ländermagazin



El Hierro – Mord auf den Kan. Inseln: 21.00 Uhr Arte

#### 19.10.2021 - DI

**6.20** Zahlen schreiben Geschichte **6.55 6.55** 360° **7.50** Unterwegs auf dem Nord-360° 7.50 Unterwegs auf dem Nordseeküstenradweg 8.35 Stadt Land Kunst 9.45 9.30 X:enius 10.00 Frankreich, mild und X:enius 10.15 Claude Dornier - Pionier der Luftfahrt · Dok.-Film. D 2018 11.45 Die Stadt Land Kunst 13.45 Madame wunderbare Welt der Weine (7/10) 12.15 Bovary Drama, F 1991 · Mit Isabelle Hup-Re: 12.50 Journal 13.00 Stadt Land Kunst 13.50 FILM Der seidene Faden Drama, USA/GB 2017 16.00 Auf den Dächern der Toskana 19.20 Journal 19.40 Re: Geisterstadt Varosha – Zypern zwischen Krise und Versöhnung 20.15 Dürre in Europa · Die Katastrophe ist hausgemacht 21.10 Auf dem Trockenen · Wie Großkonzerne unsere Wasserressourcen ausbeuten 22.05 Die Erdzerstörer · Dok.-Film, F 2019 23.45 Das Stadt-Experiment Eine Zukunft für Äthiopiens Bauern 0.40 Europas geheimer Was-

#### 21.10.2021 - DO

serkrieg 1.45 Pferde im Sturm

**6.50** Journal Junior **7.00** 360° **7.55** Unterwegs auf dem Nordseeküstenradweg 8.40 Stadt Land Kunst 9.30 X:enius 10.00 Der Blob - Schleimiger Superorganismus 10.50 lm Königreich der Pilze 11.45 Die wunderbare Welt der Weine (9/10) **12.15** Re: **12.50** Journal **13.00** Stadt Land Kunst 13.50 **IIIII** Unter Verdacht Evas letzter Gang TV-Krimi, D 2019 · Mit Senta Berger **16.00** Auf den Dächern der Stadt (4+5/5) London / Berlin 17.50 Wildes Baltikum (1+2/2) · Doku, D 2014 · Die Küste / Wälder und Moore 19.20 Journal 19.40 Re: Tatort Der Sibirische Tiger – Seele der russischen Wildnis 21.00 El Hierro - Mord auf den Kanarischen Inseln (1–3/6) Neue Folgen 2. Hungarian Rhapsody – live in Budapest Staffel Mysteryserie, E/F 2021 **23.40** Konzert, H/CDN/USA/GB 1987 **0.10** Tracks FILM Omu I Feel Good Tragikomödie, F 2018 Mit Jean Dujardin 1.25 El Hierro (1+2/8) Primitivism / Moran Sanderovich 0.45 Zeit-Wh. der 1. St. **3.10** Italien von oben (5/5)

#### 18.10.2021 - MO

6.50 Journal Junior 7.00 360° 7.50 Unterwegs auf dem Nordseeküstenradweg 8.40 Stadt Land Kunst 9.30 X:enius 9.55 360° 11.45 Die wunderbare Welt der Weine (6/10) **12.15** Re: **12.50** Arte Journal **13.00** Stadt Land Kunst 13.45 FIIM Gefährliche Wahrheit TV-Drama, D 2021 15.25 Mit fliegender Kiste über den Kanal: Louis Blériot · Dok.-Film. F 2021 16.55 Metamorphosen - Die Wildnis kehrt zurück 17.50 Italien, meine Liebe (1+2/5) Die Küste Apuliens / Die Küste von Venedig bis Triest 19.20 Journal 19.40 Re: Portugals "Himbeervisum" – Asiaten schuften für den EU-Pass 20.15 Wir werden nicht zusammen alt Drama, F/I 1972 · Mit Marlène Jobert u.a. 21.55 Maurice Pialat – Außenseiter der französischen Filmwelt Doku, F 2020 22.50 An ihrer Seite Drama, CDN/GB/USA 2006 · Mit Gordon Pinsent u.a. 0.40 Aleph Dok.-Film, USA 2019 NEU 2.05 360°

20.10.2021 - MI

seeküstenradweg 8.35 Štadt Land Kunst

pert u.a. 16.25 Die wunderbare Welt der

Stadt (3/5) **17.50** Italien, meine Liebe (5/5)

Kinderpsychiatrie am Limit 20.15

Side Effects – Tödliche Nebenwirkungen

Psychothriller, USA 2013 · Mit Jude Law

22.00 Amos Oz: Das vierte Fenster Dok.-

0.30 FILM Draußen wird es dunkel Kurz-

Drama, CH 2016 · Mit Manon Pfrunder u.a.

6.55 360° 7.50 Transsilvanien: Die ge-

schlossene Welt der Gábor 8.35 Stadt Land

Kunst 9.45 Propagandamaschine Social

Media · Dok.-Film, F 2020 11.20 Jugend,

Sex und Internet 12.15 Re: 12.50 Journal

13.00 Stadt Land Kunst 13.45 **FILM** ■ Die

tätowierte Rose Melodram, USA 1955 · Mit

Anna Magnani **15.40** Italien von oben (1/5)

16.10 Auf den Dächern der Stadt 17.50

Island: Sommer der Polarfüchse 18.30 Gu-

te Nachrichten vom Planeten 19.20 Journal

Riemelt u.a. 21.45 Cat Stevens - Von Ste-

ven Georgiou bis Yusuf Islam 22.40 Queen:

Tatiana Huezo / Ralph Steadman / Sonic

gleich Festival · Hafen, Harz & Hirsche

## 21.10.2021 - DO

5.05 Die Schnäppchenhäuser 6.50 Der

#### wild 12.15 Re: 12.50 Arte Journal 13.00

Trödeltrupp 8.50 Frauentausch · Heute tauschen Jasmin (34) und Claudia (28) / Vania (35) und Sandy (18) die Familien 12.50 Die Geissens · Carmen im Blutrausch / Salzburg / Obertauern 14.55 Hartz und herzlich - Tag für Tag Benz-Baracken · Glän-Weine (8/10) 16.55 Auf den Dächern der zende Zukunft 17.05 Waidendorf · Doku-Soap, D 2021 · Die Wahrheit kommt ans Licht **18.05** Köln 50667 · Der große Neuan-Stadt (1+2/5) **17.50** Italien, meine Liebe Die Küste Kampaniens **18.35** Das Veltlin Licht **18.05** Köln 50667 · Der große Neuan-(3+4/5) Die Küste Liguriens / Die Küste der und seine Berge **19.20** Journal **19.40** Re: fang **19.05** Berlin – Tag & Nacht · Teambuilding 20.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt (1/9) · Neue Folgen der 3. Staffel · Reportagereihe, D 2021 · Frankfurt 22.15 Das Messie-Team – Start in ein neu-Film, ISR 2021 · Mit Amos Oz NEU 23.00 es Leben · Jörg kann nichts mehr wegwer-FILM Darkroom – Tödliche Tropfen Thril-ler, D 2019 · Mit Bozidar Kocevski u.a. NEU im Keller · Doku-Soap, D 2010 · U.a.: Jedes Volk braucht einen König und da dachte ich film, F 2020 **0.50 IIIII Die Schwalbe** mir, ich mach' den Job / Von der Familie in den Wahnsinn getrieben (bis 5.05)

#### 22.10.2021 - FR 22.10.2021 - FR

**5.05** Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim **6.50** Der Trödeltrupp – Das Geld liegt im Keller 8.50 Frauentausch Heute tauschen Bea (45) und Tanja (23) / Roxxy (26) und Julia (25) die Familier 12.50 Die Geissens · Obertauern (2) / Modehauptstadt Paris **14.55** Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken · Eine neue Liebe... 17.05 Waidendorf · Doku-Soap, D 2021 · Aus und vorbei? 18.05 Köln 50667 · Mein Strand, mein Zuhause 19.05 19.40 Re: Auszeit in der Nordsee – Die Berlin – Tag & Nacht · Doku-Soap, D 2021 Robben und der Lockdown 20.15 FLLM Der Mach keinen Scheiß, Brudi! 20.15 FLLM Wald – Die Holzmafia in Rumänien **20.15** Schneegänger TV-Krimi, D 2019 · Mit Max Self/less – Der Fremde in mir Sci-Fi-Film. USA 2015 · Mit Ryan Reynolds, Ben Kingsley u.a. 22.35 ELLI Security Actionfilm, USA 2017 · Mit Antonio Banderas u.a. 0.20 Homefront Actiondrama, USA 2013 Mit Jason Statham u.a. 2.10 FLM Self/ less – Der Fremde in mir (Wh. von 20.15) 4.00 **Security** (Wh. von 22.35)

## **APOTHEKE**

Mehr Infos zu den Apotheken vor Ort finden Sie auf: www.gesundheit-ganz-persoenlich.de