

stem

OLYMPIA

Die Charme-Offensive von Paris

NIEDERGANG DER LINKEN

Der letzte Kampf von Gysi, Ramelow und den Genossen

MINIGOLF

Die schönsten Seiten eines Kultsports

DIE WARRHEIT ÜBER DEN ARZTENIANGEL

Wo die Probleme wirklich liegen – welche Lösungen es gibt PLUS: So kommen Sie schneller an Termine







EDITORIAL



Gregor Peter Schmitz, Chefredakteur

Liebe Leserin, lieber Leser,

ich bin mit Halbgöttern in Weiß groß geworden, ich stamme aus einer Arztfamilie. Zum Glück haben meine Eltern über Dünkel im Kittel aber immer laut gelacht.

Doch in einer Sache verstanden sie keinen Spaß: Für sie war der Arztberuf die schönste Aufgabe der Welt. Dass meine Schwester und ich, anders als nahezu alle Sprösslinge unserer Freundesfamilien, nicht auch Ärzte wurden, nahmen unsere Eltern erstaunlich locker auf. Mehr betrübt sie heute, dass sich mittlerweile viele so entscheiden und das Berufsansehen offenbar Schaden genommen hat, zumindest das des niedergelassenen Mediziners. Knappe Budgets,

Überlastung, überbordende Bürokratie: Bis zum Jahr 2040 könnten bis zu 50 000 Ärztinnen und Ärzte in Deutschland fehlen. Die Folgen sind dramatisch, hat unsere Autorin Nicole Heißmann recherchiert: "Wie kann es sein, dass man in einem der teuersten Gesundheitssysteme der Welt – 2022 lagen die Ausgaben bei 498 Milliarden Euro – Wochen oder Monate auf Arzttermine wartet? Dass Lebenserwartung und Fitness der Deutschen im internationalen Vergleich eher Mittelmaß sind?" Heißmann schreibt aber auch: "Brauchen wir mehr Menschen, die Medizin studieren, und das Problem wäre gelöst? Es ist komplizierter."

Den Numerus clausus abschaffen und jeden studieren lassen? Mehr künstliche Intelligenz einsetzen und die Patienten stärker in die Pflicht nehmen? Unser medizinisch geschultes Wissens-Team hat wie immer kundige Antworten parat (Seite 22).

Apropos künstliche Intelligenz: Titelbilder kann die mittlerweile auch. Das Bild auf dem Cover, das Sie in der Hand halten, ist das erste in der *stern*-Geschichte, das optisch komplett von KI generiert wurde. Ein Trost für uns Menschen: Die KI brauchte mehrere Anläufe, bis sie die obligatorischen Arztturnschuhe richtig hinbekam.

Ich durfte gerade einige Tage in meiner langjährigen Heimat USA verbringen, an Ost-wie Westküste, für interessante Gespräche und *stern*-Interviews. Danach war mein Befund wieder klar: Das Land ist durchaus geeint – allerdings nur darin, hemmungslos parteiisch und gleichzeitig hemmungslos unbarmherzig gegenüber dem politischen Feind zu sein. Die Demokraten berauschen sich an Kamala Harris, obwohl sie bis vor Kurzem niemand in der Partei so richtig toll

fand. Die Republikaner wiederum feiern umso trotziger den Heiland Trump, auch weil der angeblich beleidigt sein soll, dass Harris derzeit für mehr Schlagzeilen sorgt. Und die Medien überschlagen sich hektisch, all das nachzuliefern, was sie lange versäumt haben, nämlich Berichte über Joe Bidens wahren Gesundheitszustand und Trumps tatsächliche Pläne abseits des Klamauks. Unterdessen brummt die Wirtschaft, denn dem Land geht es ja blendend, insbesondere der IT-

Branche. Die buhlt politisch um beide Lager, auch aus Angst vor mehr Regulierung. Dabei brauchte es die vielleicht, damit Amerika nicht noch weiter zerfällt. Stuart Russell, Informatikprofessor in Berkeley, vergleicht den verheerenden Einfluss sozialer Netzwerke mit dem von Atombomben. Und er warnt, wir begingen denselben Fehler wie einst bei der Schöpfung von Facebook und Co. – wir überließen Zukunftstechnologien wie künstliche Intelligenz profitgetriebenen "kids", die keine Ahnung hätten, was sie da gerade wirklich anrichteten. Vielleicht sollten wir darüber auch mal reden. Und nicht nur über Umfragewerte.

Herzlich Ihr

Um zum News-

letter des Chef-

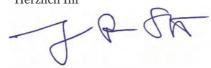
redakteurs, "GPS",

zu gelangen, können Sie diesen

OR-Code mit

Ihrem Smartphone

scannen









TITEL

Die Wahrheit über den Ärztemangel

Langes Warten auf Termine, oft kein Hausarzt mehr vor Ort – dabei arbeiten in Deutschland immer mehr Mediziner. Wo die Probleme liegen und wie Lösungen aussehen könnten

22 Mythen-Check: Was ist dran an den Legenden über den Arztberuf und das Gesundheitssystem?

28 Schneller ans Ziel: Wie Sie zügig an einen

Arzttermin kommen

Die Bilder der Woche8Fragen und Antworten14Leute16

POLITIK/WIRTSCHAFT

Kolumne Nico Fried über das Kartoffeltheorem und die kurze Zündschnur von Friedrich Merz

36

40

44

¥ Genossendämmerung

Nach der Abspaltung von Sahra Wagenknecht verliert die Linke ihre Basis im Osten. Unterwegs in einer Partei, die bald verschwinden könnte

Goodbye, Politik

Viele Abgeordnete verkünden dieser Tage ihren Abschied. Sieben von ihnen erzählen, warum sie gehen

Der Kampf um den besten Schuh

Bei Olympia treten nicht nur Sportler an, sondern auch Firmen gegeneinander. Holt Adidas Gold? 56

AUSLAND

¥Olympischer Zauber

Die Spiele in Paris haben begonnen: unterwegs in einer Stadt, die plötzlich gut gelaunt Sport und Sportler feiert

Genozid an den Jesiden

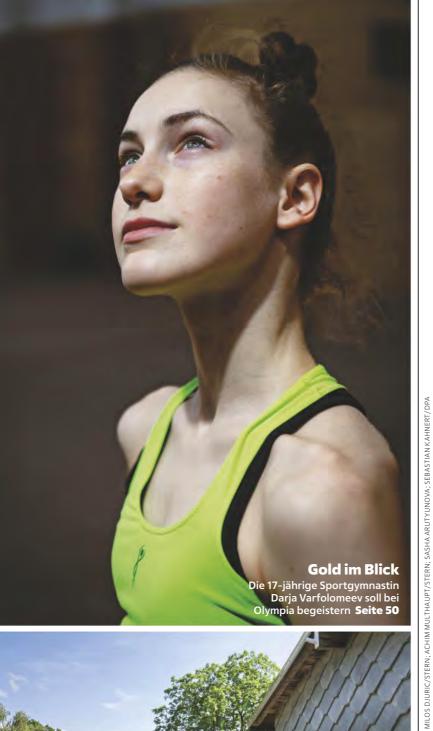
Nadia Murad überlebte den Völkermord durch den IS vor zehn Jahren. Von Deutschland aus kämpft sie bis heute um Gerechtigkeit













Marilyn-Magie

Am Grab der Hollywood-Ikone finden Fans
und Sinnsuchende zueinander – und manchmal
zu sich selbst

Ökobilanz – die Nachhaltigkeitskolumne

GESELLSCHAFT

Sollten Weinflaschen mehrwegpflichtig sein?	63
Kolumne Jagoda Marinić: Bella frisura	76
Für ein zuversichtliches Miteinander	
Joanna Peprah engagiert sich ehrenamtlich gegen	

82

88

50

58

64

90

94

106

SPORT

Auf diese Athletin sollten Sie achten

Die deutsche Sportgymnastin Darja Varfolomeev
könnte in Paris auf dem Siegertreppchen stehen

Rassismus. Und hofft, dass es ihr viele gleichtun

WISSEN/GESUNDHEIT

Nahtoderlebnis

Der Bestsellerautor und Kriegsreporter Sebastian Junger wäre fast verblutet. Seitdem versucht er, den Tod besser zu verstehen

Die Diagnose

Ein Mann bekommt immer wieder Ausschlag beim Joggen. Das hängt mit seinen Essgewohnheiten zusammen

FOTOGRAFIE

¥ Das Runde muss ins Runde

Minigolf ist so allgegenwärtig wie vielfältig – vom Sommerspaß für alle bis zum echten Leistungssport **66**

JOURNAL

Serie

"Noma"-Chef René Redzepi und Food-Autor Matt Goulding über ihre Dokuserie und die Zukunft des Essens

Musik Hip-Hop-Shootingstar Ice Spice bringt Sexismus und Emanzipation ganz lässig zusammen **Buch** "Boomer gegen Zoomer": Fragen und

Antworten zum neuen Generationenkonflikt 96
stern Bestseller 98

Mein magischer Ort Cyanblauer Traum aus Wasser: der Kivusee im zentralafrikanischen Ruanda

der Kivusee im zentralafrikanischen Ruanda 100 Genuss Einfach chinesisch: Mapo-Tofu 102

Was macht eigentlich?

Carlo Thränhardt, in den Achtzigern einer der weltweit besten Hochspringer

Rubriken Echo (S. 6); Mette (S. 20); Impressum (S. 103); Ein Quantum Trost (S. 104); Kreuzweise (S. 105)



TITELILLUSTRATION: STERN KI, GENERIERT MIT MIDJOURNEY; INHALT:

STERN PLUS – Ihr digitales Abo

Holen Sie sich einen Zugang zu allen PLUS-Artikeln auf stern.de. Werbefrei und inklusive wöchentlichem stern-E-Paper. Jetzt 30 Tage gratis testen unter: sternplus.de/digital

Es ist so schön und macht Mut, die sympathische Kamala Harris auf dem Titelblatt zu sehen anstelle des Flegels Donald Trump.

Margot Fiebig, Braunschweig



stern Nr. 31/2024, "Die zweite große Chance" – Titelgeschichte über die neue US-Präsidentschaftsbewerberin Kamala Harris

Titelbilder sprechen Bände

Die beiden jüngsten stern-Titel Nr. 30 und 31 sprechen Bände: Trump in Pose, grimmig, aggressiv, mit kämpferisch erhobener Faust. Kamala Harris mit gewinnendem Lächeln, selbstbewusst, mutig, in stolzer Erwartung des Präsidentenamtes.

Hans Herfurth, Langen (Hessen)

Schlammschlacht kontern

Welch ein Kontrastprogramm: hier der notorische Lügner Donald Trump, dort die ehemalige Staatsanwältin und amtierende Vizepräsidentin Kamala Harris. Sie hat sicher gute Chancen, die Wahl zu gewinnen, wenn sie die zu erwartende Schlammschlacht von Trump geschickt und überzeugend kontern und die noch nicht festgelegten Wählerinnen und Wähler gewinnen kann.

Dieter Obst, Wiesbaden

Gute Politik gut verkaufen

Mit der wohl sicheren Nominierung von Harris geht Trump ein Teil der Aufmerksamkeit verloren, die ein neuer Kandidat oder eine neue Kandidatin automatisch in den Medien auf sich zieht. Vor allem aber kann die ehemalige Generalstaatsanwältin Trump rhetorisch Paroli bieten. Denn auch eine gute Politik muss, was in Deutschland meist vernachlässigt wird, gut verkauft werden. Dennoch muss vor allzu großem Optimismus im Harris-Lager gewarnt werden. Wenn sie sich nicht der Migrationsthematik widmet und dann auch noch das Verbot bestimmter

Waffen in den USA fordert, was jeder normale Mensch in Europa nur begrüßen kann, dann hat sie mindestens die halbe amerikanische Bevölkerung gegen sich. Wilfried Mommert, Berlin

Ein toller Mensch. Punkt

"Die erste Frau, die erste Schwarze in diesem Amt." Warum wird das immer wieder thematisiert? Kamala Harris ist ein toller Mensch und wird hoffentlich erste Präsidentin der USA. Punkt. Heiko Seip, Gambach

stern Nr. 31/2024, "Allein in Berlin" – Analyse des Kindergrundsicherungsvorhabens von Bundesfamilienministerin Elisabeth Paus (Grüne)

Kinder besser behandeln

Es braucht wohl keine 5000 neuen Verwaltungsstellen, um die Kindergrundsicherung direkt bei den Kindern ankommen zu lassen. Kinder, die von der Armut betroffen sind, sollten kostenlose Betreuungsplätze von der Krippe bis zum Ende des Grundschulalters erhalten. Das Essen in den Kitas und Schulen sollte kostenlos sein, und auch Sportvereine könnten unterstützt werden, um diesen Kindern eine kostenlose Mitgliedschaft zu ermöglichen. Als Betreuungsleiterin an einer Grundschule weiß ich ganz gut, wovon ich rede: Unsere Kinder sind unsere Zukunft. Sie sollten besser behandelt werden.

Andrea Rosenow, Brandenburg (Havel)

Flaues Gefühl

Brillante Analyse, brillant beschrieben und brillant formuliert. Mehr davon! Ihr Artikel nimmt uns mit in den Politzirkus von Berlin, und es bleibt das flaue Gefühl, dass wir dort von noch mehr Menschen wie Elisabeth Paus regiert werden, die nicht nur an sich selbst, sondern letztendlich auch an der naiven Vorstellung scheitern, die Verwaltung nach ihren Vorstellungen mal einfach so umbauen zu können. Wolfgang Oepen, Mainz

stern Nr. 31/2024, "ADHS wird zu meiner Superkraft" – Interview mit Olympiaschwimmerin Angelina Köhler

Wichtiger als Erfolg

Ein lehr- und aufschlussreiches Gespräch: Physische und psychische Gesundheit ist wichtiger als sportlicher Erfolg und zugleich dessen Voraussetzung. Fred Maurer, Aalen

stern Nr. 31/2024, "Ein winziges bisschen Leben" – Reportage über ausgesetzte Neugeborene

Anonyme Geburt kann helfen

Kann man mir mal erklären, welchen tieferen Sinn es hat, das Foto einer weiblichen Brust, aus der wohl Muttermilch tropft, zusammen mit dieser Story zu bringen? Zu einem Artikel über das Stillen hätte das Foto gepasst. Gefehlt hat mir der Hinweis zur anonymen Geburt, die Frauen eine Hilfe sein kann.

Antie Kehrbach, Bremen

stern Nr. 31/2024, "Alter!" – Essay von stern-Redakteur Tobias Schmitz, 52, über das Älterwerden, erkundet in eigener Sache

Zu jung für diese Zeilen

Lieber Herr Schmitz, ich kann es kaum fassen: Endlich fühle ich mich (82 Jahre) angesprochen. Ihre Art zu schreiben – immer mit etwas Schmunzeln – gefällt mir außerordentlich. Ehrlich gesagt: Sie sind noch viel zu jung für diese Zeilen. In Ihrem Alter gehört einem die Welt. So habe ich das gesehen. Christel Kramer, Fernwald

88 plus

Wenn man sich mit 50 ein Bein bricht oder eine Zahnwurzelbehandlung vor sich hat, würde man das nicht so ernst nehmen, wenn man ahnte, was einem mit "88 plus" noch alles bevorsteht. Alfred Salamon, Ilmenau



Ihre Meinung interessiert uns!

In sozialen Medien: facebook.com/ stern

Per E-Mail: briefe@stern.de

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen und auch elektronisch zu veröffentlichen. Bitte geben Sie Namen, Wohnort und für Rückfragen nach Möglichkeit eine Telefonnummer an.



Ich wechsle zu ECO

Wenn es um sauberes, glänzendes Geschirr geht, möchte ich keine Kompromisse eingehen – auch nicht beim Energieverbrauch. Somat Excellence 5in1 Caps wurden daher speziell für energiesparende Spülprogramme mit niedrigen Temperaturen entwickelt. Sie sorgen für ein hervorragendes Reinigungsergebnis, auch bei bis zu 72 Stunden eingetrockneten, hartnäckigen Essensresten.

Jetzt den richtigen Knopf drücken und mit den Somat Reinigern ins ECO-Programm wechseln und bis zu 45% Energie einsparen.*

WEIL ES EINEN UNTERSCHIED MACHT





*Die neuen Somat Excellence Sin1 Caps helfen Wasser und bis zu 45% Energie einzusparen, wenn Verbraucher statt eines Intensiv-Programms ein Niedrigtemperatur ECO- oder -Kurz-Programm wählen.













FRAGEN UND ANTWORTEN



Sie wollen mehr wissen? Schreiben Sie eine E-Mail an fragen@stern.de

Das Lachen ist Kamala Harris' Markenzeichen – aber auch ein Angriffspunkt für ihre Gegner

US-WAHLKAMPF

Schadet Kamala Harris ihr Lachen?

err Titze, US-Vizepräsidentin Kamala Harris lacht häufig und herzlich. Donald Trump attackiert sie deshalb, nennt das Lachen "verrückt" und Harris "durchgedreht". Darf er das? Es kommt darauf an, aus welcher Perspektive man das sieht. Donald Trump ist der typische Boss. Er will Macht und Kontrolle ausüben, orientiert sich an einem aggressiven Männlichkeitsideal. Dazu gehören eine gewisse Grobheit, Distanzlosigkeit und Aufdringlichkeit. Sein Humor ist bevorzugt sarkastisch und schlagfertig. Er will andere demütigen. Das Lachen von Kamala Harris hat er als eine vermeintliche Schwäche identifiziert und attackiert sie sofort.

Ist das Lachen denn eine Schwäche?

Wir unterscheiden vier Humortypen: Der "Boss" lacht böse. Nicht mit anderen Menschen, sondern über sie. Der "Star" lacht offen, herzlich, manchmal auch kindisch und frivol. Der "Eremit" lacht vordergründig dümmlich, und der "Lazarus"-Typ neigt zu einem gequälten Lachen, das auf Nachsicht und Mitgefühl zielt. Kamala Harris ist ein Star. Die Stärke dieses Typus ist, dass er die Herzen zu gewinnen vermag.



Der Psychotherapeut Michael Titze, 76, beschäftigt sich wissenschaftlich mit der Wirkung des Lachens

Als Vizepräsidentin blieb sie allerdings eher blass.

Das ist in gewisser Hinsicht ihrer Rolle geschuldet gewesen. Nun bietet sich ihr als möglicher Präsidentschaftskandidatin der Demokraten eine Bühne, die zu ihrem Typus passt. Denken Sie nur an Bill Clinton. Auch der war ein typischer Star, die Herzen flogen ihm zu, obwohl er sich einiges geleistet hat. Diese Menschen sind in der Politik sehr erfolgreich.

Reicht herzliches Lachen, um einen Wahlkampf gegen einen aggressiven Typen wie Trump zu bestreiten?

Menschen, die viel lachen, erleben sich selbst als stark und kompetent und fürchten sich nicht vor sozialen Konflikten. Insofern wird Kamala Harris für Donald Trump eine sehr unangenehme Gegnerin sein. Sie hat auch bossige Anteile und kann angreifen.

Fürchtet Donald Trump ein TV-Duell mit Harris?

Donald Trump hat vor dem Lachen von Kamala Harris mehr Angst als vor jedem noch so fundierten Argument. Mit seinem machohaften Gehabe konnte er Hillary Clinton im Wahlkampf 2016 an die Wand drängen. Gegen das Lachen eines Stars hat er keine Handhabe. Es lässt ihn lächerlich wirken. Interview: Doris Schneyink

PREISE

Warum werden Autoversicherungen so teuer?

er Gesamtverband der Versicherer (GDV) erwartet für Kfz-Policen noch in diesem Jahr ein Beitragsplus von 7,8 Prozent. 2025 dürften die Prämien im Schaden- und Unfallbereich um etwa 4,9 bis 7,2 Prozent steigen.

Als Grund wird von den Versicherern vor allem die hohe "Schadeninflation" genannt. Das Unternehmen HDI erklärt, diese habe "die Preise für Ersatzteile und Reparaturen für Autos in den vergangenen Jahren stark erhöht". Auch die Allianz gibt an, dass für Schäden derzeit deutlich mehr gezahlt werden müsse. Eine Sprecherin sagte: "Die notwendigen Beitragsanpassungen werden deshalb tendenziell höher ausfallen als in der Vergangenheit."

Die Zahlen des GDV zeigen: Bislang hielten sich die Preissteigerungen der Kfz-Versicherungen in Grenzen. Die durchschnittliche Jahresprämie für eine Vollkasko-Versicherung erhöhte sich von 2021 bis 2023 lediglich von 324 Euro auf 333 Euro. Grund war der starke Wettbewerb. In der Folge hat die Branche im vergangenen Jahr insgesamt drei Milliarden Verlust gemacht. Welche Folgen das nun für die Prämienkalkulation hat, entscheide jedes Unternehmen für sich, so der GDV.

Schützenhilfe von der Finanzaufsicht dürfen die Versicherten jedenfalls nicht erwarten – im Gegenteil. "Für das Jahr 2023 lagen die Annahmen über die Schadeninflation teilweise deutlich unter einschlägigen repräsentativen Inflationsindizes", stellte die Bafin fest. Die Unternehmen gäben sich aus ihrer Sicht zu optimistisch und Beitragssteigerungen seien dringend notwendig, um versicherungstechnische Verluste zu vermeiden. Nachholeffekte, die für viele Kunden nun teuer werden können.

Lea Pasch, Ressort Wirtschaft

KLIMA-KLEBER

Wieso sind deutsche Flughäfen immer noch so schlecht gesichert?

rneut ist es Klimaaktivisten in der vergangenen Woche gelungen, bis auf die Startund Landebahnen wichtiger deutscher Flughäfen vorzudringen. Der Flugverkehr wurde zeitweise eingestellt. Luftfahrtexperte Heinrich Großbongardt beklagt schon lange ein massives Sicherheitsproblem



Eigentlich gelten Flughäfen als gut geschützt, es gibt penible Sicherheitskontrollen für Passagiere, schwer bewaffnete Bundespolizisten patrouillieren durch die Terminals. Doch das Vorfeld ist oft nur durch einen Maschendrahtzaun gesichert. Ein Bolzenschneider reicht, um sich Zutritt zum Gelände zu verschaffen.



Loslösung von Protestierenden

Am Hamburger Airport hat man mittlerweile Lehren aus der Geiselnahme im November 2023 gezogen. Damals hatte ein Mann, der seine Tochter entführen wollte, mit dem Auto eine Schranke durchbrochen und war auf das Gelände gefahren. Auf dem Vorfeld warf er zwei Molotowcocktails und schoss

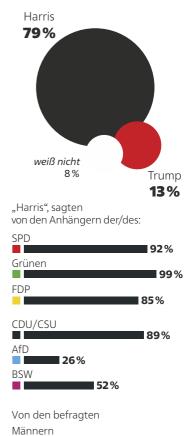
mit einer Pistole in die Luft. Damit so etwas nicht noch einmal passiert, wurden inzwischen Betonbarrieren und mobile Rammschutzanlagen errichtet.

Es würde viel Geld kosten, die Sicherheit deutlich zu erhöhen. Experte Großbongardt vermutet aber, das sei nicht das Hauptproblem. "Es ist einfach ein blinder Fleck", sagt er. "Den Flughäfen mangelt es offensichtlich an Risikobewusstsein." Airports seien schließlich nicht nur für Aktivisten attraktive Ziele – sondern auch für Terroristen.

Jonas Fedders, Redakteur Gesellschaft

UMFRAGE DER WOCHE

Würden Sie Kamala Harris oder Donald Trump wählen?



In den USA hat die Vizepräsidentin in den Umfragen gerade erst ihre Aufholjagd begonnen. Hierzulande fliegen der Kandidatin der Demokraten bereits die Herzen zu. Vier von fünf Deutschen würden für Kamala Harris stimmen.

Frauen

FORSA-UMFRAGE IM AUFTRAG VON STERN UND RTL DEUTSCHLAND: 1002 BEFRAGTE AM 25. UND 26 JULI. STATISTISCHE FEHLERTOLERANZ +/- 3 PROZENTPUNKTE

Donald Trump würden auf dem Wahlzettel dagegen nur 13 Prozent ankreuzen. Bei den Frauen ist die Unterstützung für Harris noch etwas höher als unter den Männern, von denen 18 Prozent für den Kandidaten der Republikaner votieren würden. Die Koalition für Harris ist in Deutschland eine ganz große, sie reicht von den Wählern der Ampelparteien über CDU/CSU bis hin zum Bündnis Sahra Wagenknecht, Donald Trump hätte indes nur bei den Anhängern der AfD eine Mehrheit: Hier würden 51 Prozent für den 78-Jährigen stimmen, wenn sie denn könnten.

LEUTE

HAPPY BIRTHDAY

Fritz Egner

Musik ist für den Radio- und TV-Moderator sein Leben. Seinen 75. aber feiert er ganz still

ines der populärsten Geburtstagslieder stammt von Stevie Wonder. Sie haben den Soulsänger unter ungewöhnlichen Umständen kennengelernt. Ich sollte ihn in Zürich interviewen. Nun war das gerade die Zeit, als ich "Die versteckte Kamera" moderierte und immer damit rechnen musste, dass man versucht, mich reinzulegen. Als das Telefon klingelte, sich ein "Mister Wonder" meldete und "Is this Fritz?" fragte, antwortete ich: "No, this is the pope." Es stellte sich heraus, dass er es tatsächlich war und zum Glück über eine große Portion Humor verfügte.

Wird denn am 3. August "Happy Birthday" für Sie gesungen?

Nein, dieser Tag ist einer der stillsten des Jahres. Seit meine Mutter nicht mehr lebt, habe ich meinen Geburtstag eigentlich nie gefeiert. Dass ich geboren bin, ist ihr zu verdanken. Da sie nicht dabei sein kann, habe ich das immer so gehalten.

Ist Ihnen der Umgang mit großen Stars leichtgefallen?

Ich habe mit Eric Clapton Poolbillard gespielt, Bob Marley getroffen, Little Richard, Paul McCartney. Es sind Menschen wie Sie und ich, nur eben mit einem besonderen Talent gesegnet.

Lange moderierten Sie die erfolgreiche Ratesendung "Dingsda". Wer ist schwieriger im Umgang: so ein sechsjähriger Steppke oder ein Superstar wie James Brown?

Oh, da ist der Steppke schon einfacher. Die Kids freuen sich, wenn man ihnen Aufmerksamkeit schenkt. Wobei sich James Brown auch als zugänglicher Typ erwies. Wir führten ein langes Gespräch, ich durfte sein Konzert von der Bühnenseite aus verfolgen. Mick Jagger saß im Publikum, David Bowie, Boy George. Alle waren da. Ein unglaublicher Abend.

Interview: Ingo Scheel



STILFRAGE

Vita 1949

Ein Dorf für Adele

Man kann es ganz schnöde sagen: Ab dem 2. August gibt Adele zehn Konzerte auf dem Messegelände Riem in München. Die Botschaft, die der Megastar vermitteln will, ist aber eine ganz andere: Willkommen in Adeles Welt! Neben einer eigens errichteten Arena soll ein Dorf für 14 000 Fans nach den Vorstellungen der 36-Jährigen entstehen, in dem man bereits am Nachmittag vorfeiern kann. Aber wie sieht



Adeles Campus aus? "Cozy" soll es werden, gemütlich. Die Londonerin, die gerne mit ihrer Trinkfestigkeit kokettiert, will nicht nur einen **Pub** eröffnen, sondern auch einen Biergarten und mehrere Weinstuben. Verhungern wird ebenfalls keiner: Neben einem Farmer's Market wird es Foodtrucks geben. Und zum Nachtisch können die Fans schließlich Adele-Fruchtgummi naschen: Ein bekannter Süßwarenhersteller hat eigens für die Münchner Auftritte Herzen lanciert, die es nur hier zu kaufen geben wird. Mit Erdbeer-Zitronen-Aroma. In Adeles Welt braucht man einen starken Magen.

Oliver vom Hofe

WAHRE VERBRECHEN. WAHRE GESCHICHTEN.

Das True-Crime-Magazin vom stern.

JETZT IM HANDEL

ROSAS REVIER

Sie war Polizistin. Ihre Kollegen mochten sie. Manche zu sehr

GENDITZKIS SPÄTES GLÜCK

Von einem Justizopfer, das doch noch freikam



GIFT

Über die gefährlichste Waffe der Frauen

DER NETTE BEGLEITER

Er sagte, sie könnten ihm vertrauen. Er kenne sich aus in den Wäldern

Der Fall des "Totmachers"

Emitter und Spezialisten erzählen von es Podcasts gibt. 444 st. Spezialisten erzählen.

0

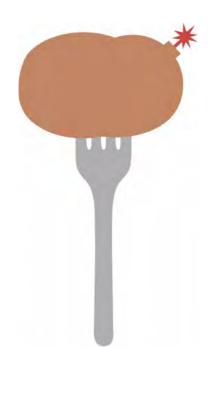


"Manchmal finden die verrücktesten Sachen zusammen: Friedrich Merz, das Kartoffeltheorem, eine Zündschnur. Und plötzlich ist der Mann Kanzler."

er CDU-Vorsitzende Friedrich Merz sorgt für gewöhnlich schnell mal für Aufregung. Ob mit dem Begriff der "kleinen Paschas" oder seiner Klage über Migranten, die angeblich republikweit Arzttermine blockieren – Merz hat sich schon so manchen Ärger eingehandelt. Außerdem gilt er als leicht reizbar, man spricht in Verbindung mit dem Sauerländer gern von einer kurzen Zündschnur.

Trotzdem lässt sich auf Merz und seine Bedeutung in der CDU in recht plausibler Weise das sogenannte Kartoffeltheorem anwenden. Wer das Kartoffeltheorem wirklich erfunden hat, ist nicht ganz klar. Meist wird es dem Autor Rolf Breitenstein zugeschrieben, der 1974 ein Buch unter diesem Titel veröffentlichte. Wäre jenes Werk tatsächlich die Quelle, würde das Kartoffeltheorem in diesem Jahr 50 Jahre alt. Wie passend.

Worum geht es? Friedrich Merz müsste das Kartoffeltheorem kennen, schließlich glaubt er, von Wirtschaft ja etwas zu verstehen. Auf Wikipedia wird dazu erläutert, es handele sich um eine "Art moderne Bauern-



Nico Fried freut sich, von Ihnen zu hören. Schicken Sie ihm eine E-Mail an nico.fried@stern.de regel der Ökonomie", wonach bisweilen ein Bedarf befriedigt wird, der eigentlich nicht bestanden hat, sondern erst nachträglich erzeugt wurde. Volkstümlich umschrieben heißt es zum Beispiel: Jetzt sind die Kartoffeln da, dann essen wir sie auch. Daher der Name des Theorems. Oder, kürzer und knackiger: Gegessen wird, was auf den Tisch kommt. Und auf die Beamtenstube umgelegt: Nun haben wir die Vorschrift verhängt, dann wenden wir sie auch an.

Genau so verhält es sich mit der Kanzlerkandidatur von Friedrich Merz. Es gibt andere Unionspolitiker, die in den persönlichen Umfragen viel besser abschneiden als Merz, namentlich Markus Söder und Hendrik Wüst. Trotzdem wird Merz als CDU-Vorsitzender wohl das Rennen machen. Selbst Merz-Skeptiker sagen mittlerweile: Jetzt ist er schon mal da, dann nehmen wir ihn auch.

An der Stelle verbindet sich nun die kurze Zündschnur mit dem Kartoffeltheorem. Denn dass Merz Kanzlerkandidat wird, bedeutet für andere logischerweise, dass sie es nicht werden. Erst mal. Diese Aspiranten müssen nun klammheimlich darauf hoffen, dass Merz sich alsbald wieder einen Fauxpas leistet, irgendwas, das alle aufregt. Ein Laschet-Lachen, nur als Merz-Mist. Dann bekämen sie vielleicht doch ihre Chance.

Wer allerdings die beiden Sommerinterviews von Friedrich Merz in ARD und ZDF gesehen hat, kann für Hendrik Wüst und Markus Söder nur einen Schluss ziehen: Vergesst es! 2023 verhedderte sich Merz in einem Sommerinterview noch bei der Zusammenarbeit mit der AfD. Da wäre er fast weg gewesen. Nichts Vergleichbares in diesem Jahr.

Im Gegenteil: In beiden Interviews verströmte Merz von Beginn an eine sagenhafte Langeweile. Egal, ob Pflege, Raketen oder Schuldenbremse – das Thema, bei dem sich der CDU-Chef wirklich festlegt, scheint noch nicht gefunden zu sein. Merz' Formulierungen gehen in etwa so: Das werden wir dann sehen. Da werden wir noch Antworten finden. Und wenn es um die Frage geht, wer all dieses Nichts bezahlen soll, sagt er: Da gibt es verschiedenste Möglichkeiten.

Friedrich Merz, plötzlich die Ruhe selbst. Man muss sich das noch mal klarmachen: Er wurde von Angela Merkel ausgebootet. Er hatte die Politik schon aufgegeben. Er hat drei Anläufe für den Parteivorsitz gebraucht. Aber jetzt arbeitet der Mann, für den es eigentlich keine Nachfrage mehr gab, daran, dass die Wähler 2025 sagen: Nun ist er schon mal da, dann... *

Testen Sie den STERN!

Spannende Reportagen, beeindruckende Fotos, große Geschichten. Bleiben Sie jetzt informiert und testen Sie den unabhängigen Journalismus und die umfassende Berichterstattung des STERN. Wir sind für Sie da.

Ihre Vorteile, wenn Sie jetzt den STERN testen:

- 8 × den STERN für den schnellen Gesamtüberblick
- Lieferung frei Haus inklusive TV-Magazin
- Vorteilspreis von zzt. nur 32,90 € statt 49,60 €
- Sie sparen über 33 % gegenüber dem Einzelkauf
- Mit attraktiver Prämie Ihrer Wahl

sparen!



IHRE PRÄMIE ZUR WAHL





10.- € Amazon.de-Gutschein

- Für die nächste Online-Shopping-Tour
- Einlösbar für Millionen Produkte auf Amazon.de
- Ohne Zuzahlung

MEHR PRÄMIEN GIBT'S ONLINE.

Gleich online bestellen: www.stern.de/testen





STERN-Kundenservice, 20080 Hamburg

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

Ja, ich bin damit einverstanden, dass STERN und die Gruner+Jahr Deutschland GmbH mich zu ihren Medienangeboten

(Print/Digital), Gewinnspielen, Leserreisen, Veranstaltungen sowie zu Marktforschungszwecken per E-Mail und Teléfon an-sprechen und informieren unter Verwendung der zu mir erhobenen Daten. Diese Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen. Ich zahle bequem per Bankeinzug: (zzt. 32,90 € für 8 Ausgaben; ggf. zzgl. einmaliger Zuzahlung für die Prämie)

Ja, ich möchte den STERN mit über 33 % Ersparnis testen!

Senden Sie mir ab der nächstereichbaren Ausgabe 8 x den STERN zum Vorteilspreis von zzt. nur 32,90 € (ggf. zzgl.einmaliger Zuzahlung für die Prämie) statt 49,60 € im Einzelkauf. Zahlungsziei: 14 Tage nach Rechnungserhält. Meine Prämie erhalte ich nach Zahlungseingang, Ich kann jederzeit mit einem Monat Vorlauf kündigen, frühestens zum Ende der Testphase. Wenn ich nicht kündige, beziehe ich den STERN fortlaufen für zut. 5,90 € pro Ausgabe statt 6,20 € im Einzelkauf. Im Rahmen des Abonnements beziehe ich eventuell erscheinende Sonderhefte ebenfalls zu diesem Preis. Die Abrechnung erfolgt für 52. Ausgaben im Voraus. Zu viel gezahlte Beträge erhalte ich bei Kündigung zurück. Preisangaben inkl. MwSt. und Versand. Das STERN TV-Magazin ist eine freiwillige Grafts-Beigabe des Verlags, deren Einstellung sich der Verlag jederzeit ohne Vorankündigung vorbehält. Dieses Angebot gilt nur in Deutschland und nur, solange der Vorrar reicht. Auslandsangebote auf Anfrage.

	Als Prämie	wähle	ich: (bitte nu	ır ein Kreuz setzen
--	------------	-------	----------------	---------------------

]	SCHÖNER WOL	INEN Tis	chleuchte "Kia"	
	Zuzahlung 6 – €	weiß	Schwarz	

10,- € Amazon.de-Gutschein

<u> </u>		
Meine persönlichen Angaben: (bitte unbedingt ausfüllen)	Frau	Herr
	1	

traße	I	Hausnummer	

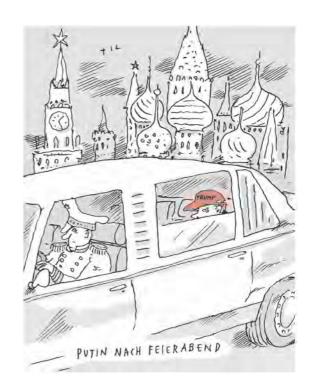
des Abonnements ist Gruner + Jahr Deutschland GmbH. Belieferung, Betreuung und Abrechnung durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermachtige die DPV Deutscher Presseverfrieb CimbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, Glabüger-Identifikationsnummer DE77ZZZZZO000004885, wiederkehrende Zahlungen von meinem kont mittels Last-schrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgefeilt. Hinwels: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Widerrufsrecht: Sie können die Bestellung binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen formlos widerrufen. Die Frist beginnt an dem Tag, an dem Sie die erste bestellte Ausgabe erhalten, nicht jedoch vor Erhalt einer Widerrufsbelehrung gemäß den Anforderungen von Art. 246a § 1 Abs. 2 Nr. 1 EGBGB. Zur Wahrung der Frist genügt bereits das rechtzeitige Absenden Ihres eindeutig erklärten Entschlusses, die Bestellung zu widerrufen. Sie können hierzu das Widerrufs-Muster aus Anlage 2 zu Art. 246a EGBGB nutzen. Der Widerruf ist zu richten an: STERN-Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 040/55 55 78 00, E-Mail: kundenservice@dpv.de Bestell-Nr.: 193 8145

METTE







Danni Büchner Eric Stehfest Elena Miras David Ortega Georgina Fleur Mola Adebisi Kader Loth Sarah Knappik Gigi Birofio Hanka Rackwitz Winfried Glatzeder Giulia Siegel Thorsten Legat



ICH BIN FIN STAR SHOWDOWN DER DSCHUNGELEGENDEN

R T L +

ab 15.08. vorab streamen R T L

ab 16.08. | 20:15

Medizinische Schräglage: In der Provinz mangelt es an Ärzten. Städte und Kliniken dagegen sind überversorgt



WISSEN

Ist ein Arzt im Ort?

Ewig warten auf einen Termin, kein Hausoder Kinderarzt: Auf dem Land fehlen oft Mediziner. Wo die Probleme liegen – und was helfen würde

Von Nicole Heißmann; Illustrationen: Mario Wagner



Zum Abschied hatten sie "dem Andreas" eine bunte Karte gebastelt, ein Foto von den Kindern draufgeklebt und sich bedankt für 14 gemeinsame Jahre. Sabrina Köhne war mit all ihren Kindern gekommen, man drückte sich, die Mutter tief bewegt. Die Köhnes waren nicht die Einzigen: Als der letzte Kinderarzt von Quakenbrück in Rente ging, einer Kleinstadt bei Osnabrück, kamen viele Patienten noch mal in die Praxis.

An dem Tag ließ Sabrina Köhne am Empfang noch die Krankenkassenkarten ihrer Kinder einlesen: Pauline, damals 11, die Zweitälteste, brauchte Kortisonsalbe gegen ihre Neurodermitis. Für die Kleinen, Timo, 1, und Antonia, 3, nahm sie vorsorglich ein Rezept für Fiebersaft mit. Wer wusste schon, wie es nun weitergeht.

Im März schloss die Praxis in dem roten Ziegelbau am Bahnhof. Seitdem steht sie leer, und Quakenbrück sucht Kinderärzte. Sabrina Köhne erinnert sich, wie sie mit einer Freundin 34 Praxen im Umland abtelefonierte, um einen neuen Kinderarzt zu finden, in Lohne, Ankum, Löningen. "Am Ende des Tages hatten wir nichts. Mal hieß es: Wir sind voll. Oder: Der Doktor ist in Urlaub, wir können nichts entscheiden. Zweimal wurde gefragt, ob wir gesetzlich oder privat versichert seien. Bei gesetzlich war das Gespräch schnell zu Ende."

Wochen später fand sie ein kindermedizinisches Zentrum in Vechta, das sie noch aufnahm. Seitdem fährt die Familie zum Impfen, für Untersuchungen oder mit akut kranken Kindern im Auto 45 Minuten in die Kreisstadt. Sabrina und ihr Mann Peter sind dankbar, dass die Kinder dort untergekommen sind. "Aber es stresst schon, vor allem die Fahrzeiten", erzählt Peter Köhne. "Wir haben fünf Kinder und ein Auto. Wenn ein Kind krank wird, organisieren wir den ganzen Tag für uns und die vier anderen Kinder neu. Mit öffentlichen Verkehrsmitteln dauert es zu lange nach Vechta, das geht mit einem Kind mit 40 Grad Fieber nicht. Und

wenn wir endlich da sind, ist das Wartezimmer schon krachend voll."

Zu viele Patientinnen und Patienten, zu wenig Ärztinnen und Ärzte. Deutschland beklagt Ärztemangel und drohenden Versorgungsnotstand. Wer einen Haus- oder Kinderarzt sucht – keinen Spezialisten, sondern eine Praxis für die Grundversorgung –, landet in Warteschleifen, auf Wartelisten und mit Glück in vollen Wartezimmern. Es könnte noch schwieriger werden, denn eine Ruhestandswelle naht: 37 Prozent der Hausärzte sind bereits jenseits der 60.

Zugleich steigt der Versorgungsbedarf, weil Deutschland altert. Das Zentralinstitut für die kassenärztliche Versorgung schätzt, dass bis 2040 bis zu 50000 Ärztinnen und Ärzte fehlen könnten.

ußerdem gilt der Job als Niedergelassener nicht mehr als attraktiv. Im Herbst und nach Weihnachten schlossen genervte Mediziner ihre Praxis, um ein Zeichen zu setzen: gegen Überlastung, lange Arbeitszeiten, knappe Budgets und überbordende Bürokratie.

Wie konnte es zu dieser Misere kommen, und wie finden wir wieder heraus? Wie kann es sein, dass man in einem der teuersten Gesundheitssysteme der Welt – 2022 lagen die Ausgaben bei 498 Milliarden Euro – Wochen oder Monate auf Arzttermine wartet? Dass Lebenserwartung und Fitness der Deutschen im internationalen Vergleich eher Mittelmaß sind? Hat Deutschland zu wenig Ärzte? Brauchen wir mehr junge Menschen, die Medizin studieren, und das Problem wäre gelöst? Es ist komplizierter.

Denn die bloße Zahl der Ärzte ist nicht das Problem. Tatsächlich praktizieren immer mehr Mediziner pro Einwohner: 1970 versorgte ein Arzt 587 Menschen, im Jahr 2000 waren es 279 Menschen, und 2023 sank die Zahl sogar auf 197. Auch im europäischen Vergleich steht Deutschland gut da: 2020 kamen laut Statistischem Bundesamt 44 Ärzte auf 10000 Einwohner. Damit



Fünf Kinder, ein Auto, kein Kinderarzt im Ort: Für Familie Köhne bedeutet ein Praxisbesuch viel Stress

Wo sind denn die ganzen Ärzte? Angestellt in den Kliniken





liegt die Versorgungsdichte auf ähnlichem Niveau wie in der Schweiz, Norwegen und den Niederlanden – und deutlich oberhalb von Frankreich oder Großbritannien (33 bzw. 30 Ärzte auf 10 000 Einwohner).

Die Gründe haben eher zu tun mit einer sich ändernden Arbeitswelt, mit der ungleichen Verteilung von Arztpraxen, mit Hindernissen im Gesundheitssystem und hohen Ansprüchen auf Patientenseite. So entsteht an vielen Stellen Mangel, an manchen Überversorgung, und zum Teil arbeitet man frappierend ineffizient vor sich hin.

Der Krankenhaussektor etwa saugt in Deutschland den größten Teil der Medizinabsolventen ab. Zahlen dazu hat Antonius Schneider, der Direktor des Instituts für Allgemeinmedizin an der TU München und einst Bayerns erster Lehrstuhlinhaber für hausärztliche Versorgung. Als Schneider die Berufswege von Ärztinnen und Ärzten im Freistaat untersuchte, erschrak er: "Die Zahlen haben sich extrem verschoben: Im Jahr 2000 gab es in Bayern knapp 19000 Ärzte im Krankenhaus – aber 2022 waren es mehr als 34 000. Das heißt, 15 000 Ärzte sind zusätzlich ins Krankenhaus gegangen. Da können wir so viele Studierende ausbilden, wie wir wollen, die bleiben größtenteils

als Angestellte im Krankenhaus hängen." Auch bundesweit arbeiten heute Zehntausende Ärztinnen und Ärzte mehr in Kliniken als vor 20 Jahren – während sich für Arztpraxen oft keine Nachfolger finden.

Ein Grund dafür ist, dass Ärztinnen und Ärzte heute lieber fest angestellt als selbstständig arbeiten wollen, mit Urlaubsanspruch und Überstundenausgleich. Und: in Teilzeit. Solche Stellen gibt es vorwiegend in Kliniken. "Analysen zeigen, dass heute im Krankenhaus viel mehr Menschen in Teilzeit arbeiten als in den Nullerjahren, als Vollzeitarbeit in der Klinik bei fast 100 Prozent lag", erklärt Schneider.

Im ambulanten Bereich geht der Trend ebenfalls zur Festanstellung. Daraus ergibt sich ein weiteres Problem: "Daten zeigen, dass angestellte Ärztinnen und Ärzte weniger produktiv sind als selbstständige, die wirtschaftlich für sich selbst arbeiten", sagt Jonas Schreyögg. Der Professor für Management im Gesundheitswesen an der Universität Hamburg ist Mitglied im Sachverständigenrat Gesundheit und Pflege der Bundesregierung. Der hohe Output habe nicht nur mit der Zahl der Wochenstunden zu tun, so Schreyögg, sondern mit einer höheren Aktivität pro Stunde: "Jemand mit eigener Praxis

behandelt innerhalb der bestehenden Zeit mehr Patientinnen und Patienten, weil man als selbstständiger Unternehmer mit seiner Zeit besser haushält. Das Phänomen sehen wir auch bei Bäckern oder Handwerkern." Anders ausgedrückt: Ein selbstständiger Arzt leistet unter Umständen in etwa so viel, wie zwei Angestellte leisten.

Dass Krankenhäuser so viel Personal absaugen, liegt daran, dass der stationäre Sektor in Deutschland besser versorgt wird als in anderen Ländern. "Wir haben in Deutschland eine krasse Fehlverteilung der Fachkräfte zwischen dem stationären und dem ambulanten Bereich", sagt Schreyögg. "Andere europäische Länder haben in den vergangenen 15 Jahren Programme gestartet, um mehr Menschen ambulant zu versorgen", erklärt Schreyögg.

Ambulante Versorgung ist meist nicht schlechter als ein Krankenhausaufenthalt, bindet aber weniger der knappen Zeit von Fachkräften. "Wir wissen aus Vergleichsstudien, dass viele OPs in mindestens gleicher Qualität ambulant gemacht werden könnten", sagt Schreyögg. "Auch Maßnahmen wie eine intravenöse Antibiotika-Therapie kann ein Hausarzt durchführen." Doch in Deutschland wird man selbst für kleinere Prozeduren oft stationär aufgenommen. Immerhin wird der Katalog ambulanter Eingriffe gerade erweitert: Ab 2025 kommen etwa Operationen an Brust, Leber und Galle hinzu. Doch noch auf Jahre wird in Kliniken Personal gebunden sein, das in den Praxen fehlt.

esonders schmerzlich spürbar ist das auf dem Land: Viele Landkreise in Niedersachsen, Ostbrandenburg und Schwaben gelten als hausärztlich unterversorgt; die jüngere Ärzteschaft zieht in die Städte. Das zeigen Umfragen unter Studierenden, welche die Universität Trier seit 2010 durchführt. Laut der letzten Befragung aus dem Jahr 2018 wollten 42,8 Prozent nicht in Orten mit weniger als 5000 Einwohnern leben oder arbeiten, gegen Städte mit weniger als 10 000 Einwohnern hatten 33,9 Prozent ihre Vorbehalte.

Die wenigen Mediziner zu finden, die dennoch das Landarztleben wagen wollen, ist Aufgabe von Jonas Bördner: Der Jurist leitet den Bereich Gesundheitspolitik und Strategische Sicherstellung der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein (KVNO). Bördners KV organisiert die Versorgung für gesetzlich Versicherte zwischen Bonn und Emmerich, plant die Verteilung der >

"Arztsitze". Und analysiert, wo es pro Einwohner schon genug Ärzte gibt und wo sich welche niederlassen sollten.

Im Oberbergischen Kreis etwa, den Bördner gut kennt, weil seine Frau von dort stammt, würde man sich über mehr Hausärzte sehr freuen. Die Region südöstlich von Wuppertal ist geprägt von Wäldern und Wiesen, Talsperren und kleinen bis mittelgroßen Städten wie Gummersbach und Waldbröl. Im Kreis sind rund 35 Hausarztsitze zu besetzen. "Vertragsärztliche Sitze werden in Regionen geplant", erklärt Bördner. "In diesen Mittelbereichen gibt es oft mehrere Kommunen, und wir als KVNO können nicht exakt vorschreiben, wo in der Region sich jemand niederlässt." So suchen sich Ärzte auf dem Land oft das größte Mittelzentrum, wo sich auch ein Job für Partner oder Partnerin sowie eine Schule für die Kinder finden.

Um mehr Ärzte aufs Land zu holen, setzt man bei der KV Nordrhein und anderswo auf Werbung und Anreize, finanziert schon im Studium Stipendien für angehende Hausärzte und fördert danach die Facharzt-Weiterbildung etwa in einer Landarztpraxis mit rund 5400 Euro im Monat. Viele junge Hausärzte bleiben sogar auf dem Dorf. "Wir sprechen von Klebeeffekten", sagt Bördner. "Den Ärzten hat es in ihrer Praxis gefallen, sie kennen Praxisteam und Patienten und sind längst in der Region verwurzelt, die Kinder gehen in den Kindergarten." Wer sich in einer geförderten Region niederlässt, kann bis zu 70 000 Euro Investitionskostenzuschuss für die Praxis beantragen.

Zudem lädt die KV Nordrhein seit 2019 zur "Landpartie", einer Art Kontaktbörse für Medizinabsolventen oder -absolventinnen und Praxisinhaber, die eine Nachfolge oder Angestellte suchen. Man trifft sich in Landhotels, geht zusammen wandern oder macht eine Stadtführung. Der Landrat stellt seinen Kreis vor, ältere Kollegen erzählen von ihren Sorgen und Nöten, als sie selbst eine Praxis gegründet haben. Mit sieben Landpartien habe die KV Nordrhein seit 2019 etwa 50 Niederlassungen auf dem Land generiert, sagt Bördner.

in Anfang, doch der Bedarf an ärztlicher Versorgung wächst weiterhin, und das nicht nur, weil Deutschland altert. Zur Wahrheit gehört, dass die Deutschen selbst den Mangel verschärfen. Obwohl sich die Zahl ambulant behandelter Menschen seit 20 Jahren kaum ändert, steigt die Zahl der ambulanten Fälle: von 536 Millionen im Jahr 2004 auf 729 Millionen 2022. Die Men-



Lange Wege: Der Kinderarzt von Antonia Köhne liegt 45 Autominuten entfernt

Die Deutschen selbst verschärfen den Mangel – durch ihr Verhalten

schen in Deutschland gehen immer öfter zum Arzt. Das belegen auch Vergleiche der OECD: Mit 9,6 Konsultationen pro Kopf und Jahr liegt die Bundesrepublik in der EU auf Platz zwei (hinter der Slowakei). In Österreich sind es 6,5 Kontakte, in Frankreich 5,5 und in Schweden nur 2,3.

Lange schon kritisieren Experten, wie schlecht Arztbesuche bei uns gesteuert würden. Patienten mit unklaren Beschwerden können mehrere Haus- und Fachärzte aufsuchen und werden zum Teil doppelt untersucht. Befunde aus anderen Praxen sind außerdem nicht digital abrufbar.

Der Gesetzgeber wiederum packt wichtige Präventionsvorhaben nicht an. So lehnt die Politik eine Zuckersteuer ab, obwohl Kinderärzte diese seit Jahren fordern und obwohl Daten belegen, dass so der Absatz süßer Softdrinks gesenkt werden könnte. Alkohol verursacht laut dem Jahrbuch Sucht volkswirtschaftliche Kosten von 57 Milliarden Euro jährlich. Doch Bier und Wein gibt es in jedem Supermarkt statt nur

in lizenzierten Läden wie in Schweden. 30 Prozent der Deutschen rauchen, mehr als im EU-Durchschnitt. Die WHO führt das auf zu lasche Tabakgesetze zurück.

Und es wäre wichtig, den Arztberuf von Bürokratie zu entlasten. Bisher ist das Abrechnen der Kassenärzte so von Kleinstbeträgen und Regionalregeln geprägt, dass "in Deutschland wohl mancher Hausarzt in Rente geht, ohne seine Abrechnung in 35 Berufsjahren je durchdrungen zu haben", wie eine Landärztin gegenüber dem *stern* erklärt.

Da zielt ein Gesetzentwurf des Bundesgesundheitsministers Karl Lauterbach (SPD) in die richtige Richtung: Künftig sollen mehr Leistungen der Hausärzte vom "Deckel" der Budgets befreit, also voll vergütet werden statt nur bis zu einer Umsatzgrenze.

ndere Lösungen wären sogar ohne Gesetzesänderung umsetzbar: flexible Arbeitsmodelle etwa, damit Ärzte so arbeiten können, wie sie möchten. Wollen sich junge Mediziner heute nicht mehr mit eigener Praxis niederlassen, müssen Optionen geschaffen werden, sie anzustellen, etwa in Medizinischen Versorgungszentren oder ähnlichen Einrichtungen. Die müssten auch nicht von Investoren gegründet werden: In Hamburg-Rahlstedt etwa betreibt die Kassenärztliche Vereinigung eine Kinderarztpraxis mit Angestellten und entlastet so überfüllte Praxen in der Umgebung.

Wer als Arzt nicht aufs Land will, könnte in der Großstadt wohnen bleiben und tageweise auf dem Land in einer Zweigpraxis arbeiten. Für unterversorgte Regionen werden solche Praxen seit 2012 durch einen Fonds von Kassen und Kassenärztlichen Vereinigungen gefördert. Honorarärzte ohne eigene Praxis könnten in der Stadt leben, aber eine bislang verwaiste Kinderarztpraxis auf dem Land mit Leben füllen und sich dabei sogar die Wochentage aufteilen – ein Teilzeitmodell für Selbstständige.

Viele Lösungsansätze gegen den Ärztemangel liegen bereits auf dem Tisch. Es wäre an der Zeit, sie umzusetzen.≯



Nicole Heißmann ist nach der Recherche froh darüber, einen guten Hausarzt in der Nähe zu haben. Illustrator

Mario Wagner weiß zu schätzen, dass er in der Stadt wohnt und dort immer einen Arzttermin bekommt, früher oder später

Lesen Sie weiter zum gleichen Thema: Wahrheiten über den Arztberuf und das Gesundheitssystem

JETZT IM HANDEL!





Große Geschichten. Jeden Donnerstag. Und auf stern de

Mythen-Check

Hartnäckig halten sich Mutmaßungen über den Arztberuf und das Gesundheitssystem. Der *stern* wagt die Diagnose bei sechs wichtigen Punkten

atienten sind Opfer des Gesundheitssystems,
Hausärzte verdienen kaum noch Geld, und mehr
Studierende könnten schnell den Ärztemangel
beheben: Beklagt wird im Medizinbetrieb so einiges,
und oft werden angeblich einfache Lösungen beschworen.
Doch bei genauerem Hinschauen zeigt sich: Viele Behauptungen
stimmen nur zum Teil oder gar nicht – und nicht jeder
Lösungsansatz hält am Ende, was er verspricht.



1. HAUSARZT WERDEN IST NICHT MEHR ATTRAKTIV

Als meist erste Anlaufstelle für viele akut und chronisch Erkrankte bilden niedergelassene Hausärzte eine wichtige Säule in der Gesundheitsversorgung. Doch nur wenige angehende Mediziner entscheiden sich für die Arbeit als Niedergelassener. Im Jahr 2035, so schätzt die Robert Bosch Stiftung, werden deutschlandweit rund 11 000 Stellen vakant sein. Nicht nur Praxen auf dem Land hätten dann Nachwuchsprobleme, so die Studie, sondern auch zunehmend solche in städtischen Gebieten.

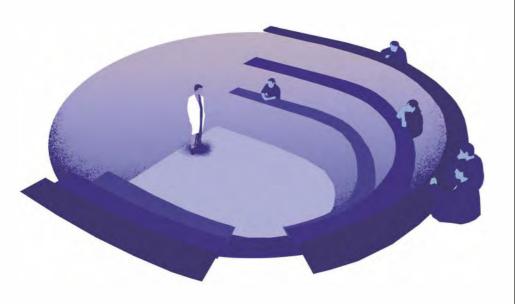
Was hält die jungen Mediziner fern? Ein Grund dürfte sein, dass die selbstständige Hausarzt-Arbeit als herausfordernd gilt. Warum sich für die Niederlassung entscheiden, wenn anderswo Teilzeitmodelle und ein Angestelltenverhältnis locken? Und so gut verdienen Hausärzte doch auch gar nicht – wird oft gesagt. Das stimmt so nicht. Lohnenswert aus finanzieller Sicht ist die Tätigkeit allemal: Zwar zählen Allgemeinmediziner nicht zu den Spitzenverdienern unter den Niedergelassenen, doch sie erwirtschaften gutes Geld und rangieren mit durchschnittlich 292 000 Euro Reinertrag im Verdienst-Mittelfeld der Praxen. Damit verdienen Hausärzte zwar weniger als Kollegen aus anderen Bereichen wie der Radiologie und Orthopädie, aber mehr als ihre Kollegen aus der Frauen- oder der Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde.

Der Allgemeinmediziner Wolfgang Blank ist überzeugt: Mit einem ordentlichen Verdienst allein ist es nicht getan, es braucht auch Angebote und gute Vorbilder, die Medizinstudenten die hausärztliche Arbeit auf dem Land näherbringen. "In vielen Studierenden steckt der Wunsch, später einmal wie ein Hausarzt auf dem Land zu arbeiten. Was ihnen jedoch fehlt, sind Möglichkeiten,

das auch einmal auszuprobieren. Deshalb verlieren sie den Wunsch irgendwann aus den Augen." Gemeinsam mit Kollegen betreut Blank deshalb das Projekt "Die Land-ArztMacher", das Studierenden Praktika in Arztpraxen im Bayerischen Wald vermittelt. Im Studium werden die praktischen Wochen als Famulatur bezeichnet. Blank sieht weiteren Bedarf: "Wichtig wäre, dass Studierende immer wieder mit der Tätigkeit als Hausarzt in Kontakt kommen und Erfahrungen sammeln dürfen. Wir brauchen gute Angebote auch zur Weiterbildung zum Facharzt und eine wertschätzende Begleitung bis zur späteren Niederlassung."

400 000 Mediziner ärztlich tätig sein werden – wobei er annahm, dass alle ab dem 66. Lebensjahr in Rente gehen (was unrealistisch ist) und sich zehn Prozent nach dem Studium gegen den ärztlichen Beruf entscheiden. Unberücksichtigt ließ er, dass viele Deutsche im EU-Ausland oder an privaten Hochschulen studieren. Rechnet man sie dazu, kommen pro Jahr insgesamt etwa 15000 Absolventen auf den Arbeitsmarkt. Außerdem gibt es eine Nettozuwanderung von Ärztinnen und Ärzten: Im vergangenen Jahr kamen 4000 nach Deutschland. 2300 wanderten ab. Das beruhigende Zwischenfazit lautet also: Auch





2. ES WERDEN **ZU WENIGE ÄRZTE AUSGEBILDET**

Es klingt logisch: Krankenhäuser suchen nach Ärzten, Hausarztpraxen müssen mangels Nachfolge schließen – also braucht man mehr Medizinstudienplätze. Die CSU plädiert deshalb für eine Aussetzung des Numerus clausus. Doch so einfach ist es nicht, wie die Zahlen zeigen: Etwa 428 000 Ärzte gibt es aktuell in Deutschland. Jährlich bestehen rund 10 000 Studierende die ärztliche Prüfung. Die Zahl der Studienplätze steigt seit Jahren, im Jahr 2023 waren es 11833. Auf dieser Basis rechnete kürzlich der Chefredakteur der "Ärztezeitung" vor, dass im Jahr 2033 immer noch mehr als

in rund zehn Jahren steht Deutschland im internationalen Vergleich noch gut da. Natürlich müssen Ärzte dann deutlich mehr alte Menschen versorgen. Doch wie gut sie das hinbekommen, hängt von vielen Faktoren ab: wann sich effizientere Strukturen etablieren, wie schnell die Digitalisierung voranschreitet, wie gut Ärzte durch die KI und medizinische Assistenzberufe unterstützt werden.

Werden heute zu wenig Ärzte ausgebildet? Ja, wenn das Gesundheitswesen bleibt, wie es ist. Und nein, wenn Deutschland die längst fällige Grundmodernisierung schafft. Der Numerus clausus aber sollte so oder so überdacht werden - damit mehr Menschen eine Chance bekommen, für die der Arztein Traumberuf ist. Bernhard Albrecht

3. FRAUEN HABEN **KEINE LUST AUF DEN STRESSIGEN HAUSARZT-JOB**

Ein Blick in die Statistik zeigt, wieso das nicht stimmen kann: In den kassenärztlichen Hausarztpraxen finden sich mit 50,5 Prozent sogar mehr Frauen als Männer. Wahr ist jedoch, dass viele junge Ärztinnen die Anstellung in einem Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) der Selbstständigkeit mit eigener Praxis vorziehen. Das gilt auch für immer mehr Männer. So waren Ende 2022 doppelt so viele Ärztinnen und Ärzte in einem MVZ angestellt wie noch vor zehn Jahren.

Dazu kommt, dass einige Frauen mit kleinen Kindern schlichtweg oft gar nicht die Möglichkeit hätten, eine Einzelpraxis im ländlichen Raum zu übernehmen. Die durchschnittliche wöchentliche Arbeitszeit von niedergelassenen Vollzeit-Medizinern liegt bei etwa 50 Stunden. "Die vorgegebenen Bedingungen für Praxen erschweren es Ärztinnen und Ärzten enorm, ihre Arbeitszeit im Rahmen zu halten", sagt Christiane Groß, Allgemeinmedizinerin, Psychotherapeutin und seit 2015 auch Präsidentin des Deutschen Ärztinnenbundes e.V.

Eine weitere Hürde dürften die Betreuungsplätze für ihre Kinder sein. Kitaplätze, die auch in den Randzeiten betreuen, sind auf dem Land rar und selbst in Städten schwer zu bekommen. Auch längst noch nicht jede Schule bietet Nachmittagsbetreu-

Doch schon bevor die Kinder auf der Welt sind, ist die eigene Praxis für einige Frauen mit Hürden verbunden. "So haben nie- ➤

dergelassene Ärztinnen keinen Anspruch auf die Zahlung von Mutterschaftsgeld. Auch die gesetzlichen Mutterschutzfristen gelten für sie nicht", sagt Groß. "Will man dann in Elternzeit gehen, muss man entweder befristet einen Ersatz anstellen oder die Zulassung ruhen lassen."

Diese Herausforderungen, vor denen oft vor allem Frauen stünden, müsse man anerkennen, wenn man Lösungen für den Mangel an Ärztinnen und Ärzten finden wolle, sagt Groß. Frauen wollten genauso Karriere machen und arbeiten wie Männer, dafür brauchten sie in Zukunft die richtigen Rahmenbedingungen wie Teamarbeit, Netzwerke und Telemedizin.



4. NUR ÄRZTE KÖNNEN MICH THERAPIEREN

Ein Gebot der Zukunft lautet: Ärzte müssen Verantwortung abgeben, um effizienter und besser arbeiten zu können. Viele Aufgaben können Pflegefachkräfte übernehmen, wie Lynn Leppla, die an der Uniklinik Freiburg forscht und auf Delegation hin ärztliche Aufgaben wie Knochenmarkpunktionen und die Verabreichung von Chemotherapien übernimmt. In ihrer Signatur steht das Kürzel "APN", es steht für "Advanced Practice Nursing ", ein weltweit etabliertes Konzept, bei dem Pflegekräfte akademisch ausgebildet werden, ihre Kompetenzen vertiefen und ihre Einsatzmöglichkeiten erweitern. Leppla würde nicht mehr anders arbeiten wollen: "Wir leben hier auf einer Insel der Glücklichen", sagt sie. 10 bis 20 Prozent der Pflegefachkräfte sollten ein Studium absolviert haben, fordert seit Langem der Wissenschaftsrat. Führende Ärzteverbände blockieren das. "Sie befürchten auch eine finanzielle Umverteilung", sagt Bernadette Klapper, Geschäftsführerin des Deutschen Berufsverbands für Pflegeberufe, DBfK.

Doch es tut sich etwas, auch im hausärztlichen Bereich, etwa in der Praxis von Susanne Bublitz bei Stuttgart. Bei ihr arbeiten Medizinische Fachangestellte (MFA) mit Zusatzgualifikationen. Eine steuert strukturierte Behandlungsprogramme für chronisch kranke Menschen, ruft diese in festen Zeitabständen an und bestellt sie ein, wenn etwas im Argen liegt. Eine andere übernimmt Haus- und Pflegeheimbesuche. Eine gelernte Pflegefachkraft absolviert gerade ein Studium zur Arztassistentin und übernimmt Ultraschalluntersuchungen. "Sie macht das besser als ich", sagt Bublitz, die ihr immer über die Schulter schaut. Natürlich herrschen auch in der Pflege und bei MFA Nachwuchsmangel. Doch mit besseren Karriere- und Verdienstmöglichkeiten kann man mehr Absolventen mit guten Schulabschlüssen für medizinische Assistenzberufe gewinnen, glauben Fachleute.

Es gibt noch weitergehende Konzepte gegen den Ärztemangel: Primärversorgungszentren, eines der Herzensprojekte von Karl Lauterbach. Ein international bekanntes Vorzeigeprojekt ist die Poliklinik im Hamburger Stadtteil Veddel, die gegründet wurde, weil es keinen Kassenarzt mehr gab. Dort arbeiten Ärzte, Physiotherapeuten, Psychologinnen, Pflegekräfte, Sozialarbeiterinnen, Hebammen und

Sozialarbeiterinnen, Hebammen und Ehrenamtliche auf Augenhöhe. Primärversorgungszentren waren bis März 2024 Bestandteil des Referentenentwurfs des Gesundheitsversorgungsstärkungsgesetzes. In der zur Abstimmung stehenden Fassung vom April sind sie auf rätselhafte Weise verschwunden.

Ärzte müssen in Zukunft Verantwortung abgeben, um besser arbeiten zu können

5. EINE KI KANN DEN ARZT NICHT ERSETZEN

Dass die Nase läuft oder der Kopf schmerzt, schreibt man einer KI. Gleich nachdem man auf der Praxis-Website von Hausarzt Dr. Ludger Killich einen Termin gemacht hat, kann man dieser KI von all seinen Beschwerden erzählen - und sie fragt nach. Die Antworten gehen direkt an Killich zusammen mit einer Liste möglicher Ursachen. Akute bakterielle Rhinosinusitis (47.42%), heißt es dann zum Beispiel auf Platz eins, wenn die Wahrscheinlichkeit für eine Nasennebenhöhlenentzündung groß ist. Für Killich ist das eine "Riesenhilfe", wie er sagt: "Die Diagnose stelle am Ende immer noch ich, aber durch die Vorab-Anamnese kann ich direkt entscheiden, ob ein Patient für einige Untersuchungen in die Praxis kommen sollte oder ob ich ihn zu einem Facharzt überweise." Vor einem halben Jahr hat er das digitale MVZ "i.med" im nord-



rhein-westfälischen Halle zusammen mit einem Partner aufgebaut. "Ein Drittel der Patientinnen und Patienten mit einem akuten Anliegen müssen gar nicht in die Praxis kommen, weil ich mit ihnen in einem Videotermin besprechen kann, was bei einem einfachen Erkältungsinfekt zu tun ist."

Nicht nur Killich ist von den neuen Möglichkeiten überzeugt: Die Harvard-Universität schätzt, dass KI, wenn sie richtig eingesetzt wird, die Gesundheitsergebnisse um bis zu 40 Prozent verbessern und die Behandlungskosten um bis zu 50 Prozent senken kann. Schon heute entnehmen die digitalen Augen einer KI einem Röntgen-Scan weit mehr Informationen als menschliche Experten. Sie errechnen aus Laborwerten die Wahrscheinlichkeit für eine Blutvergiftung oder unterscheiden sicher zwischen einem ungewöhnlichen Muttermal und Hautkrebs. Vor wenigen Wochen zeigte eine klinische Studie: Die Wahrscheinlichkeit zu versterben war für Patienten geringer, wenn



Künstliche Intelligenz in der Medizin könnte Arztkosten um bis zu 50 Prozent senken

eine KI den Arzt nach auffälligen EKG-Mustern warnte. Mediziner braucht es weiterhin, allein schon um die Informationen der KI einzuordnen. Denn die beste Behandlung hängt nicht nur von den gemessenen Blutwerten ab, sondern auch von der Gesamtsituation des Patienten: Hat er zu Hause Hilfe? Ist er psychisch stabil? Gibt es Hinweise aus der früheren Krankengeschichte?

Dazu kommt eine weitere ärztliche Qualität: das offene Ohr, das aufmunternde Wort, der freundliche Händedruck. Man weiß aus vielen Studien, wie wichtig diese Faktoren für den Behandlungserfolg sind. So warnt der deutsche Ethikrat: Der Einsatz von KI dürfe nicht zu einer weiteren Abwertung der sprechenden Medizin oder zu Personalabbau führen. "Eine vollständige Ersetzung der ärztlichen Fachkraft durch ein KI-System gefährdet das Patientenwohl."

Die ideale Kombination zu finden aus menschlicher Erfahrung und intelligenter Unterstützung wird eine der wichtigsten Aufgaben der Medizin sein. Nicole Simon

6. WIR PATIENTEN SIND OPFER DES SYSTEMS

Die Inanspruchnahme des Gesundheitswesens in Deutschland ist sehr hoch – sie liegt permanent um mehr als 50 Prozent höher als der Durchschnitt der in der OECD zusammengeschlossenen Industrienationen. Das liegt nicht zuletzt daran, dass unser System der gesetzlichen Krankenversicherung das älteste der Welt ist. Seit 1883 erlangten immer weitere Kreise einen finanziell abgesicherten Zugang zu Ärzten und Krankenhäusern. Die Kehrseite: weniger Eigenverantwortung bei so manchem, teils

gar offener Missbrauch von Notaufnahmen und Spezialisten.

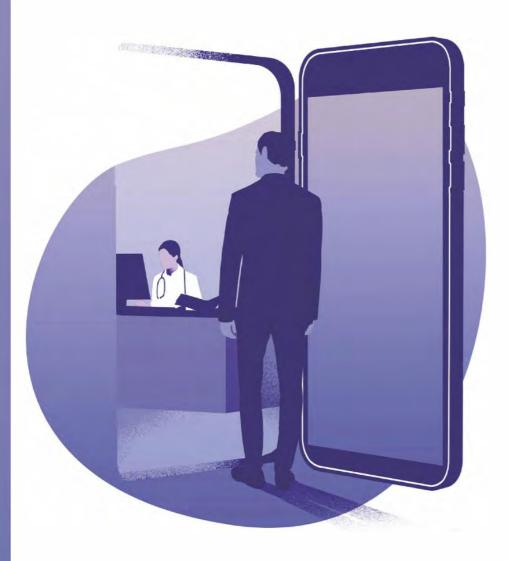
Besonders deutlich fällt der Vergleich mit Schweden aus: 2,3 Arzttermine im Jahr dort, knapp zehn bei uns. In der EU werden wir nur von der Slowakei übertroffen. Es stimmt, dass manches davon der Bürokratie zuzuschreiben ist. Arztbesuche für Krankschreibungen oder Folgerezepte zählen mit. Und doch ist unser Medizinhunger zu groß. Seit Jahren klagen die bereits erwähnten Rettungsstellen der Kliniken deutschlandweit über zahlreiche Besuche aus trivialem Anlass. Hinzu kommt die spontane Inanspruchnahme von Facharztpraxen aufgrund von Selbstdiagnosen, nicht selten der falschen.

Die Politik hat mehrfach Versuche unternommen, die Lotsenfunktion von Allgemeinmedizinern zu stärken, insgesamt mit mäßigem Erfolg. Niedergelassene Ärzte berichten regelmäßig, dass viele Patienten mit geringfügigen Symptomen wie einfachem Fieber in die Praxis kommen. Aus rein medizinischer Sicht sind viele dieser Besuche nicht dringlich, teils gänzlich unnötig. Und ein Viertel von uns nimmt, oft über lange Zeit, medizinische Leistungen gegen Rückenschmerzen in Anspruch, obwohl ein passendes Training wirksamer wäre. Für jene, die sich dadurch weiter hinten anstellen müssen, ist das ein ernster Nachteil. In den vergangenen Jahren attestierte die Forschung den Deutschen mehrfach ein sehr lückenhaftes Gesundheitswissen und eine mangelhafte digitale Gesundheitskompetenz. Die verbreitete Neigung, statt ein aktiver, mündiger Patient lieber ein passiver Konsument von Medizin zu sein, verschärft die Krisenlage in den Praxen.¥

Christoph Koch



Lesen Sie zum gleichen Thema:Wie Sie schneller an Arzttermine kommen



So kommen Sie schneller an Termine

Monatelang auf einen Facharztbesuch warten? Das muss nicht sein. Ein Leitfaden für dringende Fälle

b quälende Kopfschmerzen. die neu aufgetreten sind, oder ein dunkles Muttermal, das rasch wächst: Wer sich mit akuten Beschwerden oder Sorgen plagt, ist froh, wenn sich bald ein Mediziner findet, der das Leiden genauer unter die Lupe nimmt. Doch für Patienten kann die Suche nach einem Termin bei bestimmten Facharztgruppen zur Geduldsprobe werden. Der nächste freie Termin beim Dermatologen? "Erst in fünf Monaten." Und wie sieht es beim Neurologen wegen der Kopfschmerzen aus? "Da müssen Sie sich gedulden, wir sind aktuell ausgebucht."

Bei der Terminvergabe haben Kassenpatienten im Vergleich zu Privatpatienten häufig das Nachsehen, wie ein Experiment des Leibniz-Instituts für Wirtschaftsforschung zeigt. Für den Test fragte eine Person bei rund 1000 Facharztpraxen in Deutschland Termine an, wahlweise als vermeintlicher Kassen- oder als Privatpatient. Letzterer, so die Auswertung aus dem Jahr 2020, bekam nicht nur häufiger Termine angeboten. Er musste im Schnitt auch nur etwa halb so lange wie der vermeintlich gesetzlich Versicherte warten: 12 statt 25 Tage. Diese Werte decken allerdings nur den Durchschnitt ab. Kürzere wie auch längere Wartezeiten sind möglich.

Wie immer gilt: Bei akuten und heftigen Beschwerden wie starken Brustschmerzen oder Atemnot sollten Sie nicht zögern, den Rettungsdienst unter der Nummer 112 anzurufen. Er ist für Patienten mit lebensbedrohenden Erkrankungen vorgesehen. Damit das Notfallsystem nicht überlastet wird, sollten Sie die Nummer ausschließlich bei einem solchen Verdacht wählen. An den ärztlichen Bereitschaftsdienst unter der Nummer 116 117 können Sie sich wenden. wenn Sie am Wochenende, nachts oder an Feiertagen erkranken und nicht mehr bis zur nächsten Sprechstunde warten können. Für alle weiteren Fälle gilt der folgende Leitfaden. Er kann in dringenden Fällen dabei helfen, die Wartezeit in einem zumutbaren Rahmen zu halten.

HAUSARZT ALS ERSTER ANSPRECHPARTNER

Bei neu aufgetretenen Symptomen oder einer Verschlechterung bestehender Beschwerden führt in der Regel kein Weg am Hausarzt vorbei. Leiden, die als vermeintlicher Fall für den Facharzt erscheinen, können vielleicht schon im Gespräch mit einem Allgemeinmediziner abgeklärt werden. Ein Vorteil ist, dass Hausärzte Patienten in der Regel gut kennen und um Vorerkrankungen sowie bestehende Medikation wissen. Das hilft beim Beurteilen der Beschwerden.

Sieht der Hausarzt weiteren Abklärungsbedarf, stellt er eine Überweisung für den Facharzt aus – bei Gelenkbeschwerden etwa für den Rheumatologen oder bei Schwindelattacken, die auf eine Erkrankung des Innenohrs hinweisen, für den HNO-Arzt. Für bestimmte Untersuchungen, etwa in der diagnostischen Radiologie, braucht es zwingend Überweisungen. Auch Patienten, die einer hausarztzentrierten Versorgung zugestimmt haben, benötigen in aller Regel eine Überweisung zum Facharzt.

Sollten Sie das Gefühl haben, Ihr Hausarzt nehme Ihre Beschwerden nicht ernst genug, haben Sie Mut und sprechen Sie das offen an. Das ist meist der bessere Weg, als auf eigene Faust einen Facharzt aufzusuchen. Im Zweifel weiß der Hausarzt besser, welche Fachrichtung für eine diagnostische Abklärung geeignet ist. In Fällen, in denen Eile geboten ist, kann der Hausarzt auf der Überweisung einen "Dringlichkeitscode" vermerken (siehe Punkt "Terminservicestellen"). Fragen Sie danach.

Gut zu wissen: Auch Ihr Hausarzt kann in dringenden Fällen Termine bei einem Facharzt oder einem Psychotherapeuten vermitteln. Oft haben Niedergelassene ein Netzwerk aus Medizinern unterschiedlicher Fachrichtungen, auf das sie zugreifen können. Für die Praxen kann die Terminsuche allerdings mit erheblichem zeitlichem Aufwand verbunden sein. Dennoch: Nachfragen kann sich lohnen.

TERMINSERVICESTELLEN

In dringenden Fällen sollen gesetzlich Krankenversicherte schneller einen Termin bei einem Arzt oder Psychotherapeuten bekommen. Dafür haben die Kassenärztlichen Vereinigungen der jeweiligen Bundesländer – 17 gibt es bundesweit, zwei davon in NRW – sogenannte Terminservicestellen, kurz TSS, eingerichtet. Die Termine sind entweder online (www.116117-termine.de), über die 116117-App (Android/iOS) oder telefonisch unter der Nummer 116117 buchbar. Das Versprechen der TSS: ein Termin in zumutbarer Wohnortnähe binnen 35 Tagen. Ist das nicht möglich, werden Patienten an Fachärzte in Kliniken vermittelt.

Für die TSS-Terminbuchung braucht es bei den meisten Facharztgruppen eine Überweisung mit zwölfstelligem Vermittlungscode. Den bekommen Patienten, die der überweisende Arzt – in der Regel der Hausarzt – als dringenden Fall ansieht. Eine Definition oder eine Liste mit Beschwerden, die darunterfallen, gibt es nicht. "Was unter medizinischen Gesichtspunkten ein dringender Fall ist, entscheidet die Ärztin oder der Arzt jeweils patientenindividuell", antwortet Tanja Hinzmann, Sprecherin der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV), auf Anfrage des stern. "Bei einem Patienten mit bestimmten Vorerkrankungen beispielsweise kann die Dringlichkeit anders ausfallen als bei anderen Patienten."

Das bedeutet: Solange keine Bagatelle vorliegt, kann es sich lohnen, das Gespräch mit dem Arzt zu suchen und zu fragen, ob er eine Überweisung mit Vermittlungscode

Das Versprechen: ein Termin binnen 35 Tagen – in Wohnortnähe

ausstellt, insbesondere bei sehr langen Wartezeiten oder zuvor erfolgloser Terminsuche. Wichtig zu beachten: Wunschtermine bei einem bestimmten Arzt oder Therapeuten vermitteln die Servicestellen nicht. Das Gleiche gilt für Termine für Routineuntersuchungen im Erwachsenenalter, etwa solche zur Krebsfrüherkennung.

Die Servicestellen unterstützen auch bei der Suche nach einem Termin für ein psychotherapeutisches Erstgespräch, das ohne Vermittlungscode buchbar ist. Stellt der Therapeut fest, dass Sie zeitnah weiterbehandelt werden sollten, erhalten Sie eine Bescheinigung. Mit dieser können Sie im Anschluss einen Therapietermin buchen. Interessant kann der Service auch für jene sein, die auf der Suche nach einem neuen Arzt oder einer neuen Ärztin sind. Termine bei Allgemeinmedizinern sind ohne Vermittlungscode buchbar, ebenso bei Frauenärzten, Augenärzten sowie Kinder- und Jugendärzten.

Hinweis: Die Verfügbarkeit von Terminen kann je nach Region und zwischen städtischen und ländlichen Gebieten variieren. In der Regel können die TSS das 35-Tage-Zeitfenster einhalten. Die Fristeinhaltungsquote lag im Jahr 2022 nach Angaben der KBV bei 97 Prozent, die durchschnittliche Wartezeit betrug 14 Tage. Die größte Termin-Nachfrage gab es in den Fachgruppen der Psychotherapeuten (37 Prozent), der Fachinternisten (18,6) sowie der Radiologen (14,4).

Zusätzlich zu den Terminservicestellen unterstützen einige Krankenkassen ihre Mitglieder bei der Terminsuche. Informationen, ob Ihre Kasse dazuzählt, können Sie in der Regel auf der entsprechenden Website einsehen.

OFFENE SPRECHSTUNDE

Mediziner bestimmter Fachrichtungen müssen in der Woche fünf Stunden als offene Sprechstunde anbieten, darunter Neurologen, Orthopäden sowie Hautärzte. Vielfach wird diese Zeit als Akutsprechstunde ohne vorherige Terminvereinbarung genutzt. Hier bietet sich die Chance auf einen kurzfristigen Termin. Sollten Sie noch kein Patient in der Praxis sein, ist es sinnvoll, vorab anzufragen, ob auch Neu-Patienten untersucht und behandelt werden. So ersparen Sie sich im Zweifelsfall unnötige Fahrtwege und Wartezeiten.

ARZTTERMIN-PORTALE

Neben dem Terminservice der Kassenärztlichen Vereinigungen gibt es auch kommerzielle Anbieter, die eine schnelle Terminvermittlung in Aussicht stellen, darunter Portale wie "Dr. Flex", "Doctolib" sowie "Jameda". Stiftung Warentest hat sechs dieser Anbieter 2021 unter die Lupe genommen und bewertet sie als "hilfreich" bis "teilweise hilfreich" im Hinblick auf die Terminvereinbarung, kritisiert aber den Datenhunger einiger Anbieter. Ein Vorteil: Patienten können in der Regel zwischen den behandelnden Ärztinnen und Ärzten wählen.

Allerdings nehmen nicht alle Praxen Neu-Patienten auf. Mancher Termin ist lediglich für Bestandspatienten vorgesehen, worauf in der Regel beim Buchungsprozess hingewiesen wird. Da die Portale für privat wie auch gesetzlich Versicherte Termine anbieten, sollten Sie beim Buchen darauf achten, für welche Patientengruppe der Termin eingestellt wurde. Tipp: Wer regelmäßig nach Terminen sucht, erhöht die Chance auf einen frühzeitigen Termin. Einige Anbieter arbeiten auch mit digitalen Wartelisten.

Ilona Kriesl; Mitarbeit: Bernhard Albrecht





Je länger der STERN gelesen wird, desto wertvoller Ihre Prämie!





Jetzt den STERN empfehlen und Gutschein sichern.

Empfehlen Sie den STERN!

Gute Argumente für ein STERN-Abonnement:

- 52 × den STERN für den schnellen Gesamtüberblick
- Spannende Reportagen, beeindruckende Fotos
- Lieferung inklusive TV-Magazin
- Nur 5,90 € je Ausgabe statt 6,20 € im Einzelkauf

Sie brauchen kein Abonnent zu sein, um eine Prämie zu erhalten.



Werben Sie jetzt einen neuen Leser: www.stern.de/praemie



Bestell-Nr.: 193 8125



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

Ja, ich möchte meinen Wunschgutschein für einen neuen STERN-Leser!

Ich habe den STERN empfohlen und erhalte die Prämie.

Ich muss nicht Abonnent sein, um zu werben. Abonnent und Prämienempfänger dürfen im selben Haushalt leben, aber nicht identisch sein. Der Versand der Prämie erfolgt nach Zahlung, die Lieferzeit beträgt dann ca. 4 Wochen.

Ich bekomme die Prämie: (bitte unbeding	t ausfüllen) 🗌 Frau 🔲 Herr
Name I Vorname	Geburtsdatum
Straße I Hausnummer	
PLZ Wohnort	
Telefon	E-Mail
Als Prämie wähle ich: (bitte nur ein Kreuz	setzen)
Für 52 Ausgaben STERN:	Für 104 Ausgaben STERN:
☐ 120,– € Amazon.de-Gutschein	240,– € Amazon.de-Gutschein
☐ 120,– € REWE-Gutschein	240,– € REWE-Gutschein
☐ 120,- € GUTSCHEINGOLD-Gutschein	☐ 240,- € GUTSCHEINGOLD-Gutschein
☐ 120,- € JET-Gutschein	240,- € JET-Gutschein

Die rechte Spalte bitte vom neuen STERN-Leser ausfüllen lassen

Bestell-Nr.: 193 9086

Ja, ich möchte den STERN zum Vorteilspreis lesen.

Senden Sie mir den STERN ab der nächsterreichbaren Ausgabe fortlaufend zum Preis von zzt. nur 5,90 € pro Ausgabe statt 6,20 € im Einzelkauf. Die Mindestlaufzeit des Abonnements beträgt 52 Ausgaben zum Preis von 306,80 € bzw. 104 Ausgaben zum Preis von 615,60 €. Die Abrechnung erfolgt im Voraus. Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Im Rahmen des Abonnements beziehe ich eventuell erscheinende Sonderhefte ebenfalls zum Preis von zzt. 5,90 € pro Ausgabe. Ich kann jederzeit mit einem Monat Vorlauf kündigen, frühestens zum Ende der Mindestlaufzeit. Im Voraus zu viel gezahlte Bertäge erhalte ich zurück. Alle Preisangaben inkl. MwSt. und Versand. Das STERN TV-Magazin ist eine freiwillige Gratis-Beigabe des Verlags, deren Einstellung sich der Verlag jederzeit ohne Vorankkindiung vorhebält Dieses Angebot zilt hur in Deutschland und nur solange der Vorart reicht Auslandsangebote auf Anfrage

me I Vorname													Geburtsdatum
								1	1 1	1	1		
aße I Hausnummer								PLZ				Wohnort	
lefon								E-N	lail				
	1 1	1		1									•
1 1 1 1 1													
				Gel	dinstitu	IT.							
 	1 1	I	1 1	Gel	dinstitu	ıt İ	ı	lι	ı	ıl	1		Ich zahle per Rechnung.

gen von Art. 246a § 1 Abs. 2 Nr. 1 EGBGB. Zur Wahrung der Frist genügt bereits das rechtzeitige Absenden Ihres eindeutig erklärten Entschlusses, die Bestellung zu widerrufen. Sie können hierzu das Widerrufs-Muster aus Anlage 2 zu Art. 246a EGBGB nutzen. Der Widerruf ist zu richten an: STERN-Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 040/55 55 78 00, E-Mail: kundenservice@dpv.de

um Untersch



POLITIK

Linke Leere

Die Linke hat viele Krisen überlebt. Aber seit der Abspaltung des BSW beschleunigt sich ihr Zerfall. Unterwegs in einer Partei, die sich fragt, ob sie überhaupt noch jemand braucht



Was von der Linken übrig bleibt: Gregor Gysi, Ex-Fraktionschef Dietmar Bartsch und die Vorsitzende Janine Wissler im Bundestag (v. l.)

eit 1984 ist sie Genossin. So nennt sich Petra Rank bis heute. In dieser Zeit hat sie alle Häutungen ihrer Partei mitgemacht. Von der allmächtigen Staatsorganisation über die verfemte Fundamentalopposition bis zur etablierten politischen Kraft. Von der SED über die PDS bis zur Linken.

Jetzt, nach vier Jahrzehnten, droht das Ende. Oder?

Die Frage hängt für einige traurige Sekunden im Büro der Linkspartei in der Bahnhofstraße von Plauen, einer Kreisstadt im sächsischen Vogtland. Dann antwortet Rank mit einem leisen Nein. "Ich habe immer an diese Partei geglaubt", sagt sie. An die Linke. An den Sozialismus.

Petra Rank ist eine zierliche Frau mit vielen Lachfalten um die hellen Augen. Sie leitet die Geschäftsstelle. Auf dem Besprechungstisch, an dessen Stirnseite sie sitzt, steht neben der Zuckerdose und einer Sammelbüchse für das Kaffeegeld eine einsame Blumenvase. Aus ihr ragen eine rote Miniflagge und zwei blaue Papierfähnchen, die Picassos Friedenstaube zeigen.

Als die Linkspartei im Vogtlandkreis die geräumige Etage im Stadtzentrum anmietete, hatte sie noch eine Landtagsabgeordnete, eine Außenstelle eines Bundestagsabgeordneten und große Fraktionen in Kreistag und Stadtrat vorzuweisen. Nichts davon ist geblieben. "Wir werden wohl bald in etwas Kleineres ziehen müssen", sagt Rank resigniert. "Mit diesem Einschnitt haben wir nicht gerechnet."

Der Einschnitt, er war eher ein Absturz, in Plauen, im ganzen Land. Bei der Europawahl am 9. Juni fiel die Linke mit 2,7 Prozent der Stimmen in die politische Bedeutungslosigkeit. Selbst in Sachsen, wo die Linke vor 20 Jahren noch mehr als 20 Prozent erreichte, krachte sie unter fünf Prozent. Ähnlich sah es bei den Kommunalwahlen aus, es war eine vollständige Niederlage.

Das Siechtum der Linken währt schon eine Weile. Aber nun wirkt es so, als liege die Partei, die sich noch vor einigen Jahren als regierungsfähig im Bund wähnte, auf dem Sterbebett. Die Bundestagsfraktion ist implodiert, Kommunalpolitiker verlassen die Partei, Mitglieder wechseln zum BSW, dem neuen Bündnis von Sahra Wagenknecht. Und im September könnte die Linke erstmals aus den Landtagen in Sachsen und Brandenburg verschwinden.

Zeiten ändern sich, Parteien kommen und gehen. Aber die Linke ist mehr als nur eine Partei, sie steht gleichzeitig für die ➤ Teilung und die Wiedervereinigung des Landes. Mit ihr könnte ein Kapitel gesamtdeutscher Geschichte verschwinden.

Zwar wurden die Linke und ihre Vorgängerparteien schon häufiger totgesagt. Aber spricht man in diesen Wochen mit Menschen in der Partei, wird deutlich: Diesmal ist die Lage wirklich ernst.

Denn die Linke verliert gerade etwas, auf das sie sich immer verlassen konnte: ihre Machtbasis in Ostdeutschland. Nur dank ihrer treuen Wählerschaft in den sogenannten neuen Ländern überlebte die alte PDS Stigmatisierung und Lagerkämpfe, durchstand Skandale um Stasimitglieder und SED-Vermögen – und konnte sich nach dem Rauswurf aus dem Bundestag im Jahr 2002 als Linke neu erfinden. Mit einem Mal aber steht die Linke auch im Osten vor ihrem schrittweisen Aus als Parlamentspartei.

Der Einzige, dem noch zugetraut wird, sich gegen das Schicksal zu stemmen, fährt an einem kühlen Sommertag mit seiner Limousine in einem Dorf nahe Weimar vor. Es ist Bodo Ramelow, erster und einziger Ministerpräsident, den die Linke je hatte. Auch er steht in Thüringen am 1. September vor einer Landtagswahl.

amelow kämpft. So hat er es sein Leben lang getan, ob als Gewerkschafter, Oppositionsführer oder Regierungschef. Kein Thema ist ihm zu belanglos, kein Termin zu klein. An diesem Mittag besucht er ein Miniunternehmen, das Zutaten für Ramen-Gerichte produziert. Brühen, Saucen, Senf, alles bio natürlich. Ramelow steht in der Küche des Firmenchefs, rührt hingebungsvoll in einem Topf herum und tut dabei das, was er am besten kann: Er redet ununterbrochen.

Während das Gekochte verspeist wird, geht es ums Geschäftliche. Der Unternehmer erzählt davon, dass eine große Handelskette seine Produkte gelistet habe, aber das nötige Wachstum auf sich warten lasse. Zu viel Bürokratie, zu wenige Leute.

Ramelow kennt solche Klagen gut, Lösungen hat er aber auch nicht. Was mit der offenkundig zunehmenden Ohnmacht des real existierenden Landespolitikers zu tun hat – aber auch damit, dass er in Erfurt eine zerstrittene Minderheitsregierung führt. Bei jedem Haushalt, jedem Gesetzesbeschluss und vielen Personalien ist Ramelow auf Zustimmung aus der Opposition im Landtag angewiesen.

Dabei wollte die Linke von Thüringen aus mal die Republik erobern. Nach mehreren Regierungsbeteiligungen als Juniorpartner,





Bodo Ramelow (ganz oben) kämpft in Thüringen um sein Regierungsamt, Petra Rank organisiert im sächsischen Plauen den linken Wahlkampf



NAH DRAN

Abonnieren Sie unseren kostenlosen Hauptstadt-Newsletter – und bekommen Sie von unseren Berliner Politik-Experten die wichtigsten Infos der Woche stern.de/Hauptstadt die für die Partei nicht unbedingt erfolgreich verliefen, sollte mithilfe von Ramelow das Machtgefüge in Deutschland verändert werden. Es kam anders: Das Machtgefüge veränderte die Linkspartei.

Ramelow sozialdemokratisierte sich, verbeugte sich im Kanzleramt vor Angela Merkel und kumpelte mit den Regierungschefs der Union. Die DDR galt nun auch für die Landespartei in Thüringen formal als Unrechtsstaat, während die Überwindung des Kapitalismus in eine nebulöse Ferne rückte.

Erst im Rückblick wird deutlich, dass exakt in jenem Moment, da Ramelow seine Partei etablierte, auch ihr aktueller Niedergang begann. Denn zu den Anpassungsübungen an das bundesrepublikanische System kam die neue Konkurrenz durch die AfD, die parallel mit Ramelows Wahl zum Regierungschef in die ersten Landtage eingezogen war. Eine Protestpartei, die Arbeiter und Wendeverlierer ansprach und plötzlich von rechts radikale Fundamentalopposition machen konnte. Das ging automatisch auf Kosten der Linken, die eine Wahl nach der anderen verlor.

Ramelow erschien unverwundbar, auch weil er es schaffte, sich als Endgegner der AfD unter Björn Höcke zu inszenieren. Bei der Landtagswahl 2019 legte seine Linke gegen den Parteitrend noch mal zu. Doch der Sieg kostete die Partner der SPD und Grünen Stimmen, die Mehrheit im Landtag war dahin. Und das Resultat Chaos, gefolgt von Agonie. Ramelow wurde abgewählt, die AfD inthronisierte Thomas Kemmerich, der rasch wieder zurücktrat, woraufhin die erschrockene CDU den Linken zurück ins Amt ließ und seine Minderheitskoalition stützte.

Danach quälte man sich durch die Dauerkrise: Coronapandemie, Ukrainekrieg, explodierende Energiepreise, Kriegsflüchtlinge. Ramelow kam nicht drum herum, die Waffenlieferungen gutzuheißen, und lieferte Wagenknecht einen zusätzlichen Vor-

Bodo Ramelow kennt all die Klagen. Doch Lösungen hat er auch nicht

wand, um mit der Linken zu brechen. Ende 2023 trat sie mit ihren Getreuen aus der Partei aus – und gründete ihre eigene.

Seitdem ist die Linke nur noch eine Gruppe im Bundestag, mit weniger Rechten, Mitarbeitern und Zuschüssen. Das BSW sitzt nun als Konkurrenz daneben und hat die Linke bereits deklassiert. Bei der Europawahl kam Wagenknechts Bündnis auf 6,2 Prozent, im Osten waren die Ergebnisse sogar zweistellig.

Das gilt auch für die Kommunen. Im Kreistag des Vogtlands etwa hat jetzt das BSW elf Abgeordnete, die Linke indes nur noch vier. "Die Situation ist sehr problematisch", sagt Petra Rank und ringt sich ein Lächeln ab: "Aber solange wir kämpfen, gibt es Hoffnung."

Die Hoffnung wurde in einem Nebenraum der Geschäftsstelle gestapelt. Die Plakate für die Landtagswahlen, darauf steht: "Jede Klinik zählt!" oder auch "Wohnen ohne Sorgen!". Ob diese Sprüche noch ziehen? In Umfragen steht die Linke unter fünf Prozent. Folglich hofft man in der Landespartei auf Direktmandate, um wenigstens über Umwege im Landtag zu bleiben.

ogar im Linke-Vorzeigeland Thüringen hat das BSW Ramelows Landespartei überholt und bereitet sich auf eine Regierung mit der CDU vor. Selbst wenn die Linke im Wahlkampf allein auf ihren Ministerpräsidenten setzt und ihr Parteilogo auf Plakaten weglässt, überdeckt dies nicht die Tatsache, dass sie eigentlich keine Machtperspektive mehr hat. Ramelows Amtsbonus schwindet.

Und der Ministerpräsident weiß das. "Es ist ja so, dass ich an den äußeren Umständen gar nichts ändern kann", sagt er. Der Krieg, die AfD, das BSW: "In dieser Realität bewege ich mich." Natürlich mache er Wahlkampf für seine Partei, "aber mir geht es auch um die 70 Prozent, die gegen die AfD stehen".

Ramelow beschreibt sich nicht so sehr als Wahlkämpfer denn als Bewahrer der Republik. "Ich werbe für Demokratie, in Abgrenzung zu dem, was Herr Höcke repräsentiert", sagt er. Er selbst stehe für Frieden, Weltoffenheit und Vielfalt, Höcke für ein geistiges Zurück vor 1945. "Das endete damals in Weltkrieg und industriellem Massenmord." Die Konsequenz daraus sei: "Es ist nicht so wichtig, welche einzelne Partei am 1. September siegt. Wichtiger ist, dass dieses Land danach nicht kaputtgeht."

Was Ramelow nicht sagt, aber auch nicht dementieren kann: Das rot-rot-grüne Thüringen-Modell läuft aus. Er kann nur noch versuchen, möglichst viele Mandate für die künftige Oppositionsfraktion zu holen.

In der Plauener Bahnhofstraße wird darüber nachgedacht, wie es nach der nächsten Niederlage weitergehen soll. "Die Parteiführungen in Bund und Land haben manchmal die Leute auf dem Land vergessen", sagt Petra Rank. "Wir waren doch mal die Kümmererpartei, die den Ärztemangel ansprach, die fehlenden Lehrer und das Gefühl, abgehängt zu sein."

Gerade hier, im Osten, seien die Menschen durch die Brüche und Statusverlust traumatisiert, sagt sie. Entsprechend groß

seien jetzt die Ängste. Rank kann das alles mit ihren 62 Jahren nachempfinden. Nach dem Ingenieurstudium arbeitete sie im VEB Plauener Spitze. Als sie 1990 aus dem Erziehungsurlaub kam, wurde sie mit 3000 anderen Beschäftigten entlassen.

Diese Zeit habe sie geprägt, sagt sie, die Arbeitslosigkeit, die Arbeitsbeschaffungsmaßnahmen, das Pendeln nach Bayern. Auch deshalb sei sie für Kreistag und Stadtrat angetreten und Funktionärin geworden.

Neben Rank, an der in Parteirot getünchten Wand, hängt der Plan für den Wahlkampf. Darauf ist mit dickem Stift ein Termin eingetragen. Am 26. August kommt Gregor Gysi ins Vogtland.

Niemand verkörpert die wechselhafte Geschichte dieser Partei so wie er. Gysi war Anfang 40, als er an die Spitze der SED-PDS gewählt wurde. Jetzt ist er 76 und immer noch da. Nur weil er eines der drei letzten Linke-Direktmandate gewann, ist die Partei noch im Bundestag vertreten.

Gysi redet die Situation längst nicht mehr schön. "Wir befinden uns in einer existenziellen Krise", sagt er am Telefon. Erstens: Es habe zu viel Selbstbeschäftigung und zu viel öffentlichen Streit gegeben, "einschließlich Denunziation". Zweitens: Die Partei habe sich nicht auf die wesentlichen Themen konzentriert, zum Beispiel auf die Arbeiter. Drittens: "Wir haben zu lange den Osten vernachlässigt."

Jetzt, sagt Gysi, bestehe die Gefahr, dass man in Dresden und in Potsdam aus dem Landtag fliege: "Das wäre für meine Partei die absolute Katastrophe." Deshalb werde er "entschieden dagegen kämpfen". Nur was heißt das? Die Bundestagsabgeordnete Gesine Lötzsch, die in Berlin neben Gysi immer ihr Direktmandat verteidigt hat, will in einem Jahr nicht wieder für den Bundestag antreten. René Wilke aber, der Oberbürgermeister von Frankfurt/Oder, ist gleich ganz aus der Partei ausgetreten.

Nach den Landtagswahlen, auf dem Bundesparteitag im Oktober, dürften Parteichefin Janine Wissler und ihr Co-Vorsitzender Martin Schirdewan abtreten. Die Linke, in die Petra Rank aus Plauen vor 40 Jahren eintrat, wird ihre nächste Häutung vollziehen.

Die Frage ist bloß, ob dann noch etwas von ihr übrig ist.⊁



Martin Debes hat als Reporter über Jahrzehnte das Auf und Ab von PDS und der Linken begleitet. Er war auch dabei, als die Partei nach 2002 nur noch mit

zwei Abgeordneten im Bundestag saß. Doch nie hat er die Partei so verunsichert erlebt wie jetzt





"IN DIESER ZEIT BIN ICH AUCH AN MEINE PER-SÖNLICHEN GRENZEN GESTOSSEN"

MICHELLE MÜNTEFERING, 44, SPD

ein Mann Franz ist zum Ende der nächsten Wahlperiode fast 90 Jahre alt. Die Chance, Leben und Beruf neu in Einklang zu bringen, ist der wichtigste Grund, nicht noch einmal zu kandidieren. Durch meine Arbeit im Bundestag waren mein Mann und ich oft die Hälfte der Zeit an unterschiedlichen Orten, in Herne oder in Berlin. In den letzten eineinhalb Jahren wurde er sehr krank, er musste in der Charité operiert werden. Es war oft ein Spagat, allem gerecht zu werden: der Arbeit im Parlament, in meiner Partei, meinem Wahlkreis im Ruhrgebiet. In dieser Zeit bin ich auch an meine persönlichen Grenzen gestoßen. Deswegen haben Franz und ich schon länger überlegt, wie wir die nächste Strecke gemeinsam gestalten können. Nach drei Legislaturperioden im Bundestag, in den ich immer direkt gewählt wurde, bricht für mich nun eine neue Zeit an, beruflich wie privat. Darauf bin ich gespannt. Aber bis zum Ende der Legislatur bin ich ja noch da, darauf können sich meine Wählerinnen und Wähler verlassen. Ich bin aktiv und ansprechbar - und ein politischer Mensch sowieso. Das werde ich auch nach meiner Zeit im Bundestag bleiben.



"GLEICHBERECHTIGTE ELTERNSCHAFT IST IN DER SPITZENPOLITIK NICHT MÖGLICH"

SVEN-CHRISTIAN KINDLER, 39, Grüne

as Bundestagsmandat beansprucht nicht nur mich, sondern meine ganze Familie. Meine Frau trägt zu Hause den Hauptteil der Care-Arbeit, und mein voller Terminkalender bestimmt den Großteil unseres Leben. Ich versuche zwar, mir oft Zeit für meine Kinder zu nehmen, aber eine gleichberechtigte Elternschaft ist in der aktuellen Spitzenpolitik nicht möglich. Das ist nicht gerecht, und ich möchte es in Zukunft anders machen. Ich habe schon vor der vergangenen Bundestagswahl entschieden: Das werden meine letzten vier Jahre. Die Entscheidung fiel mir leichter, weil ich mich nie von der Politik abhängig gemacht habe. Ich habe vorher ein Studium zum Betriebswirt abgeschlossen und im Unternehmenscontrolling gearbeitet. Manche haben nach 16 Jahren in Berlin vor allem Freunde in der eigenen Partei. Das können manchmal ehrliche Freundschaften sein, aber es sind immer auch Arbeitsbeziehungen. Wer alles dafür tut, um wieder aufgestellt zu werden, macht dadurch schlechte Politik. Mir war es deshalb immer wichtig, meine Freunde in Hannover nicht zu verlieren. Auch ein Abgeordneter darf mit Freunden auf dem Bolzplatz Fußball spielen. Nach der Amtszeit kann ich mich also vor allem auf eines freuen: mehr Zeit mit meiner Familie und Freunden in meiner Heimatstadt.



"DER POLITISCHE BETRIEB ERWIES SICH TEILS ALS ÄNGSTLICH"

CLAUDIA RAFFELHÜSCHEN, 55, FDP

ls ich 2021 kandidiert habe, waren meine Chancen, in den Bundestag einzuziehen, sehr gering. Dann hat die FDP in Baden-Württemberg aber so gut abgeschnitten, dass ich über die Landesliste eingezogen bin. In der Wahlnacht bekam ich einen Anruf: Sie müssen jetzt nach Berlin! Das war natürlich eine große Überraschung. Ich bin dann doch mit einem gewissen Maß an Naivität in die Legislatur gestartet, denn der Betrieb in Berlin erwies sich als schwerfälliger, bürokratischer und teils auch ängstlicher, als ich gedacht hätte. Als Liberale stehe ich für einen schlanken Staat, keine Schulden, mehr Eigenverantwortung. Doch in Berlin habe ich dann gemerkt, dass oft der Mut fehlt, diese Themen anzupacken. Beispiel Haushalt: Angekündigte Sparmaßnahmen sind im Regierungsentwurf nicht mehr zu finden. Hier wird es in den parlamentarischen Beratungen noch einiges zu besprechen geben. Meine Entscheidung, nicht mehr für den Bundestag zu kandidieren, habe ich aber ohne Groll getroffen. Als Mutter von drei erwachsenen Kindern setze ich meine Prioritäten wohl anders als meine jüngeren Kollegen. Ich werde neue Aufgaben finden, beruflich oder ehrenamtlich.

"NACH DEM VORFALL HABE ICH GESAGT: JETZT IST EINE ROTE LINIE ÜBERSCHRITTEN"

KARAMBA DIABY, 62, SPD

m Mai 2023 wurde mein Wahlkreisbüro in Halle angegriffen. Eines Abends stand dort die Tür in Flammen. Den Täter kannten wir schon lange. Er hatte mich bereits vorher rassistisch beleidigt und diskriminierende Briefe eingeworfen. Acht Monate hat es gedauert, bis wir das Büro wieder hergerichtet haben. Vor einiger Zeit ist zudem eine Morddrohung gegen mich eingegangen, die sich auch explizit gegen meine Mitarbeitenden richtete. Nach diesem Vorfall habe ich gesagt: Jetzt ist eine rote Linie überschritten. Denn dieser Angriff hat in erster Linie meine Mitarbeiter bedroht, nicht mich. Sie müssen die Hassmails in unseren Postfächern lesen, nicht ich. Einige wurden sogar erpresst, damit sie nicht weiter für mich arbeiten. Diesem Hass ausgesetzt zu sein ist wirklich belastend. Aber mir ist wichtig zu betonen: Ich

gebe nicht auf! Klar ist es anstrengend, kraftraubend, mitunter zermürbend. Aber viel wichtiger als Kommentare im Internet sind mir Gespräche mit Wählerinnen und Wählern in meinem Wahlkreis. Da sagen die meisten: Lass dich nicht einschüchtern von diesen Leuten. Es darf nicht passieren, dass eine kleine Gruppe den Diskurs dominiert, nur weil sie laut ist. Rassismus ist also nicht der Hauptgrund, warum ich aufhöre. Die Entscheidung, nicht erneut zu kandidieren, habe ich vor einiger Zeit gemeinsam mit meiner Frau gefasst. Ich möchte mehr Zeit mit ihr verbringen und meine Enkel in Frankreich und im Senegal häufiger sehen. Ich habe auch einen Schrebergarten, um den ich mich in Zukunft mehr kümmern möchte. Vielleicht kann ich dann auch häufiger Freunde zum Grillen einladen. Ja, das wäre schön.





"MIT 66 JAHREN, DA FÄNGT DAS LEBEN AN"

MARKUS GRÜBEL, 64, CDU

anche in Berlin denken: Sobald ein Politiker seinen Rückzug angekündigt hat, hat er nichts mehr zu melden. Das sehe ich anders. Denn in den verbleibenden eineinhalb Jahren kann ich im Bundestag noch deutlicher für meine Positionen eintreten. Für eine starke Bundeswehr und die Unterstützung der Ukraine, für den Lebensschutz am Anfang und Ende des Lebens. Gerade in Regierungszeiten musste ich mich eng an die Linie der Partei halten und auf die Befindlichkeiten des Koalitionspartners SPD achten. Da bin ich jetzt freier. Und in zwei Jahren heißt es für mich: Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an. Auf einem Liegestuhl auf Mallorca wird man mich dann zwar nicht finden. Aber spontane Reisen, Ausflüge an sonnigen Tagen – das habe ich schon vor. Meine Frau freut sich schon riesig auf diese Zeit.



"ICH WERDE KEIN TEIL MEHR VON DIESEM BUDENZAUBER SEIN"

LENI BREYMAIER, 64, SPD

as ich am meisten vermissen werde? Die Bahncard 100, die mir der Bundestag stellt (lacht). Nein, im Ernst. Ich werde alles vermissen. Im Plenarsaal ehrfürchtig auf diesen riesigen Bundesadler zu blicken. Gesetze zu verhandeln, also konkret zu gestalten. In den Fraktionssitzungen mit dem Kanzler zu diskutieren. Auch die Aufmerksamkeit, die ich als Abgeordnete bekomme. Ich werde einfach kein Teil mehr sein von diesem riesigen Budenzauber hier. Aber es ist Zeit für mich, zu gehen. Ich habe das neue Wahlrecht mit ausgearbeitet. In Zukunft werden deutlich weniger Abgeordnete im Bundestag sein. Und dann ist es gut, wenn dort statt mir eine junge Abgeordnete sitzt. Außerdem gibt es einiges nachzuholen, was in meiner Zeit im Bundestag zu kurz gekommen ist: Ich will mehr Sport machen, alte Freundschaften wiederaufleben lassen. Mir hat mal jemand eine Tasse geschenkt, auf der steht: "Wer sich keine Zeit für Freunde nimmt, dem nimmt die Zeit die Freunde." Nach sieben Jahren im Bundestag weiß ich: Dieser Satz stimmt.

"IM GRUNDE HABE ICH IMMER EIN SCHLECHTES GEWISSEN"

NADINE SCHÖN, 41, CDU

ach der Wahl noch einmal als Fraktionsvize oder vielleicht sogar in einem Regierungsamt in der Innovations- und Digitalpolitik wirken zu können, das ist eine attraktive Option. Ein Regierungsamt würde aber auch bedeuten: noch mehr Zeit in Berlin, noch weniger Zeit im Saarland und damit für die Familie. Bei zwei Kindern im Grundschulalter muss das sehr gut überlegt sein. Natürlich werde ich weiter berufstätig sein, möglicherweise auch teilweise pendeln. Doch das Abgeordnetenmandat ist besonders zeitintensiv, es fordert neben den Wochen in Berlin auch zahlreiche Termine am Abend und an den Wochenenden. Im Grunde habe ich immer ein schlechtes Gewissen: Wenn ich mir ein Wochenende Zeit für die Familie nehme, dann meinen Wählern und Parteifreunden gegenüber. Wenn ich das ganze Wochenende Termine im Wahlkreis wahrnehme, dann der Familie gegenüber. Das gehört dazu. Aber nach den vielen Jahren des Spagats freue ich darauf, wenn sich die Familie nicht mehr nur nach meinem Terminkalender richten muss.¥



Protokolle: Valentin Dreher









Der Regen prasselt, aber Aya Nakamura singt: Zuschauer während der Eröffnungsfeier im 19. Arrondissement



Vor dem betongrauen Prinzenparkstadion steht Ofer Levi eingehüllt in eine israelische Flagge und sagt: "Wir machen jetzt mal eine Woche Pause." Pause vom Krieg, von der Angst um die Zukunft. Mit seiner Frau Reut ist er aus dem winzigen Dorf Shekef im Süden Israels angereist, die drei Kinder tragen selbst gebastelten Kopfschmuck in Blau-Weiß und haben noch nie eine Stadt wie Paris gesehen. Im Stadion spielt gleich Israels Männermannschaft gegen Paraguay Fußball. Schon das erste Spiel gegen Mali, sagt Levi, habe sich angefühlt wie Urlaub: "Hier sind wir einfach nur Fans wie alle anderen. Die Fahnen stehen für die Sportler, die man anfeuert. Das ist das Tolle an Olympia."

Während er das erzählt, wartet am Absperrgitter ein junger Mann mit Dreadlocks und Palästinaflagge. Freundliche Polizisten kontrollieren seine Tasche und lassen ihn durch. Falls sein Aufzug ein Statement sein soll, interessiert es niemanden. Unbeachtet und etwas ratlos schaut er nun durch die Gegend, neben ihm singen Frauen mit Strohhüten "Paraguay! Paraguay!" in eine Kamera des südkoreanischen Fernsehens.

Es sind die kleinen Momente, die dieser Tage in Paris von dem großen olympischen Traum erzählen. Von einer Welt, die zusammenkommt, um miteinander zu feiern.

Nach den menschenleeren Covid-Spielen von Tokio und der klaustrophobischen Winterausgabe in Peking ist 2024 der Druck auf Olympia hoch: Paris muss ein Fest werden. Noch kurz vor der Eröffnung hatte sich Frankreichs Versprechen von lebensfrohen Sommerspielen allerdings angefühlt wie ein absurder Witz. Die Hauptstadtbewohner waren mürrisch, die Gewerkschaften drohten mit Streik, Sicherheitsexperten warnten unablässig vor Anschlägen. Ein verregneter Frühling schien nahtlos in einen verregneten Sommer überzugehen, und sooft man auch maß: Die Wasserqualität der Seine wollte partout nicht den zulässigen Werten entsprechen. Wieder und wieder hatte die Pariser Bürgermeisterin Anne Hidalgo ihren groß angekündigten Sprung in den Fluss verschieben müssen, verspottet im ganzen Land. Präsident Emmanuel Macron inszenierte derweil sein eigenes Spektakel: Nach der Parlamentsauflösung lagen zunächst die Rechtsextremen vorn, Frankreich durchlitt einen politischen Schleudergang, von dem es sich längst nicht erholt hat. Vielleicht aber beförderte kaum etwas eine pro-olympische Stimmung so sehr wie die bleiernen Wochen, die ihr vorausgingen. Man möchte endlich genießen. Versöhnlich sein.

Beim Medienempfang im Élysée-Palast konnten Journalisten aus aller Welt am Montag vor der Eröffnung einen überraschend gut gelaunten Staatschef erleben. Die politische Krise? Vorübergehend auf Eis gelegt. "Trêve politique", Waffenstillstand bis Mitte August. Auch das geht so wohl nur in Frankreich: Noch Ende Juni hatte Macron mit finsterer Miene vor einem Bürgerkrieg gewarnt. Jetzt scherzt er wie ein entspannter Familienvater, der sicher zu sein scheint, seine Franzosen, diese Rasselbande, schon bald wieder im Griff zu haben. Und bis dahin herrscht einfach Sendepause.

Wer dieser Tage durch Paris spaziert, erlebt eine verwandelte Stadt. Die Hektik ist weg und mit ihr die berühmte Genervtheit. Frankreichs Metropole ist im Charme-Modus, bezaubert von der grandiosen Zeremonie auf der Seine und von sich selbst. "C'est ça, la France", "So ist Frankreich",





Livemusik im Kolumbianischen Haus (o.). Ofer Levi und seine Familie erwarten den Anpfiff von Israel gegen Paraguay im Parc des Princes

versichert man sich seit der Eröffnungsfeier. Vielen standen in jener Nacht Tränen in den Augen, und das nicht wegen des erbarmungslosen Regens. Auch jetzt noch, Tage später, hallt in den Gesprächen jene Katharsis nach, für die ein solches Theater einst von den alten Griechen erfunden wurde. Die Feier war kapriziös, rebellisch, dramatisch – und damit sehr französisch.

ie Show hat Paris mit den Olympischen Spielen versöhnt. Sicher, es gab den Ärger um die abgeriegelte Innenstadt und enttäuschte Zaungäste, die weggeschickt wurden, nachdem sie stundenlang an der Seine ausgeharrt hatten. Aber die stolze Hauptstadt der Freiheit und Menschenrechte hat am vergangenen Wochenende nicht nur bunte Bilder um den Globus geschickt. Mit einem Lächeln wurden auch jene Fragen fortgewischt, von denen Autokraten und Rechtspopulisten seit Jahren behaupten, sie würden die Gesellschaft spalten: Wie divers, wie feministisch und auch selbstironisch darf eine Nation sein? Die französisch-malische Sängerin Aya Nakamura, Zielscheibe rassistischer Tiraden, stand an jenem Abend mit den Blasmusikern der Republikanischen Garde auf der Bühne. Alles ist möglich, nichts geht verloren, wenn Menschen frei und gleichberechtigt sind - das war Frankreichs Botschaft an die Kleingeister dieser Welt.

Elon Musk, Donald Trumps Sohn und Marine Le Pens Nichte mochten die Inszenierung nicht. Neben vielen anderen Gestrigen. Das gefällt den Pariserinnen und Parisern besonders gut.

Seit dem Eröffnungsabend liegt eine dezente Herzlichkeit über der Stadt. Olympiastimmung auf französische Art, könnte man sagen. Falls also die Frage aufkommt, wo er nach dem spektakulären Auftakt nun steckt, dieser ganz eigene Zauber der Spiele - man braucht doch nur hinzuhören: Frankreichs Hauptstadt, die ihren Touristen sonst ausweicht wie lästigen Verkehrshindernissen, wendet sich plötzlich den Gästen zu. Da ist der Kioskverkäufer, der mit einem kasachischen Judofan über das Wetter witzelt, jeder in seiner Sprache. Oder die ältere Dame auf der Metrotreppe, die erst zusammenschreckt und dann verzückt lächelt, als zwei baumlange Athleten aus Dänemark ihr die Einkaufstüten hochtragen. Der Akkordeonspieler auf der Parkbank, dem eine grün-weiß-rot geschminkte Mexikanerin ein Lied vorsingt. Kleine Begegnungen, menschliche Neugier. Je weniger die Worte des anderen begreiflich sind, desto größer ist die Begeiste-►

rung, wenn man sich endlich versteht. In der Brasserie "Les Bons Vivants" in Saint-Denis sucht ein deutsches Paar eine Steckdose zum Handyaufladen, kurzes Sprachgewirr auch hier, dann ist alles erledigt und die Cola bestellt. Die beiden sind, stellt sich wenig später heraus, die Eltern von Helen Kevric. Die 16-jährige Turnerin aus Stuttgart ist die jüngste deutsche Teilnehmerin der Spiele. "Wir haben sie gerade im Olympiadorf besucht, aber sie vermisst uns gar nicht", sagt Mutter Bettina und fügt tapfer hinzu: "Das freut mich natürlich." Vater Adnan lobt die Ausstattung und die perfekte Organisation. Nervös sind beide nur ein bisschen wegen des Materials, das anders sei, als ihre Tochter es kenne. Am vergangenen Sonntag konnte Helen Kevric sich für das Mehrkampffinale qualifizieren.

Die Brasserie mit der roten Markise ist eher zufällig zur Anlaufstelle für Fans, Betreuer und Familienmitglieder geworden. Olympische Spiele sind kein Fußballturnier, Bratwurstbuden oder Bierzelte sucht man im Stadtbild vergebens. Man muss sich also zu helfen wissen.

"No Germans, no party!", schallt es am frühen Nachmittag über die Straße. Florian und seine fünf Freunde, Feierbiester allesamt, sind aus Peine gekommen. Eben waren sie beim Wasserspringen, Dreimeterturm, gleich steht Radfahren auf dem Programm, abends noch die Fanzone im Deutschen Haus. Dazwischen liegen allerdings jetzt schon drei Flaschen Weißwein, vom Kellner liebevoll auf Eis gebettet.

Ein Jahr lang haben sie den Trip vorbereitet, erzählen die Herren, und sich verschiedene Tickets ergattert. Darunter auch ein extravagantes Highlight: das Fußballspiel der Dominikanischen Republik gegen Usbekistan. "Darum geht's ja bei Olympia", erklärt Florian: "Man sieht Sportler und Mannschaften, die man sich sonst nie angucken würde!" Auf dem Campingplatz haben sie ihr Quartier eingerichtet, mit VW-Bussen voller Bier. Und man muss es den durstigen Niedersachsen lassen - an diesem nieseligen Nachmittag sind sie eine Attraktion. Manche Passanten bleiben amüsiert stehen. Ein asiatischer Journalist will ein Interview, ein Holländer ein Foto.

Die Zugewandtheit dürfte vor allem ihren extrovertierten Outfits geschuldet sein: Alle sechs tragen Wasserballkappen in Schwarz-Rot-Gold und dazu weiße Trikots mit dem Bundesadler. So grinsen sie in ihre Gläser, lustige Vögel, bereit für diesen Karneval der Kulturen. Viele andere Besucher dürften für das Stimmungslevel noch etwas brauchen.





Union Jack, Eiffelturm und olympische Ringe: Fingerschmuck beim Team Großbritannien (o.), Präsident Macron als Gastgeber (u.)

Olympia 2024 solle ein Volksfest werden, das hatten Veranstalter und Politiker stets betont: "Offene Spiele", so lautet die Devise. Fraglich bleibt, ob das überhaupt zusammengeht, Volksfest, Paris und mehr als 35 000 Polizisten im täglichen Einsatz. In etlichen Vierteln werden Sportfeste für Kinder und Jugendliche organisiert, vor dem Pariser Rathaus suggeriert eine gigantische Spielterrasse familiäre Offenheit – aber der Zutritt ist hier eingeschränkt, der Sicherheit wegen.

m Eröffnungswochenende versanken die Fanzonen in den Parks mit ihrem Public Viewing im Regen, sie werden noch ein paar Sonnentage zum Trocknen brauchen. Am Canal de l'Ourcq, wo die Häuser diverser Länder zu einer internationalen Feier- und Sportmeile aufgebaut sind, baumeln die Lampions der Chinesen tropfend an der Leine. Bei den Indern fallen die Yogakurse ins Wasser. Doch im Haus der Kolumbianer lässt sich erahnen, wie die Stimmung noch werden kann: Salsa und Cocktails unterm Blätterdach, eine große Holzfläche zum Tanzen. "Wir machen Musik ohne Strom", erzählt Diego, ein Frankokolumbianer, der hier seine alten Freunde trifft. "Das geht an jeder Straßenecke. So wie zu Hause."

Im olympischen Dorf wohnt das deutsche "Team D" in unmittelbarer Nachbarschaft zu Griechenland und Rumänien. Auf der

anderen Seite der Seine kann man China sehen, Australien liegt neben Portugal. An der Tür der ukrainischen Unterkunft prangt ein buntes Herz, selbst gemalte Bilder hängen in den Fenstern. Kenia hat mit Irland eine fröhliche WG gebildet, Spanien mit Algerien. Auf der Treppe bei Jamaika lobt eine Athletin aus Venezuela für die laufende Kamera die Errungenschaften ihres ruhmreichen Präsidenten Maduro. Team Serbien dehnt derweil gänzlich unbeeindruckt auf den Stufen die Waden. Die Gleichzeitigkeit der Gefühle, auch das ist Olympia.

Die multikulturelle Ökosiedlung der Athleten wurde neu gebaut in einem benachteiligten Vorort, wo schon jetzt Menschen aus über 130 Nationen zusammenleben. Nach den Spielen wird es hier 2800 neue Wohnungen geben, 25 Prozent davon sozial gefördert. Das Quartier gehört, wie die Klärung der Seine, zum nachhaltigen Erbe, das der Stadt bleiben soll. Erstmals wurden die Olympischen Spiele vollständig nach den neuen Regeln organisiert, die sich das IOC 2020 auferlegt hatte. Wohl auch, um die Existenz dieser Veranstaltung überhaupt noch zu rechtfertigen: Nachhaltiger, vor allem aber günstiger soll die Austragung werden – Paris bekam auch deshalb den Zuschlag, weil bloß zwei Sportstätten gebaut werden mussten und als solche danach der Stadt zugutekommen. Es sind außerdem die ersten Spiele, bei denen ebenso viele Frauen wie Männer antreten. Selbst für Afghanistan sind drei Sportlerinnen am Start - Mutige also, die es im Talibanstaat eigentlich gar nicht geben dürfte und die deshalb vom IOC ernannt wurden.

Doch Olympia 2024 zeigt auch: Man kann noch so sehr schwärmen von Weltoffenheit und der olympischen Bewegung als "Friedensmission" - das gigantische Spektakel bleibt trotzdem ein widersprüchliches Projekt. Auch in Paris sind die Spiele angerückt wie ein ungehobelter Gast, der das Haus auf den Kopf stellt und den Bewohnern seine Bedürfnisse aufzwingt. Die Hauptstadt hat ihn glamourös empfangen, was blieb ihr anderes übrig? Ihre Paläste bieten die elegante Kulisse. Ihre Künstlerinnen und Künstler haben das angestaubte Eröffnungsritual zu einem wuchtigen politischen Statement gemacht: Liberté, Égalité, Solidarité! Gold für Paris, doch, das könnte was werden.¥



Frankreich-Korrespondentin Andrea Ritter und Fotograf Cyril Marcilhacy erlebten bisher viele Regengüsse und eine

waschechte Bierdusche im "Deutschen Haus" – insgesamt alles sehr nass, aber auch sehr lustig









Aussicht auf die Bootsparade: Apartments an der Seine sind seit Monaten ausgebucht (I. o.)

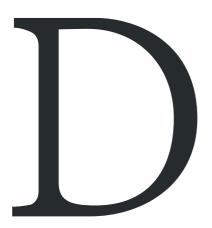
Im olympischen Dorf feiern die kenianischen Volleyballerinnen den Beginn der Spiele (l. u.)

Die eleganteste Kulisse der Welt: Paris widmet seine Wahrzeichen und Paläste dem Sport (r.)



Sie ist erst 17, aber eine der deutschen Goldmedaillenhoffnungen bei Olympia:





Das erste Wort, das Darja Varfolomeev in Deutschland gelernt hat, war "Schlüssel". Zuerst war da die Suche nach dem Wort, dann nach dem verlorenen Gegenstand. Ein Mädchen aus ihrer neuen Internatsklasse half nach: "S-c-h-l-ü-s-s-e-l". Das war 2019, Darja Varfolomeev zwölf Jahre alt und gerade erst in Deutschland angekommen, allein in einer fremden Klasse, einer fremden Sprache, einem fremden Leben.

Fünf Jahre später, ein Tag im Juni, gut sechs Wochen vor Beginn der Olympischen Spiele in Paris. Sonnenlicht fällt durch die Fenster des Bundesstützpunkts für rhythmische Sportgymnastik in Fellbach-Schmiden, nahe Stuttgart. Mädchenschweiß und Turnmattengeruch. Einige 8- bis 13-Jährige wirbeln Bänder durch den Raum, lassen Bälle springen und Kegel fliegen. Alle tragen die gleiche Frisur, die Haare in zwei Zöpfen hochgesteckt. Mini-Darjas. Hälse wie Schwäne, die Arme zu Halbmonden gebogen. Auf den ersten Blick tanzende Puppen. Auf den zweiten Blick Deutschlands nächste Olympiahoffnungen.

Darja Varfolomeev ist, in dieser Turnhalle, in diesem Sommer, kein Mädchen mehr, aber noch weniger eine Frau. Ein Zwischenwesen im neongrünen Trikot, winzige Sommersprossen zwischen Augen und Nase. Sie blickt durch eine Glasfront auf die jüngere Generation, die, Grashüpfern gleich, durch die Halle fliegt. "Bei meinem ersten Wettkampf hat mir gefallen, wie die Zuschauer, zumeist russische Mütter, Beifall geklatscht haben", sagt sie. Lächelt dann. "Seit diesem ersten Klatschen bin ich verliebt."

Varfolomeev wurde in der Stadt Barnaul, im Süden Westsibiriens, geboren. Im Alter von drei Jahren meldete ihre Mutter sie für einen Kurs der rhythmischen Sportgymnastik an, Varfolomeev erinnert sich: "Strecken, dehnen, das tut weh. Mit drei Jahren habe ich noch nicht verstanden, dass, wenn ich mich jetzt gut dehne, ich das besser nutzen kann."

Ihre Mutter, selbst Sportgymnastin, turnte bis zum Alter von 18 Jahren in Russland. "Nach einer Knieverletzung hörte meine Mutter auf, rhythmische Sportgymnastik zu machen. In gewisser Weise habe ich ihre Karriere fortgesetzt", erzählt Varfolomeev. Mutter und Tochter träumen den gleichen Traum. Wer ihn zuerst hatte, spielt für die 17-Jährige keine Rolle.

Rhythmische Sportgymnastik gilt in Russland als Nationalsport, vergleichbar dem Fußball in Deutschland. Allerdings, sagt Varfolomeev, würden Mädchen aus Moskau an den renommierten Schulen bevorzugt aufgenommen werden, mit herausragender Gerätetechnik und schwierigen Elementen. Mädchen wie sie selbst, vom Rand der Barabasteppe, hätten keine große Chance. Ihre einzige Möglichkeit: das Nationalzentrum im sibirischen Omsk. Die Wahrscheinlichkeit, von dort aufzusteigen, sei aber gering. In Deutschland seien die Erfolgsaussichten besser gewesen. "Man hat in Russland nicht so viele Chancen, weil dort sehr viele Mädchen diesen Sport machen. In einer kleinen Stadt wie Fellbach gäbe es in Russland wahrscheinlich fünf Zentren, gegen die ich antreten müsste, nur um in das Nationalteam meiner Stadt zu kommen."

Varfolomeevs Großvater ist Deutscher, seit ihrer Geburt besitzt sie einen deutschen Pass. Im Sommer 2018 beschloss die Familie daher, die Hochbegabte solle bei einem

"SEIT DEM ERSTEN KLATSCHEN BIN ICH VERLIEBT"

Junges Talent: Varfolomeev bei einem ihrer ersten Wettkämpfe



Probetraining in Deutschland vorturnen. Zwei Wochen später die Antwort aus dem Bundesstützpunkt in Fellbach: Man würde Darja nehmen. In ihrem Kinderzimmer in Russland übte Varfolomeev die wichtigsten Sätze ein: "Hallo, wie geht's dir?" – "Gut, schlecht" – "Wohin gehst du?".

Im Februar 2019 zog Varfolomeev nach Deutschland. Allein mit dem Bus zur Schule, allein mit dem Bus zurück, allein zum Training. Als sie erste Freunde fand, wurde es leichter. Die ersten drei Jahre verbrachte das Mädchen ohne Eltern in einem fremden Land.

enig später kam Darja ins Leistungsinternat des Deutschen Turner-Bunds (DTB), 200 Kilometer von der Trainingsbasis entfernt lebten ihre Großeltern. "Zweimal im Monat brachten sie mir Essen: Hähnchen, Pute, Zunge und Herzchen." Tiefgekühlt, damit Varfolomeev es sich selbst warm machen konnte. Heute bringt ihr Vater, der inzwischen nachgezogen ist, jeden Tag Mittagessen auf das Trainingsgelände, oft Suppe mit Nudeln, Fleischsuppe, Borschtsch. Sie wohnen nahe am Stützpunkt. Die Wochenenden bleibt Varfolomeev zu Hause beim Vater und bei ihrer Chihuahua-Hündin Tori. "Die beiden sind für mich gekommen, also verbringe ich meine freie Zeit mit ihnen." Die Mutter arbeitet in Russland, komme aber oft zu Besuch nach Deutschland.

Varfolomeevs dunkle Haare stehen aus dem Dutt in alle Richtungen, ihr Markenzeichen. Vor jedem Wettkampf sprüht sie es mit Haarspray fest. "Während Corona hatte ich mein Lieblingsgefühl verloren: im Wettkampf zu sein", erzählt die Gymnastin. 2022 gab sie ihr Debüt als Senior beim Weltcup im usbekischen Taschkent, wo sie auf Anhieb vier Medaillen gewann, Bronze und Silber. Es folgte zweimal Bronze bei den Europameisterschaften, außerdem fünf Podiumsplätze beim WM-Debüt. Ein Jahr später holte Varfolomeev sich dann den großen Golderfolg: "Es ist unglaublich, fünf Goldmedaillen zu gewinnen, besonders im Mehrkampf, der natürlich der wichtigste ist", sagt sie. Sie trainiert unter der Olympionikin Yuliya Raskina, die einst bei den Olympischen Spielen 2000 angetreten ist und die Silbermedaille holte, fast im selben Alter wie Varfolomeev heute.

Darja Varfolomeev ist eine der jüngsten Sportlerinnen, die sich für die diesjährigen Olympischen Spiele qualifiziert haben, sie gilt in ihrem Sport als Ausnahmetalent. "Das bedeutet nicht viel", sagt sie selbst. "In ▶



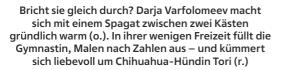


Ein Feld grenzt an das Trainingsgelände im Bundesstützpunkt für rhythmische Sportgymnastik in Fellbach-Schmiden bei Stuttgart und lädt zum Joggen ein (o.). Darja, im Trainingstrikot (r.), nimmt gegen den Druck auch die psychologische Betreuung am Stützpunkt in Anspruch











unserer Sportart sind die meisten richtig jung. Vielleicht bis 24." Darja sei von Natur aus gelenkig, erklärt Trainerin Raskina, sie habe viel von Gott für diese Sportart mitbekommen, vor allem Beweglichkeit. Und sie könne arbeiten, auch das sei ein Talent: "Sie wächst. Sie ist kein kleines Kind mehr, sondern wird eine Frau. Und plötzlich entsteht da mehr Druck. Sie ist ein bisschen nervös dieses Jahr, aber sie wird zeigen, was sie kann. Ich glaube an sie."

In der Nacht vor einem Wettkampf geht Varfolomeev jede Übung noch mal durch. Ein, zwei, vier Geräte: "Wenn ich dann in den Wettkampf gehe, auf die Fläche trete, versuche ich keine Gedanken mehr im Kopf zu haben." Was sie aber dabeihat: eine Tasche voller Glücksbringer. "Alles Dinge, die mir geschenkt wurden - vor meinem ersten Training, von meiner Mutter, meiner aktuellen Trainerin." Diese Tasche packt sie vor jeder Reise zuerst in ihren Koffer. Auch die Reihenfolge bei Wettkämpfen der rhythmischen Sportgymnastik ist immer dieselbe: Reifen, Ball, Keule, Band. "Die letzte Disziplin, das Band, entscheidet bei Olympia den ganzen Wettkampf. Wenn alles gut läuft, dann ist das Band dieser eine entscheidende Moment", erklärt Varfolomeev.

er Bundesstützpunkt bietet den jungen Sportlerinnen, die hier trainieren, auch psychologische Betreuung an, einmal im Monat, meist vor Wettkämpfen. "Wir sprechen dann über die Probleme oder Ängste, die wir haben", sagt Varfolomeev. "Weil wir neben dem Training meistens nicht die Zeit haben, alles zu erzählen, was wir erzählen möchten."

Um 8.30 Uhr startet ihr Training. Morgens Ballett, eine Stunde und 40 Minuten, dann Pause, zehn Minuten, um Wasser aufzufüllen oder auf Toilette zu gehen. Danach dehnen, kleine Sprünge werden größer, an die Sprossenwand. Schließlich kommen die Geräte: Reifen, Ball, Keule, Band. So geht es bis 14 Uhr, anschließend Mittagspause. Ein bisschen Schlaf. Ab 16 Uhr Kraftübungen: Bauch, Rücken, Beine. Wieder dehnen. Danach folgen die letzten zwei Geräte, Keule und Band. Schluss ist meistens gegen 20.30 Uhr. Montags, dienstags und donnerstags stehen Physiotherapie, Ultraschall oder Magnetfeld an. "Gestern hatte ich spät Physiotherapie", sagt Varfolomeev. "Um 22 Uhr war ich zu Hause, habe zu Abend gegessen und bin ins Bett gegangen." Es ist ein Leben der Entbehrungen, alles für den einen Traum.

Das letzte Mal, dass sie nicht an Sport gedacht habe, sei in den Winterferien des ver-

STETS DABEI: IHRE TASCHE MIT GLÜCKS-BRINGERN

Hat gut lächeln: Darja Varfolomeev nach ihrem Sieg beim Weltcup 2024 in Mailand



gangenen Jahres gewesen. Damals war Varfolomeev für drei Tage krank. Was sie in ihrer Freizeit mache? Die Heranwachsende überlegt, sagt nicht "Freunde treffen" oder "ins Kino". Sagt stattdessen: "Malen nach Zahlen. Oder ich gehe mit dem Hund spazieren." Wegen Olympia hat sie ein Jahr mit der Schule ausgesetzt und muss die zehnte Klasse wiederholen. Noch ein Opfer. "Es ist schade, dass ich nicht mehr in meiner alten Klasse bin. Wenn ich bei einem Wettkampf war, wusste ich oft die Hälfte der Themen für die Klassenarbeiten nicht. Ein Mädchen hat immer alles für mich gesammelt. Jetzt muss ich wieder eine Person finden, die das vielleicht macht", sagt Varfolomeev leise.

Sportgymnastik wird in Deutschland bisweilen belächelt. Mädchensport. Zu seicht, zu leicht. Dabei ist die Sportart längst auch für Jungs und junge Männer interessant geworden, in Spanien und Japan stoßen immer mehr dazu. Auch weil sich in der Presse oder über Social Media Aufmerksamkeit abgreifen lässt. Varfolomeevs Instagram-Account folgen rund 43000 Menschen. Googelt man ihren Namen, ist eine der erste Suchanfragen ihr Gewicht (47 Kilo), dann ihre Größe (1,69 Meter), dann die Frage, ob sie einen Freund habe ("Interessiert mich nicht"). Bedrängt es sie als Teenager, wenn das die Fragen sind, für die sich die Welt interessiert? Varfolomeev zuckt die Schultern: "Ich war immer schon sehr schlank. Alle in meiner Familie haben diesen Körper. Wenn man sieht, wie leicht der Sport aussieht, wie einfach alles erscheint, dann denkt man, dass es ganz leicht ist und jeder es schaffen kann. Aber es ist harte Arbeit." Sie glaubt nicht, dass Olympia die Einstellung zur rhythmischen Sportgymnastik verändern werde.

18 Uhr am Abend, die Sonne zieht ihre Strahlen aus der Halle. Varfolomeev trainiert seit acht Uhr. Ein rasches Mittagessen vor dem Interview, mehr nicht. "Jeder Athlet, jede Athletin hat den Traum von Olympia. Es gilt als der wichtigste Wettkampf", sagt sie. Aber was kommt danach? Ihr Lächeln wird größer: "Das zweite Olympia. In Los Angeles." Würde man andere Teenager zu ihren Zukunftsplänen befragen, fiele die Antwort wohl einsilbig aus: "Mal gucken." Varfolomeev kann ihr Leben voraussagen: ..2027 Weltmeisterschaft in Baku, 2028 Los Angeles. Und 2026 ist die Weltmeisterschaft in Deutschland, wir denken jetzt schon über Musik für Deutschland nach."

Schon immer habe sie zu einem besonderen Song antreten wollen: "Sweet Dreams", von den Eurythmics. Allerdings hätten zu viele Gymnasten bereits das Lied gewählt, es ist sozusagen besetzt. "Vielleicht, weil wir alle die gleichen Träume haben", überlegt Varfolomeev. Träume, wie sie auch ihre Mutter hatte, ihr großes Vorbild. Wenn sie eines Tages mit dem Turnen aufhört, werde sie anfangen zu designen, Veranstaltungen auszurichten, so wie ihre Mutter das heute macht. Würde sie ihrer eigenen Tochter raten, den gleichen Weg zu gehen? Ein kurzes Zögern. "Früher hätte ich Ja gesagt", sagt Darja Varfolomeev. "Heute weiß ich nicht, ob ich das als Mutter aushalten würde."

Varfolomeev hat den ganzen Tag funktioniert. Hat vor jeder Antwort zwei Nachfragen gestellt, um die richtigen Worte zu finden. Hat nach dem harten Training klaglos für den Fotografen posiert und ihrem Vater am Telefon freundlich erklärt, dass es etwas später wird. Doch bei der letzten Frage geschieht es. Der erste Moment, in dem Varfolomeev eingreifen, korrigieren muss.

Was das für ein Gefühl sei, das ganze Jahr nur auf dieses eine Ziel Olympia hingearbeitet zu haben?

Darja Varfolomeev richtet sich auf, ihr Blick wird fest: "Nicht ein Jahr", sagt sie dann. "Mein ganzes Leben."⊁



Reporterin **Amonte Schröder-Jürss** und Fotograf **Milos Djuric** werden dieses Jahr zum ersten Mal den

Wettkampf der rhythmischen Sportgymnastik bei den Olympischen Spielen verfolgen – und die Daumen drücken **WIRTSCHAFT**

SO WIRD EIN SCHUH DRAUS

Olympia ist nicht nur ein Wettbewerb für Sportler, sondern auch für ihre Ausrüster: Laufschuhe sind heute ein Milliardenmarkt

ls der Kenianer Eliud Kipchoge im vergangenen September durch das Brandenburger Tor läuft, brandet nur noch höflicher Applaus auf. Etwas mehr als zwei Stunden braucht die Legende für die 42,195 Kilometer quer durch Berlin. Gewonnen, aber doch enttäuscht, hatten doch alle auf einen neuen Weltrekord unter zwei Stunden gehofft. Dafür ist die Sensation schon auf der Zielgeraden, gut zwei Minuten hinter Kipchoge: Amanal Petros läuft neuen deutschen Rekord. Und Tigist Assefa ist auch unterwegs, knapp neun Minuten dahinter, neuer Weltrekord der Frauen.

Auch ohne neuen Weltrekord hat dieser Berlin-Marathon den Laufsport verändert. Petros und Assefa liefen nicht nur Bestzeiten, sie stießen in völlig neue Sphären vor. Assefa war zwei Minuten schneller als zuvor, Petros fast anderthalb Minuten. In der Weltspitze sind solche Unterschiede von 90 oder 120 Sekunden Lichtjahre. Dass das gelang, da waren sich alle sogleich einig, hatte nicht so sehr mit Training oder Wetter zu tun, sondern mit dem Schuh, den beide erstmals bei einem Marathon trugen: dem Adidas Pro Evo 1. Superleicht, kostet 500 Euro und darf trotzdem nur einmal benutzt werden.

Der Evo 1 hat ein ganz eigenes Wettrennen im Laufsport ausgelöst: ein Kräftemessen zwischen den wichtigsten Sportartikelherstellern der Welt, allen voran dem

deutschen Adidas-Konzern und seinem wichtigsten US-Konkurrenten Nike. Es ist ein Wettbewerb, der ausgetragen wird mit neuen Materialien und vielen Millionen Euro für Forschung und Entwicklung. Bei den großen Sportwettbewerben in diesem Sommer, den Olympischen Spielen in Paris und dem nächsten Berlin-Marathon Ende September, geht es nicht mehr so sehr um die Läufer – sondern um ihr Schuhwerk.

Für Nike, Ausrüster von Kipchoge, war Berlin einer der dunkleren Tage der jüngeren Unternehmensgeschichte. Nikes Gründungsmission besteht schließlich aus zwei Wörtern: "Crush Adidas" – zerstör Adidas! In Berlin ist das Gegenteil passiert, Adidas zerstörte Nike. Ausgerechnet in Nikes Kerndisziplin, dem Laufsport, haben die Deutschen überholt. Seit dem Marathon ist die Nike-Aktie über 20 Prozent gefallen, die von Adidas indes mehr als 40 Prozent gestiegen.

Dabei hatte diese Materialschlacht sechs Jahre zuvor ausgerechnet Nike losgetreten mit seinem Vaporfly Elite, dem ersten Laufschuh mit eingebauter Carbonplatte. Ein Schuh für die Ewigkeit, dachte man. Eine steife Carbonplatte in Verbindung mit einer reaktiven Mittelsohle, das war revolutionär. Nike mit seinen Starläufern Kipchoge sowie Kelvin Kiptum erlief Weltrekord um Weltrekord – und vor allem: der Konkurrenz davon. Alle, die nicht in Nike liefen, blickten neidisch auf ihre Konkurrenz und drängten ihre Ausrüster zu eigenen Carbonschuhen. Die reagierten, wie Firmen eben reagieren,



Mit diesem Schuh zum Weltrekord: Die Läuferin Tigist Assefa schaffte beim Berlin-Marathon 2023 eine neue Bestzeit bei den Frauen

wenn sie ein neues Geschäft wittern: Sie investierten, und zwar Dutzende Millionen in Schuhtechnik.

Entwickelt werden die neuen Modelle heute zum Beispiel im Erdgeschoss des "Laces" – eines futuristischen Baus auf dem Adidas-Campus in Herzogenaurach. Da reihen sich die teuersten Laufbänder der Welt aneinander, eine Kältekammer simuliert alle denkbaren Wetterbedingungen. Doch vor allem stehen hier, bei einem Test im April, sehr viele Computer und noch mehr Schuhe.

Adidas hat wieder etliche Testläufer eingeladen. Die Top-Schuhe werden dabei vor allem von den Top-Athleten geprüft, Standardmodelle gehen an bekannte Sport-Influencer, die auch für andere Marken laufen und darüber im Netz berichten. Das lohnt sich für beide Seiten: Adidas profitiert von der Reichweite und erfährt indirekt auch, wie weit die Konkurrenz ist. Und für die Influencer sind die Probeläufe eine weitere lukrative Einnahmequelle geworden.

Im Labor bekommen die Tester Vermessungspunkte angeklebt, kleine Kugeln, mit denen das Laufverhalten analysiert wird. Die Schuhe, die sie testen, unterscheiden sich optisch zunächst kaum. Mal ist aber die Sohle anders, mal das Obermaterial, dann







Der Kenianer Eliud Kipchoge ist zwar immer noch der schnellste Marathonläufer der Welt, seine Schuhe konnten zuletzt aber nicht mehr mit denen der Konkurrenz mithalten

die Ferse. All das verändert die Biomechanik und das Laufempfinden. Am Ende legt Adidas die Daten und persönlichen Aussagen übereinander, beides ist wichtig.

or allem aber testet Adidas seine Topmodelle direkt im kenianischen Iten, dem "Home of the Champions", wo die meisten Starathleten einen Großteil des Jahres leben. Amanal Petros erinnert sich noch genau, wie er dort erstmals den Evo 1 in der Hand hielt: "Ich habe erst gar nicht verstanden, dass man damit laufen kann. Ich dachte nur: Wow, ist der leicht." Petros und Adidas arbeiten seit vielen Jahren zusammen, hier der deutsche Wunderläufer und Hoffnungsträger für Paris, da Charlotte Heidmann, die Produktmanagerin hinter dem Evo 1. Er liefert ihr Infos über das Kurvenverhalten, Vortrieb und Stabilität - sie merzt anschließend mögliche Fehler aus.

Dieser Prozess ist unvorstellbar aufwendig und irritiert umso mehr, da Adidas zunächst nur 521 Paar des Evo 1 auf den Markt brachte. Mit den 260 000 Euro – 521 mal 500 Euro – lässt sich kein Geld verdienen. Und doch lohne sich die Mühe natürlich, sagt Heidmann, denn: "Die Breite orientiert sich an der Spitze, wenn auch nur langsam."

Heidmann spielt auf einen bekannten Marketingeffekt aus der Formel 1 an. Pirelli beliefert die Rennserie mit Reifen in der Hoffnung, dass auch normale Autofahrer Pirelli-Reifen als hochwertig wahrnehmen. Ähnlich verhält es sich mit den Carbonschuhen: Wer spektakuläre Weltrekorde läuft, muss ein gutes Produkt an den Füßen tragen. Und wenn die Carbonschuhe gut sind, sind es die anderen Produkte vielleicht auch, oder? Ökonomen sprechen vom Halo-Effekt.

Hinzu kommt der Boom des Laufsports: Ein Drittel aller Menschen geht in Deutschland regelmäßig joggen. Viele haben damit während Corona angefangen und sind drangeblieben. Inzwischen geben die Deutschen mehr als eine Milliarde Euro jährlich für neue Laufprodukte aus, bis 2028 soll sich dieser Wert Prognosen zufolge beinahe verdoppeln. Immer mehr Menschen kaufen sich sogar eigene Carbonschuhe, obwohl die mit bis zu 250 Euro extrem teuer bleiben.

Jost Wiebelhaus vom Frankfurter Laufshop spürt die gestiegene Nachfrage. Der Trend liege aber nicht nur am sportlichen Erfolg, sondern am Fortschritt: "Die allerersten Carbonmodelle haben die Muskulatur stark beansprucht. Die konnten wir vielen kaum guten Gewissens empfehlen." Inzwischen sei die Dämpfung besser, sodass Carbon auch etwas für die Breite sei.

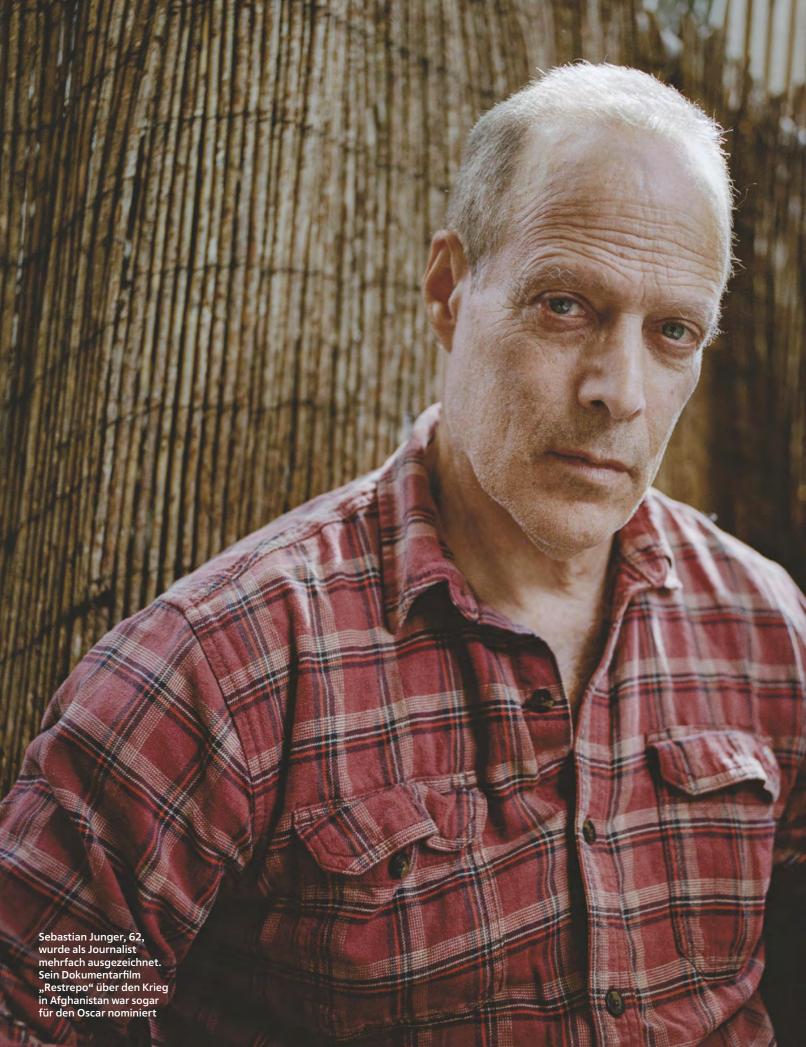
Und trotzdem schränkt Wiebelhaus sofort ein: "So ein Schuh bringt einem maximal drei bis vier Prozent. Gleichzeitig halten Wettkampfschuhe weniger als halb so lang wie normale Modelle, kosten aber doppelt so viel. Die Schuhe werden zwar in der Breite stärker nachgefragt – aber in der Praxis bleiben sie etwas für die Ambitionierten." Das gelte nicht nur für Adidas, sondern für alle aktuellen Linien: den Nike Alphafly 3, den Asics Metaspeed Sky Paris bis hin zum On Cloudboom Echo. Es sind dies die drei wichtigsten Modelle, auf die jetzt auch in Paris geschaut werden wird.

Für sein Geschäft sei der Trend zu Carbon jedenfalls gut, meint Wiebelhaus. Er sagt zwar nicht, wie viel er an einem Paar Schuhe verdient – auch weil der Wert schwanke –, aber der Verkäufer meint das sehr grundsätzlich. "Viele Hersteller freuen sich unglaublich über den Evo1, auch wenn das paradox klingt", sagt er, "denn Adidas hat einen neuen Preispunkt gesetzt. Neben 500 Euro wirken 250 gar nicht mehr so viel." Das zeige sich jetzt schon im Regal: Die neuesten Carbonmodelle kosten bereits 280 und nicht mehr 250 Euro, ein Paar normale Laufschuhe jetzt 170 statt 150 Euro. ⊁

Jannik Tillar

"ICH HABE GAR NICHT VERSTANDEN, DASS MAN DAMIT LAUFEN KANN"

Sagte der deutsche Läufer Amanal Petros, als er den Evo 1 von Adidas (linker Schuh oben) erstmals in der Hand hielt. Rechts: Nikes Alphafly 3





DAS <mark>⊁</mark> GESPRÄCH

"Der Tod ist mein neues Haustier, das mich überall hinbegleitet"

Sebastian Junger schrieb den Weltbestseller "Der Sturm" und riskierte als Kriegsreporter immer wieder sein Leben. Dann platzte ihm zu Hause eine Ader – und er sah sich beim Sterben zu

Interview: Alexandra Kraft; Fotos: Sasha Arutyunova

Herr Junger,

wie fühlt es sich an, fast zu sterben?

Sterben ist radikal – und trotzdem vollkommen ordinär. Es passiert einfach. Bei mir war es an einem ruhigen Sommertag, den ich mit meiner Frau genießen wollte. Ich habe lange überhaupt nicht begriffen, dass ich dabei war zu sterben.

Wann kapierten Sie, was passierte?

Als ich in der Notaufnahme lag und der Arzt, der mich behandelte, hilflos mit den Schultern zuckte. Er wusste nicht, wie er mir noch helfen konnte. Ich wollte in dem Moment nur nach Hause. "Warum lasst ihr mich nicht gehen?", fragte ich. Das war sehr kindlich. Ich wusste bis dahin nicht, dass die Welt Menschen so beiläufig tötet.

Sie sind als junger Mann beim Surfen fast ertrunken, entgingen in den Alpen knapp einer tödlichen Lawine, als Kriegsreporter an der Front in Afghanistan wurden Sie beinahe erschossen. Und trotzdem haben Sie nie über das Sterben nachgedacht? Ich dachte, das Leben sei wie ein Pokerspiel: Man setzt ein paar Chips ein und hofft, am Ende mit mehr nach Hause zu gehen. Ich habe mein Leben öfter eingesetzt. Aber ich dachte nie, dass ich es wirklich verlieren könnte. Als ich dann nichts mehr riskierte, meine Familie hatte, glaubte ich, das Spiel sei für mich vorbei. Dann klopfte es an die Tür und sagte: "Herr Junger, jetzt sind Sie aber wirklich dran."

Was passierte an jenem Tag?

Mir ist ein Aneurysma geplatzt, eine krankhafte Ausbeulung an einer Ader. Bei mir war es eine Arterie, die den Zwölffingerdarm und die Bauchspeicheldrüse mit Blut versorgt. Ich hatte in den Monaten davor immer mal sonderbare Bauchschmerzen gehabt. Ich erinnere, dass ich beim ersten Mal dachte: "Das ist die Art von Schmerz, von der man später erfährt, dass sie einen töten wird." Keine Ahnung, wie ich darauf gekommen bin. Zum Arzt bin ich nicht gegangen.

Wochen später brachen Sie zusammen.

An einem langweiligen Sommertag in einer Hütte in einem Wäldchen auf Cape Cod in



Massachusetts, nördlich von New York. Wir haben dort ein Haus, am Ende eines Feldwegs, ohne Handyempfang und nur mit einem miesen Festnetzanschluss. Ein Paradies. Aber der schlechteste Ort, wenn man gerade innerlich verblutet.

Wann war Ihnen klar, dass Sie sich in Lebensgefahr befinden?

Das dauerte sehr lange. Ich hatte plötzlich extremes Bauchweh. Bei mir sammelte sich Blut zwischen Leber und Niere, wie später herauskam. Wir waren in dieser Hütte, weit weg vom Telefon. Meine Frau hatte keine Chance, Hilfe zu holen, und wollte mich auch nicht allein lassen. Sie schleppte mich also zurück zum Haupthaus. Ich konnte mich kaum auf den Beinen halten. Da war ich wohl schon dabei, in den hämorrhagischen Schock zu rutschen.

Was ist das?

Das passiert, wenn man etwa 40 Prozent seines Blutes verloren hat. Herz, Lunge und Gehirn schalten ab, das Sterben beginnt. Als wir endlich am Haus ankamen, nahm ich den Himmel nur noch in einem elektrischen Weiß wahr. Die Baumwipfel lösten sich darin auf, dann verschwand das Haus und später das Gesicht meiner Frau.

Im Buch "In My Time of Dying" schreiben Sie, dass Sie nicht einmal in diesem Zustand ins Krankenhaus wollten. Warum? Mir ging es plötzlich wieder besser. Auch die Sanitäter dachten, weil es so heiß war, würde es reichen, mich in den Schatten zu setzen und mir was zu trinken zu geben. Aber meine Frau bestand darauf, dass sie mich mitnehmen. Sie sagte: Er war gerade dabei zu erblinden, er geht ins Krankenhaus. Ich wollte noch raushandeln, dass ich, wenn ich ohne Hilfe stehen könnte, zu Hause bleiben dürfe. Aber ich fiel auf die Knie. Es gibt schon einen Grund, dass verheiratete Männer länger leben als unverheiratete. (Junger lacht laut.)

Im Krankenwagen verschlechterte sich Ihr Zustand dramatisch.

Es war schon wahnsinnig viel Zeit vergangen für jemanden, der verblutet. Ich war wie ein menschliches Stundenglas, das alle zehn bis 15 Minuten einen halben Liter Blut verlor. Ich krampfte und verlor die Kontrolle über mein Gedärm. Aus mir ergoss sich eine faul riechende Brühe, die hauptsächlich aus Blut bestand. Der obere Wert meines Blutdrucks lag bei 68. 120 wäre normal.

Sie haben später lange mit den Ärzten über Ihren Zustand gesprochen. Wie schätzten diese Mediziner Ihre Überlebenschancen ein, als Sie im Krankenhaus ankamen?

Ich verlor immer wieder das Bewusstsein, ein deutliches Zeichen, dass es auf das Ende zugeht. Bei meiner Art der Blutung liegt die Sterberate zwischen 50 und 70 Prozent. Meine Chancen waren aber wohl noch schlechter, weil es eineinhalb Stunden gedauert hatte, bis ich im Krankenhaus war.

Gemeinsam mit dem Fotoreporter Tim Hetherington begleitete Junger (l.) 2007 eine US-Einheit der 173. Luftlandebrigade 15 Monate lang in Afghanistan

Junger im Mai 2024. Sein Buch "Der Sturm" verkaufte sich weltweit millionenfach

"Die Welt tötet Menschen beiläufig"



Warum sind Sie nicht verblutet?

Vermutlich hatte ich eine "Tamponade". Im Bauch gibt es limitiert Platz. Bei einer inneren Blutung entsteht mit viel Glück eine Art natürlicher Druckverband, der den Vorgang verlangsamen kann.

Was nahmen Sie noch wahr?

Ich spürte, wie der Arzt mir einen Zugang für eine Infusion am Hals legte. Und fragte: Warum das, ich habe doch schon zwei Zugänge in den Armen, ist das für den Notfall? Der Arzt antwortete: "Jetzt ist der Notfall." Sie klingen jetzt sehr sachlich. Dabei müs-

Sie klingen jetzt sehr sachlich. Dabei müs sen Sie unfassbare Angst gehabt haben.

Mein Gehirn begriff alles nicht richtig. Ich hatte keine großen Gedanken über das Sterben oder das Leben, nicht mal an meine Familie. Ich war wie ein angeschossenes Tier. Einmal sorgte ich mich um das schmutzige Geschirr in der Spüle daheim und wer das abwaschen müsse. Verrückt, oder?

Wann spürten Sie den Tod kommen?

Links unter mir öffnete sich plötzlich ein Abgrund von unendlicher Dunkelheit. Es zog mich in die Tiefe, ich wollte aber auf gar keinen Fall hineinfallen. Das war der Moment, in dem ich Panik bekam. Ich sagte zum Arzt: "Sie müssen sich beeilen, ich gehe. Jetzt! Sie verlieren mich."

Was passierte dann?

Mein Vater, der seit acht Jahren tot ist, schwebte über mir. Ich kann nicht sagen, dass ich ihn klar gesehen habe. Aber ich wusste, dass er es ist. Er wirkte nicht wie eine echte Person. Ich kann es nicht besser beschreiben, er war einfach da. Ich spürte seine Energie, und wir haben miteinander kommuniziert.

Was sagte er Ihnen?

Dass ich nicht kämpfen müsse, es sei okay. Ich könne mit ihm kommen, er würde sich kümmern. Ich hatte diese heftige Reaktion: "Du bist tot – ich lebe!" Ich war verärgert und entsetzt. Und habe dem Arzt noch mal gesagt: "Beeilen Sie sich, ich sterbe."

So klar waren Sie bei Verstand?

Ich wusste nicht, wo ich hingehe, aber ich spürte, dass es kein Zurück geben würde. Ich wollte auf keinen Fall mit. Ich wollte meine Familie nicht verlassen.

Ihre beiden Töchter sind erst vier und sieben Jahre alt.

Ich bin spät im Leben Vater geworden. Die beiden wollte ich nicht verlassen. Wäre ich einsam gewesen und mein Vater hätte gesagt: Du kannst mit mir kommen und musst dich nicht durch die nächsten Jahre quälen – dann wäre ich vielleicht seiner Einladung gefolgt. Es passierte instinktiv, ich wollte leben. Dabei war der Plan eigentlich, dass ich an diesem Tag hätte sterben sollen.

Nach etlichen Versuchen, die Ader zu schließen, und zehn Bluttransfusionen gelang es den Ärzten doch noch, die Blutung zu stoppen. Wie fühlt sich das an, wenn man überlebt hat? Viele haben gesagt: "Wow, du bist am Leben, das musst du feiern." Aber es ist sicher nicht die Art von Party, die man erwartet.

Warum nicht?

Für mich war es so, wie von der Polizei verhaftet und dem Tod vorgestellt zu werden: "Meet and greet" mit dem Tod, toll. Hier, merk dir diesen Typen, du wirst bald Gelegenheit haben, ihn besser kennenzulernen. Die Rückkehr ins Leben heißt für mich, zu vergessen, dass wir alle sterben werden und dass es in jedem beliebigen Moment passieren kann. Nur so kann ich noch ein normales Leben führen. Und das ist weit entfernt vom Partyfeiern.

Sie waren nie ein religiöser Mensch. Glauben Sie nach dem, was Sie erlebt haben, an Gott?

Nein. Ich habe ja auch nicht Gott gesehen, sondern meinen Vater.

Glauben Sie an ein Leben nach dem Tod?

Was bedeutet das? Ich mag die Formulierung überhaupt nicht. Das ist nur die Projektion von menschlichen Hoffnungen. Viele denken sich: Natürlich gibt es das, und es wird wie vorher sein, nur an einem anderen Ort. Wir treffen uns wieder, liegen in Hängematten und schlürfen Daiquiris.

Sie halten das für einen Irrglauben?

Was wäre dann der Sinn von Sterben? Wenn sich eigentlich nichts ändert? Wir haben nur das Hier und Jetzt sicher. Vielleicht gibt es aber eine Nach-Tod-Existenz, was ich für das viel bessere Wort halte.

Als Autor und Journalist sind Sie für Ihre genaue Recherche berühmt. Nach Ihrem Beinahtod haben Sie erforscht, was Ihnen da widerfahren ist. Wie lässt sich das Erscheinen Ihres Vaters erklären?

Er war Quantenphysiker, und vielleicht gibt es auf der Quantenebene eine individuelle Fortsetzung, die sich mit physikalischen Worten beschreiben lässt. Aber die Wahrheit ist: Auch ich weiß es nicht. So wie wir nicht richtig verstanden haben, warum es am Anfang des Universums den Big Bang gab.

Was hat das mit dem Tod und dem Leben danach zu tun?

Wir können mit all unserem Wissen heute nicht den Anfang erklären. Und damit ist die Chance groß, dass wir auch das Ende nicht verstehen. Es kann sein, dass wir nicht wissen, was nach dem Tod passiert, weil nichts passiert. Es könnte sogar auch sein, dass es einen Gott gibt, der aber denkt, wir brauchen kein Leben nach dem Tod. Und mit dem Sterben ist es einfach vorbei.

Sie haben sich trotzdem intensiv mit Berichten über Nahtoderlebnisse beschäftigt. Warum?



Ich wollte ein Erlebnis erklären, das mich ratlos zurückgelassen hat. Wie kann es sein, dass mir mein Vater erscheint, obwohl ich gar nicht weiß, dass ich sterbe? Also habe ich weiter recherchiert.

Was haben Sie entdeckt?

Die Berichte über Nahtoderlebnisse sind umfangreich und über alle Kulturen sowie Jahrhunderte überraschend einheitlich. Viele erzählen davon, dass sie über ihrem Körper schweben, sich wegbewegen, verstorbene Verwandte sehen – und dann wieder erwachen. Die Berichte sind so ähnlich, dass ich nicht glauben kann, dass sie alle ausgedacht sind.

Ich wäre als Kind nach einer schweren Lungenverletzung auch fast gestorben und erinnere mich, dass ich das Gefühl hatte, eine seltsame Person würde an meinem Bett stehen, um mich abzuholen.

Aus den Berichten ist klar: Nur Menschen, die wirklich dabei sind zu sterben, treffen die Toten. So wie Sie und ich. Das haben mir auch viele Krankenschwestern aus Hospizen erzählt, dass Sterbende in den letzten Momenten des Lebens mit ihren verstorbenen Verwandten interagieren. Warum sehen alle das Gleiche? Ich finde es interessant, dass die Toten den Sterbenden so früh erscheinen. Es ist, als wären sie zu früh zu einer Verabredung gekommen und würden da sitzen und warten. Sie haben ja alle Zeit der Welt.

Wie hätte Ihr Vater, der Quantenphysiker, erklärt, was Sie erlebt haben?

Er war auch Agnostiker. Er hätte wohl gesagt: Du kannst Ayahuasca, eine psychedelische Droge, nehmen oder fast sterben, du

wirst dasselbe erleben. Es ist dein Gehirn, das verrückte menschliche Sachen macht. Er wäre davon überzeugt gewesen, dass meine Erlebnisse eine physikalische Erklärung haben. Für ihn gab es für alles eine Erklärung.

Teilen Sie nach Ihren Erlebnissen und Recherchen diese Sicht?

Ich glaube, wenn wir die Realität, unser Leben, unser Sterben und das Universum komplett verstehen würden, könnte uns das zerstören. Sogar berühmte Forscher, die auf Quantenebene gearbeitet haben, sind über ihre Entdeckungen manchmal erschrocken. Weil sie das Gefühl hatten, sie seien zu weit gegangen.

An wen denken Sie?

Albert Einstein zum Beispiel, als entdeckt wurde, dass bei Photonen zwei Teilchen sonderbar verbunden sind und wie durch Zauberkraft zusammenhängen.

Photonen sind Elementarteilchen, die kleinsten Energieeinheiten des Lichts.

Verändert man den Zustand des einen, ändert sich augenblicklich auch der des anderen. Und das sogar, wenn sie Tausende Kilometer weit voneinander entfernt sind. Genauso unerklärlich: Photonen verändern ihr Verhalten, wenn man sie beobachtet.

Was meinen Sie damit?

Wenn Photonen auf zwei Schlitze geschossen werden, nimmt normalerweise jedes einen eigenen, um durchzuschlüpfen. Werden sie dabei von einem Photonen-Detektor vermessen, gehen sie aber scheinbar gemeinsam durch einen Schlitz. Selbst Einstein war darüber – wie fast alle, die daran geforscht haben – sehr erschrocken.

Weil sie etwas Verbotenes beobachteten? Ich glaube, sie fürchteten, in welche Bereiche sie gerade vordringen.

Ihnen scheint es ähnlich zu gehen.

Es kann sein, dass das Geheimnis der wesentliche Bestandteil unseres Daseins ist. Wenn wir jedes Detail über unsere Existenz wüssten, würde vielleicht alles zusammenbrechen. Das kann unser Sündenfall sein, wie im Garten Eden. Das Wissen, was genau passiert, wenn wir sterben, ist unser Apfel. Lassen wir uns verlocken, ergeht es uns wie Adam und Eva. Ich glaube nicht, dass wir das wollen.

Haben Sie das Gefühl, heute mit geliehener Zeit zu leben?

Es fühlt sich zerbrechlich an. Wie gesagt, ich hätte an diesem Tag mit 58 Jahren sterben sollen. Wer weiß, vielleicht ist es bald zu Ende. Als mein Freund Tim Hetherington vor 13 Jahren starb, verstand ich zum ersten Mal, mit welcher Leichtigkeit aus einem denkenden Menschen Staub wird (jetzt weint Junger).

Tim Hetherington war ein britischer Journalist, er wurde in Libyen während seiner Arbeit von einem Granatgeschoss getötet. Ich hätte mit ihm unterwegs sein sollen, hatte aber kurz vorher abgesagt. Ich habe mich für Tims Tod verantwortlich gemacht, so als hätte ich ihn betrogen. Ich habe überlebt, er ist gestorben. Natürlich habe ich viel über seine letzten Momente nachgedacht. Wurde er auch in das schwarze Loch gezogen? Mich lässt seitdem ein Gedanke nicht mehr los: Wenn ich lebe, muss ein anderer sterben.

Wie gehen Sie damit um?

Ich litt lange an einer schweren Depression. Ich hatte das Gefühl, der Tod ist mein neues Haustier, das mich überall hinbegleitet. Oder besser noch: Dass ich sein Haustier bin und er mein Herrchen, das still neben mir steht und mich beobachtet. Ich habe eine Therapie gemacht. Auch das Buch ist der Versuch, die Sache sachlich zu verarbeiten.

Wie gut gelingt Ihnen das heute?

Es ist okay. Aber kürzlich, als ich im Flieger nach London saß, hatte ich eine Panikattacke. Ich schaute auf die Flugroute, wir waren über dem Atlantik. Da schoss mir in den Kopf: "Wenn jetzt ein Aneurysma platzt, kann dich niemand retten."

Sie fürchten sich immer noch vor dem Tod? Nicht vorm Sterben, aber davor, aus dieser Welt zu verschwinden. Ich gehe heute nicht mal mehr bei Rot über eine Ampel. Der Tod hat einen stinkenden und faulen Geruch – und er atmet mir ständig über die Schulter. Danke für das Gespräch, Herr Junger. * ie Deutschen leeren pro Jahr statistisch 2,6 Milliarden Flaschen Wein der Größe 0,75 Liter. Genießern mag jedes Gläschen gute Laune bescheren, der Natur aber ist es nicht unbedingt zuträglich. Denn merkwürdigerweise gibt es für Weinflaschen keine Mehrwegpflicht. Neuwertige Buddeln landen nach Gebrauch im Hausmüll. Oder bestenfalls im Altglascontainer, was Nachbarn regelmäßig die Nerven raubt.

Die weißen, grünen, roten und braunen Pullen werden als Glasschrott abtransportiert, eingeschmolzen und weitgehend wiederverwertet – das ist die gute Nachricht. Die schlechte: Diese Form der Wiederverwertung frisst immense Mengen Energie. Kann man also seinen Riesling oder Bordeaux in Zeiten des Klimawandels nicht mehr ohne Reue genießen?

Zweifelsfrei sind Einwegflaschen ökologisch ein Luxus. Laut einer Studie der Klimaschutzexpertin Helena Ponstein aus dem Weinort Boppard sind 0,75-Liter-Weinflaschen im Durchschnitt 530 Gramm schwer, ihre Herstellung verursacht etwa 390 Gramm $\rm CO_2$. Bei nur fünf Nutzungszyklen und einem Verbleib der Flasche in der Region würden laut Ponstein nur noch 93 Gramm $\rm CO_2$ anfallen. Nach Angaben des Umweltbundesamts ließen sich Mehrwegflaschen sogar bis zu 50 Mal befüllen.

Trotz aller Vorteile gibt es kaum Fortschritte in Richtung eines Wein-Mehrwegsystems. Vor allem der Handel bremst. Die Deutsche Umwelthilfe (DUH) fordert eine gesetzliche Quote von 70 Prozent ab 2030 – doch gerade erst ist in der EU der Versuch gescheitert, auch nur zehn Prozent vorzuschreiben. Die Wein-Lobby argumentiert, es existierten zu viele Flaschenformen, zu viele Importe und die Logistik sei schwierig,

weil Wein nur einmal im Jahr in meist kleinen Chargen abgefüllt werde. Tatsächlich kursieren sechs Grundformen, von der Bordeaux-Flasche bis zum Bocksbeutel, aus denen die Winzer nach Schätzung des Deutschen Weininstituts rund 100 Varianten kreiert haben. Al-

lerdings: In etwa so viele unterschiedliche Typen gibt es auch im Biermarkt, und hier funktioniert Mehrweg seit rund 100 Jahren.

Elena Schägg, DUH-Expertin für Kreislaufwirtschaft, lässt auch das Import-Argu-



Leer gut?

Weinflaschen unterliegen keiner Mehrwegpflicht. Kritiker sagen: Eine Umweltsünde! Es ginge tatsächlich klimafreundlicher

ment nicht gelten: "Man könnte Wein aus dem Ausland in Edelstahlcontainern einführen und hier abfüllen." Keine große Sache sei das, da er überwiegend aus Europa stamme. Und das Argument, die Flaschenform sei Teil des Genusses? "Auf eine Marketingstudie, die das belegt, warten wir seit Jahren!" Neueinführungen wie Fritz-Kola oder Bionade hätten auch in Standardflaschen große Karrieren gemacht.

Und doch können Weintrinker schon jetzt etwas fürs Klima tun. In der Schweiz sorgt der Weinhändler Kümin aus Freienbach schon seit 1902 für eine Kreislaufwirtschaft, indem er Leergut zurücknimmt und dafür Boni zahlt. "Der nachhaltige Umgang mit

Ressourcen jeglicher Art war uns immer sehr wichtig", sagt Marketingmanager Jérôme Galli. Anfangs gab es fünf Rappen pro Flasche, heute schlägt Kümin 30 Rappen (etwa 31 Cent) auf, die bei Rückgabe erstattet werden. 70 Prozent der Kunden bringen ihr Leergut zurück. Umweltertrag? "Wir gehen davon aus, dass im Vergleich zur herkömmlichen Rezyklierung circa 80 Prozent Energie eingespart wird." Kosten? "Momentan halten sich die Aufwendungen des Mehrwegsystems und der Neupreis einer Flasche in etwa die Waage."

In Deutschland agieren manche Winzer ähnlich, Mehr noch: In Baden-Württemberg haben zehn Winzer, die fünf Prozent der deutschen Rebflächen repräsentieren, 2023 die Wein-Mehrweg eG gegründet. Sie wollen ein Mehrweg-Pool- und -Pfandsystem für 0,75-Liter-Weinflaschen im Sechserkasten etablieren. Und das Bio-Weingut Galler aus Kirchheim an der Weinstraße bietet Weißweine in 0,5-Liter-Mehrweg-Bierflaschen an. Löbliche Ansätze, die bisher aber regional begrenzt sind und laut DUH nur rund fünf Prozent des Gesamtmarkts ausmachen. Und damit Prost, es geht noch was!¥ Rolf-Herbert Peters

Welche Ökobilanz sollen wir für Sie aufstellen? Schreiben Sie uns: oekobilanz@ stern.de

DIE DIAGNOSE



Qualvoller Sport

Ein Mann leidet beim Joggen immer wieder unter Hautschwellungen. Was hat das mit seinen Essgewohnheiten zu tun?

Die Diagnose gibt es auch zum Hören: Den gleichnamigen Podcast mit stern-Redakteurin Dr. Anika Geisler können Sie alle zwei Wochen kostenlos über die App RTL+ Musik hören oder überall dort, wo es Podcasts gibt



ls der junge Mann in der Sprechstunde vor mir saß, erzählte er seine Geschichte: Er hatte bereits mehrmals die Notaufnahme aufgesucht, nachdem er beim Joggen Quaddeln auf der Haut entwickelt hatte. Ein Jahr zuvor hatte er mit dem Laufen begonnen, und seitdem waren diese Vorfälle aufgetreten. Trotzdem wollte er weiterhin joggen, um abzunehmen und fitter zu werden. Deshalb hatte er vorsorglich seine Laufstrecke entlang einiger Krankenhäuser gelegt. Der letzte Vorfall passierte vor etwa

sechs Wochen. Wieder schwoll seine Haut an, aber dieses Mal bekam er zusätzlich Herzrasen und Atemnot. Die Ärztinnen und Ärzte vermuteten einen allergischen Schock und behandelten den Patienten mit Prednisolon sowie einem Antihistaminikum und Flüssigkeit. Er musste einige Stunden auf der Überwachungsstation bleiben. Das Notfallteam kam zu dem Schluss, dass der

Mann wahrscheinlich allergisch auf Insekten reagierte, obwohl er keinen Stich oder Biss gespürt hatte. Er wurde zu einem niedergelassenen Allergologen überwiesen, um den Fall weiter abzuklären. Der Arzt untersuchte das Blut auf Anzeichen einer Wespen- und Bienengiftallergie, aber das Ergebnis war unauffällig. Er führte auch einen Allergietest durch, um festzustellen, ob der Mann auf Pollen, Hausstaubmilben und Tierhaare allergisch war – keine Besonderheiten. Daraufhin hatte der Kollege den Patienten zu mir geschickt.

Ich fragte mich, was die allergischen Symptome auslösen könnte. War der Mann an bestimmten Büschen oder Bäumen vorbeigekommen? Hatte er Tiere gestreichelt? Nahm er Medikamente ein, insbesondere Schmerz- oder Fiebermittel? Er verneinte meine Fragen. Ich bat ihn, mir seine Laufgewohnheiten noch einmal genau zu schildern. Er erzählte, dass er vor dem Joggen normalerweise zwei Scheiben Toastbrot mit Schinken und Käse esse und dazu einen halben Liter Milch trinke. Aber das Essen könne nicht die Ursache sein, da er sonst oft auch das Gleiche aß, ohne dass diese heftigen körperlichen Reaktionen auftraten.

Während er das sagte, hatte ich sofort eine Idee: Ich vermutete, dass er an einer seltenen, aber schweren Nahrungsmittelallergie namens Weizenabhängige anstrengungsinduzierte Anaphylaxie (WDEIA) litt. Menschen, die davon betroffen sind, vertragen weizenhaltige Nahrungsmittel wie Brötchen, Pizza, Nudeln und Spätzle allein gut; doch sobald sie sich körperlich anstrengen, reagieren sie allergisch. Tatsächlich fanden sich im Blut des Patienten Antikörper gegen Omega-5-Gliadin, ein Eiweiß, das im Weizen vorkommt und von WDEIA-Betroffenen nicht vertragen wird. Wie heftig jemand reagiert, kann davon abhängig sein, wie viel Weizen die Person gegessen hat und wie sehr sie sich körperlich anstrengt. Wir wissen, dass auch

Schmerzmittel, Alkohol und akute Infektionen die Symptome begünstigen können. Die Beschwerden treten meist innerhalb von zwei Stunden auf. Es wird vermutet, dass durch die körperliche Aktivität die Darmwand durchlässiger wird, wodurch wiederum Weizenproteine leichter in den Blutkreislauf aufgenommen werden. Der Körper einer allergischen Person setzt Botenstoffe wie Histamin frei. Sie verursachen die typischen Beschwerden: juckende Quaddeln, Atemnot, Herz-Kreislauf- oder Magen-Darm-Beschwerden bis hin zur Bewusstlosigkeit.

Ich empfahl dem Patienten, am besten komplett auf alle weizenhaltigen Lebensmittel zu verzichten, da man nie wissen kann, ob

man nicht doch einmal dem Bus hinterherlaufen muss. Für den Fall, dass er trotz aller Vorsichtsmaßnahmen wieder einen allergischen Schock erleiden sollte, gab ich ihm ein Notfallset mit und erklärte ihm, wie er damit umgehen solle. Als ich ihn einige Wochen später zur Kontrolle wiedertraf, war kein neuer Zwischenfall aufgetreten. ⊁



Diese Woche:
Dr. Dorothea
Wieczorek,
Oberärztin, Klinik
für Dermatologie,
Allergologie und
Venerologie,
Medizinische Hochschule Hannover

Jetzt Tickets sichern: 19.10.24 in Hamburg

Style Day - Feel beautiful!

Das wird der schönste Tag im Jahr! BRIGITTE, COUCH und GALA laden zum großen Lifestyle-Event ein:

- · Inspiration pur: Exklusive Einblicke in die neuesten Beauty-, Fashion- und Living-Trends
- · Workshops & Talks: Über 15 spannende Formate mit Stargästen wie Judith Williams oder Dejan Garz
- · Blick hinter die Kulissen: Besuche die Redaktionsräume von BRIGITTE, COUCH & GALA und lerne uns persönlich kennen
- · Geballtes Expertenwissen: Zahlreiche Profis beraten dich, teilen ihr Wissen und ihre Lifehacks
- · Vorweihnachtliches Shopping: Stöbere durch ausgewählte Einkaufsmöglichkeiten unserer Partner
- · Goodie-Bag als Erinnerung: Nimm eine prall gefüllte Tasche voller Überraschungen mit nach Hause





Live vor Ort: Dejan Garz Top-Hairstylist



Judith Williams **Beauty Expert** und Founder

Wir freuen uns auf Dich!

Tickets und Infos unter: brigitte.de/ styleday





























ES SIEHT SO EINFACH AUS. UND LÄSST EINEN DOCH VERZWEIFELN

Generationenübergreifende Spielfreude: In Probsteierhagen stellt sich Inge Walczak dem Minigolf-Wettstreit mit ihrer Enkelin Orla

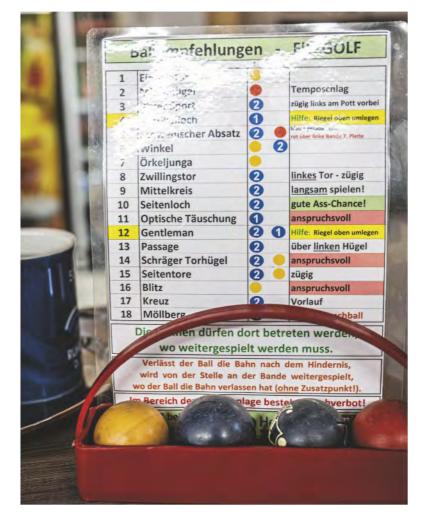




Offen für alle: die Miniaturgolfanlage des Restaurations-Betriebs "Irrgarten" in Probsteierhagen bei Kiel. Das namensgebende Heckenlabyrinth wächst gleich nebenan

Der Vorstand des Traditionsklubs Rot-Weiß Wanne-Eickel gebietet über eine meisterschaftserprobte Anlage mit Beton-, Eternit- und Filzbahnen. Laminierte Taktikempfehlungen und passende Bälle gibt es dazu (u.)





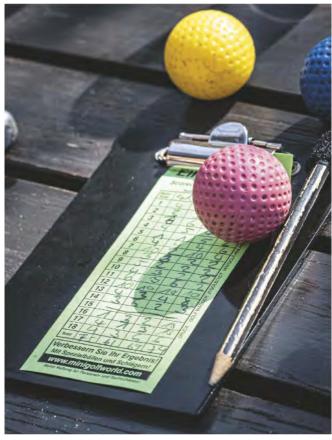






Geselligkeit liegt in der DNA des Sports und gehört für die meisten Anlagen zum Geschäft. Deshalb wird man dort fast überall gut bewirtet

Sechs Schläge pro
Bahn dürfen es beim
Miniaturgolf sein.
Reichen die nicht,
setzt es einen
Strafpunkt obendrauf: 126 Punkte
wären also die
maximale Niederlage, 18 Punkte der
totale Triumph

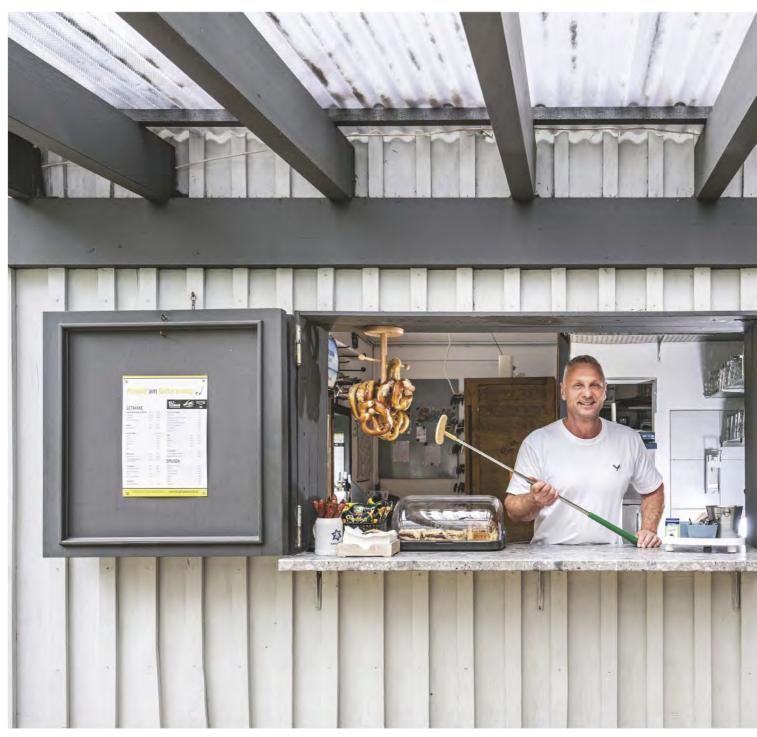




GROSSE KUNST, BAHNEN ZU LESEN

DIESE

Orla gegen das Labyrinth, Bahn 11 der internationalen "Normungsbestimmungen für Miniaturgolf". Optimal ist der in dieser Ansicht zweite Eingang von links





Familie Börger aus dem hessischen Willingen, hier Sohn Timo beim Putten, bietet zusätzlich 3-D-Schwarzlichtminigolf als Indoorspaß an

Steinerner Rivale: Ein frei gestaltetes Hindernis stellt sich diesem Abenteuergolfer auf der Anlage am Gelterswoog entgegen



Brezeln zu zwei Euro, Schläger, Ball und ab dafür! Inhaber Peter Wirrer empfängt höchstpersönlich zum Minigolf am Gelterswoog, einem Naherholungssee bei Kaiserslautern



Es ist just diese enorme Breite des Minigolfs, die es so sympathisch macht. Es empfängt mit solch offenen Armen, als wollte es ein krasses Gegenbild zu seinem zwangsneurotisch elitären Namenspaten sein und dieser Welt der Platzreifeprüfungen, Greenfees und kokett karierten Hosen des Golfsports demonstrativ trotzen. Das Quasi-Grundgesetz beim Hamburger "Minigolf im Stadtpark" etwa besagt: "Die Anlage, wenn sie geöffnet ist, soll für jedermann (außer für Junggesellenabschiede) geöffnet sein."

Konzentration und einem Spezialsortiment sorgsam gehegter Bälle an einem guten Tag

mit 18 Assen bezwingen würde.



ie Heim-Europameisterschaft war verspielt, der Zorn über sogenannte "Hand-Spanier" und englische Schiedsrichter langsam verraucht. Alltagsödnis sickerte zurück ins Leben. Es regnete. Wenn die Dinge so liegen, sollte der Mensch danach trachten, aktiv frischen Mut zu schöpfen, sagt die positive Psychologie. Es ist Sommer, sagt der Kalender. Zeit also, Zuflucht bei einer saisonge-



Auch im brandenburgischen Wasserpark "Tropical Islands", der größten freitragenden Halle der Welt, wird bei ganzjährig konstant temperierten 26 Grad Minigolf angeboten

KÖNNER WÄRMEN IHRE BÄLLE VOR

Derart allerorten ist das Einlochen für alle, dass ein 49-Euro-Ticket fast an jedem Ort garantiert, in unter einer Stunde einen Minigolfplatz zu erreichen. Die Versorgung in der Fläche, hier funktioniert sie noch.

om Berliner Hauptbahnhof aus braucht man acht ÖPNV-Minuten ans Loch, 14 sind es vom Kölner Dom. Helgoland, Deutschlands einziges Hochseeeiland, hat zwei Plätze, je Teilinsel einen. Am Dreiländereck Belgien-Niederlande-Deutschland bei Aachen trennen den Wanderer vier Marschkilometer von einer ersten 18-Bahnen-Runde auf Bundesboden. Quer durch das Land variiert die Dichte des Angebots, nirgends fehlt es ganz. Wer will, kann am Berzdorfer See südlich von Görlitz eine letzte inländische Runde spielen, drei Kilometer Luftlinie vor Polens Westgrenze.

Am Tag bevor Spanien die EM-Trophäe erringen wird, lässt sich die labend-beruhigende Bahnengolfkultur in Willingen erleben – einen Tick theoretischer vielleicht als gewöhnlich, weil hörbar gerade Harley-Davidson-Treffen ist: Der Ort gilt als bedeutendste Fremdenverkehrsgemeinde auf der hessischen Seite des Sauerlandes, im Waldecker Land. Nicht nur Lärmkontrollen an Motorrädern, sondern auch touristische Marketingaktivitäten werden aber einträchtig über die kurze Distanz zu Nordrhein-Westfalen hinweg gepflegt. Das stärkt die Allianz von Minigolf und Touristik, die ja längst auch die Sportdecks der Kreuzfahrtschiffe erobert hat. Ihr Geschäftsgeschick bescherte Willingen, 6285 Hauptwohnsitzler, im vergangenen Jahr 1042536 Übernachtungen. Die Minigolfplatzdichte pro Einwohner ist mit drei Anlagen 74-mal so hoch wie in Berlin (25 Anlagen).

Wer die Willinger Familie Börger besucht, erblickt die Früchte klugen Wirtschaftens schon von der Straße ins Tal: Seit zwölf Jahren haben Monika und Michael Börger dort den gemeindeeigenen Abenteuergolfplatz gepachtet. Er liegt direkt am Viadukt, dem Wahrzeichen des Ortes.

Netzfund: stern-Autor Christoph Koch durfte beim Bundesligisten Niendorfer MC in Hamburg trainieren – mit Profischläger, ausgewählten Bällen und meisterlicher Instruktion



Die roten Regionalzüge der Uplandbahn (49-Euro-konform) passieren ihn im Taktverkehr. Navigerecht ist man in der Straße "Am Golfplatz" ansässig, was als Indiz für meisterliches Regionalmarketing gelten darf. Die Börgers haben ihre Spielstätte zunächst von 16 Löchern - eine für Minigolfplätze höchst untypische Zahl - auf 18 Löcher erweitert. Die ohnehin sehr grünen Flächen rüstete man 2014 mit robustem Kunstrasen für Bahnen und Wege nach. Die Saison beginnt im April, in den Ferien ist ohne Ruhetag geöffnet. "Meistens ist im Oktober Schluss", sagt Michael Börger. Seine Heimat liegt mehr als 550 Meter über Meeresniveau, "aber wir haben auch schon mal das Glück gehabt, bis November spielen zu können". Und seit nicht allzu langer Zeit auch in einer künstlerisch ausgestalteten, ganzjährig geöffneten 3-D-Minigolf-Hallenanlage mit Schwarzlicht-Effekten, in der das junge Funsportpendant des Minigolfs das Familienunternehmen durch die Wintersaison trägt.

An diesem Juli-Samstag jedenfalls zeigt sich das Berglandwetter von seiner wärmsten Seite. Familie Lambie und ihre Freunde, die Paulissens, demonstrieren als gemischtes niederländisches Team, worauf es ankommt in dem Spiel aufs Loch und gegen die Hindernisse. Der Reporter dieser Zeilen wiederum erhält erste Gelegenheit zur Selbsterprobung und Blamage. Und Michael Börger erklärt, was es zu vermeiden gilt: Hast und Unrast. Eineinhalb Stunden ruhiges Voranschreiten, überlegte Schläge und Gelassenheit seien das patente Rezept.

inigolf unter blauem Himmel zählt seit Generationen zu den Klassikern des deutschen Sommers, wie Freibad, Eisdiele und Abendluft mit Grillaroma. "Abenteuergolf", wie man es bei den Börgers spielt, ist seine jüngste Form, bei der die Eigner in der Ausgestaltung des Parcours frei sind: Ihre Bahnen dürfen bis zu 40 Meter lang und müssen mindestens 50 Zentimeter breit sein. Ein Zwergviadukt im Schatten des Originals wurde in eine Willinger Bahn integriert. Die 28 genormten Bahnen des hierzulande bekanntesten Minigolfsystems hingegen, dem "Miniaturgolf" auf Faserzementplatten mit Metallbande, messen immer 6,25 mal 0,90 Meter. Platzbauer dürfen 18 Bahnen aus dem Katalog wählen und in beliebiger Reihenfolge arrangieren.

Auf ihnen lernt sich leichtens, warum die zweite Natur des Sommerspaßes die eines ambitionierten Leistungssportes ist: Wer in der Altersklasse 40 bis 59 Jahre die normkonforme Miniaturgolfanlage mit bis zu 51 (Damen) beziehungsweise 48 Schlägen (Herren) bewältigt, erwirbt das Minigolf-Leistungsabzeichen in Gold – und erfüllt so zugleich die Kategorie "Koordination" des Deutschen Sportabzeichens.

Sven Basse, Vorsitzender des "Niendorfer MC von 1963", empfängt zu einer Instruktionsrunde auf dem Vereinsplatz nahe dem Hamburger Flughafen. Der Klub spielt als einziger der Elbmetropole in der 1. Bundesliga des Minigolfs, gerade ist seine Equipe wegen Wettkampfs verreist. Basse selbst spielte 15 Jahre auf höchstem Niveau, von einem Tag auf den anderen schaltete er als junger Mann vom erfolgreichen Fußballer zum Minigolfer um, weil er sich dort größere Erfolgschancen versprach. Sein Vater zweifelte. Der Sohn behielt recht.

Er zeigt uns, was zu wirklicher Beherrschung der Bahnen unabdingbar ist: Konzentration. Die Kunst, die Bahn zu lesen, zu verstehen, wie der Ball abprallt – "bandet", sagt Basse –, wie er, nicht zu fest, geschla-

gen, zuweilen auch kunstvoll angeschnitten sein will. Dem Ball selbst wohnt dabei ein Erfolgsgeheimnis inne, man muss es nur zu lüften wissen. Könner, auch Basse, wissen derer viele: Sie wählen die Kugeln gezielt, wärmen sie vor, kennen Sprungverhalten, Rauigkeit und Gewicht und kaufen sie von spezialisierten Kleinproduzenten. Champions dürfen eigene Bälle kreieren, die fortan ihren Namen tragen.

Was abgefahren klingt, erweist sich beim Anfassen als naturgesetzlich: Der Unterschied, den ein von Basse bahngerecht gewählter Ball gegenüber dem Standardangebot der Publikumsplätze ausmacht, ist immens. Das Wunderjahr des deutschen Minigolfs etwa, 2015, als unsere Auswahl bei der WM im finnischen Lahti als erste Nationalmannschaft überhaupt alle sechs möglichen Goldmedaillen errang, wäre ohne Perfektion in der angewandten Ballkunde nicht möglich gewesen. Die Anlage in Hamburg-Niendorf steht allen offen, auch Topvereine müssen sich selbst tragen. Die Aktiven selbst investieren oft erheblich in ihren Sport. Nicht nur Zeit.

Während die Popularität des Sommervergnügens dem Augenschein nach als gesichert gelten kann, leidet der Leistungssport, wie in vielen athletischen Disziplinen, unter massiver Nachwuchsnot. Ein Gegenmittel könnte ein weiterer Sven in Händen halten: Sven Stamm. "Zven", so sein Name im Netz und als DJ, hat sich als Minigolf-Influencer etabliert, auf Instagram, Tiktok und Youtube zeigt er, was geht, wenn es abgeht an den 18 Bahnen.

Zvens Kernzielgruppe: zwischen 26 und 35 Jahre alt, diesem Altersband gehört er selbst an. Als Jugendlicher aus minigolfaffiner Familie im Bergischen Land hat er im Verein gespielt, ehe der Eifer nachließ. Später, da war Zven bereits Start-up-Mitbegründer und regelmäßiger Aufleger in Klubs, entdeckte er den Sport wieder und fasst ihn seitdem in Filme, Bilder, Reels. Eigene Ballsets unter seinem Namen gibt es schon, kein Merchandise, sondern ernsthaftes Spielmaterial. Er sagt: "Du hast mehr Spaß an den Dingen, wenn du sie kannst." Anders als Geräteturnen oder Stabhochsprung (Pardon, liebe Fans) aber zahlt Minigolf einen Spaß-Vorschuss vom allerersten Schlag an.¥



Christoph Koch (I.) bekennt, dass er bis zum Minigolf-Leistungsabzeichen in Gold noch üben muss. **Achim Multhaupt**

verlieh der Strecke ihre fotografische Form. Beide lieben die Bodenständigkeit des Volkssports

ILLUSTRATION: LENNART GÄBEL/STERN; FOTO: GENE GLOVER/STEF

MARINIĆ



Bella frisura

Geriet sich die Familie unserer Kolumnistin früher in die Haare, war dies ein Ausdruck von Liebe. Dieses Gefühl hat sie sich bis heute bewahrt

unge Menschen, das sind die, deren Haare noch weich sind – diesen Satz las ich mal im Netz, und er kommt mir immer wieder in den Sinn. Natürlich fuhr ich mir gleich durchs Haar, weich sind sie, grau nicht, bin ich also ein junger Mensch? Eine Freundin war schon mit 20 grau, manche ihrer Haare sahen aus wie Eisendraht.

Warum sind Haare bei Frauen überhaupt so wichtig? Männer zahlten lange unter zehn Euro für einen Schnitt. Frauen hingegen könnten bei Friseurbesuchen Geld in Höhe eines Minijobs lassen. Als Verena Altenberger in ihrer Rolle der Buhlschaft im Salzburger "Jedermann" mit Kurzhaar auftrat, war die Empörung groß, als sei eine Schauspielerin, die als Verführerin auftreten will, verpflichtet zu wallendem Haar. Dabei hatte sich schon zu Zeiten von Marlene Dietrich der Bob durchgesetzt.

Ich will aber gar nicht feministisch über Haare reden und wiederholen, dass Frauen in allen Facetten schön sein können, weil das eh klar sein sollte. Ich will über Haare erzählen und wie sie, seit ich ein Mädchen war, Nähe zu anderen Frauen und Menschen geschaffen haben. Meine Haare wurden mir als Kind oft von den Müttern in meiner Großfamilie und deren willigen Freundinnen

geschnitten. Jede, die eine ruhige Hand hatte, durfte die Schere anlegen. Diese und den Friseurkittel hatten sie besorgt, als wären sie Profis. An Wochenenden gab es Fließbandhaarschneidetreffen. Meistens sahen wir danach aus wie Prinz Eisenherz, ob Jungs oder Mädchen.

Als Teenager ließ ich mir die Haare lang wachsen. Wenn wir abends bei den südländischen Nachbarinnen im Haus saßen, machten sie mir einen französischen Zopf: Flechten vom Scheitel an. Sie brachten mir bei, mir den Zopf selbst zu flechten, Arme nach hinten werfen, Haare in drei Stränge teilen und los! Einen Sommer in Kroatien lang erzählte mir meine Cousine, die in einem kleinen Laden in der Altstadt arbeitete, wie morgens eines der Roma-Mädchen aus der Straße zu ihr kam, um sich mit dem Wasserschlauch von ihr die Haare waschen zu lassen. Das Mädchen hatte lange Haare bis zum unteren Rücken, vermutlich hatte die Familie keine Dusche. Meine Cousine schien dieses schweigsame Ritual mit dem fremden Mädchen zu lieben.

Kürzlich starb die französische Schauspielerin Anouk Aimeé, die meist zart wirkte. Wenn sie ihre Haare streng nach hinten trug, dachte man: eine Frau, so mächtig wie Cleopatra. Catherine Deneuve ist die einzige geborene Brünette, die erst als Blondine wirklich die wurde, die sie für mich ist. Wie kommt es zu den Frisuren, die uns prägen? Welche Bilder sehen wir, wer sieht uns? Friseure blicken in manche Frauen intimer hinein, als es ihre Nächsten tun. Kein Zufall, dass in dem Roman "Americanah" von Chimamanda Ngozi Adichie Friseurgespräche eine zentrale Rolle spielen. Schwarze Frauen und Haare, seit Lisa Bonet bei Bill Cosby und den Huxtables weiß jede, wie viel von sich man mit Haaren ausdrücken kann. Wer war damals schon so cool wie Lisa Bonet? Und wer hat nicht sofort ein Bild von Lenny Kravitz vor Augen? Ich dachte sogar, sie müssen sich ihrer Haare wegen ineinander verliebt haben. Zumindest sah man es beiden an der Frisur an, dass sie sich lieben könnten.

Man sollte jeden Sommer mit einem neuen Haarschnitt beginnen. Mindestens einmal sollte man so vom Friseur kommen, dass einen die anderen kaum wiedererkennen. Es gäbe noch vieles zu sagen über das Spiel mit den Haaren. Doch eine Kolumnistin muss auch mal ins Meer statt in Texte steigen. Schönen Sommer Ihnen! ⊁

Jagoda Marinić freut sich, von Ihnen zu hören. Schicken Sie ihr eine E-Mail an marinic@stern.de







Mit dem Ziel, die Jesiden auszulöschen, überfiel die Terrororganisation Islamischer Staat im Sommer 2014 Sindschar im Nordirak - die Heimatregion der ethnischreligiösen Gemeinschaft. Bis 2017 ermordeten die Terroristen Tausende Jesiden, rekrutierten Kindersoldaten, entführten Frauen und machten sie zu Sexsklaven. Eine gezielte Strategie in dem Völkermord: Eigentlich werden Frauen aus der Gemeinschaft verstoßen, die sexuellen Kontakt mit Nichtjesiden hatten. Mehr als 1000 von ihnen bleiben bis heute gefangen. In Deutschland leben Schätzungen zufolge knapp 200 000 Jesidinnen und Jesiden – die größte Gemeinde außerhalb des Irak.

Zum Symbol des Völkermords wurde das Massaker von Kocho. Nadia Murad, damals 21 Jahre alt, verlor dabei Dutzende Angehörige und wurde selbst als Sklavin verkauft und missbraucht, ehe sie aus der Gefangenschaft entkam. "Nadia hat sich keine der Rollen aufzwingen lassen, die ihr das Leben zugedacht hat: Vergewaltigungsopfer. Sklave. Flüchtling. Stattdessen hat sie sich neue gesucht: Überlebende. Anführerin der Jesiden. Anwältin der Frauen." So beschreibt die Menschenrechtsanwältin Amal Clooney die 31-Jährige im Vorwort zu Murads Buch "Ich bin eure Stimme". Im Dezember 2015 trat Murad vor die Vereinten Nationen, um stellvertretend für Tausende Jesidinnen ihre Geschichte zu erzählen. Seit ihrer Befreiung ist Murad die lauteste Stimme im Bemühen, die Gräueltaten vor Gericht zu bringen und die Überlebenden zu stärken. Mit ihrer Menschenrechtsorganisation "Nadia's Initiative" setzt sie sich vor allem für Überlebende von sexualisierter Gewalt ein. Dafür erhielt sie 2018 den Friedensnobelpreis.

Frau Murad, 21 Jahre lang lebten Sie in einem kleinen Dorf in der nordirakischen Region Sindschar, bis eines Tages die IS-Terroristen einfielen. Was für Erinnerungen haben Sie an Ihr Leben vor jenem 3. August 2014?

Es war ein ziemlich einfaches Leben. Wir waren Bauern, wie die meisten in unserem Dorf. Ich half meinen älteren Brüdern auf ➤

"ICH WILL MEINEN SCHMERZ NUTZEN"

Nadia Murad überlebte 2014 den Völkermord an den Jesiden im Irak. Wie erträgt man so ein Trauma? Ein Gespräch über den Kampf um Gerechtigkeit, Deutschland als neue Heimat und Stunden ohne Handy

Interview: Johanna Sagmeister und Maria Wölfle



Tausende Jesiden flüchteten im August 2014 vor dem IS in die Berge von Sindschar





Sindschar an der syrischen Grenze ist die Heimatregion der Jesiden im Irak

"WIR WERDEN HEILEN, WENN DIE TÄTER VOR GERICHT SIND"

den Feldern, ging zur Schule und liebte es, wenn Feste und Hochzeiten gefeiert wurden. Mein Dorf habe ich nicht oft verlassen - aber das war auch nicht nötig, denn alle Menschen, die ich liebte, waren dort! Im Sommer schliefen wir auf den Dächern der Häuser, um der Hitze zu entkommen. Ich träumte davon, einen Schönheitssalon zu besitzen. Das Leben von mir und meiner Familie war nicht immer einfach, aber wir waren glücklich. Der IS hat all das zerstört. Zwei Wochen lang belagerten die Terroristen Ihr Dorf Kocho und verübten ein Massaker, das zum Synonym für den Völkermord an den Jesiden geworden ist. Der IS tötete dabei fast alle Männer und älteren Frauen des Dorfes. Sie verloren 44 Angehörige, unter ihnen Ihre Mutter und sechs Brüder. Kann man so etwas ie verarbeiten?

Es geht mir dabei wie allen in meiner Gemeinschaft: Wir werden erst in der Lage sein zu heilen, wenn wir unsere toten Familienmitglieder identifiziert und begraben haben, wenn wir unseren Tätern vor Gericht gegenüberstehen und wenn die mehr als tausend Frauen und Mädchen nach Hause kommen, die immer noch in IS-Gefangenschaft sind. Ich habe entschieden, meinen Schmerz und mein Trauma zu nutzen, um die Welt für junge Frauen und Mädchen besser und sicherer zu machen.

Nie wieder solle ein Mädchen das Gleiche erleben wie Sie, schreiben Sie in Ihrer Autobiografie "Ich bin eure Stimme". Darin erinnern Sie sich auch liebevoll an Ihre Mutter. War sie Ihnen ein Vorbild?

Ich habe meine Mutter schon als Kind vergöttert. Ich bin das jüngste von elf Kindern, die sie allein großzog, weil mein Vater früh gestorben ist. Sie hat so hart für uns Kinder gearbeitet, auch damit wenigstens ich als einziges Kind zur Schule gehen konnte. Sie war eine Feministin, ohne überhaupt zu wissen, was dieses Wort bedeutet. Sie hat mir Entschlossenheit und Selbstvertrauen mitgegeben, und nur dank ihr kann ich tun, was ich heute tue.

Drei Monate lang waren Sie in IS-Gefangenschaft, wurden versklavt, gedemütigt und gefoltert. Dann konnten Sie fliehen und beschlossen, nicht zu schweigen. Sie wurden von der IS-Sklavin zur Trägerin des Friedensnobelpreises 2018. Wie blicken Sie auf diese Jahre zurück?

Als ich begann, öffentlich über meine Erfahrungen zu sprechen, hatte ich kein Zuhause. Ich war ein Flüchtling und lebte in Camps, was schon an sich ein schwieriges Leben ist. In den ersten Jahren empfand ich großen Druck und hatte oft das Gefühl, dass ich die Kontrolle verliere, weil die Menschen um mich herum zu hohe Erwartungen hatten. Ich habe erst spät gelernt, wie wichtig es ist, sich nicht selbst zu vergessen. Aber ich bin gewachsen und habe gelernt, dass ich nicht einfach meine eigene Gesundheit ignorieren kann.

Was machen Sie, um gesund zu bleiben? Ich gehe jeden Tag laufen und habe schon mehrere Male an einem Marathon teilgenommen. Und ich schreibe viel. Außerdem liebe ich es immer noch, mich wie in meiner Kindheit mit Haaren und Make-up zu beschäftigen.

Sie haben Soziologie studiert und gerade erst Ihren Bachelor an der American University in den USA gemacht. Was bedeutet Ihnen der Abschluss?

Meine Ausbildung war enorm wichtig für mich. Meine Mutter konnte ja nur mir ermöglichen, zur Schule zu gehen. Wegen des IS konnte ich erst mal keinen Schulabschluss machen. Das Studium war nicht einfach für mich, ich habe meine Hausaufgaben in Hotels und an Flughäfen gemacht, zwischen all den Meetings, die ich hatte. Aber nichts in diesem Leben ist einfach, man muss hart arbeiten, um zu überleben

und weiterzukommen. Das wollte ich den anderen Überlebenden und Flüchtlingen zeigen: dass es nie zu spät ist, neu anzufangen und sich ein neues Leben aufzubauen. 2015 kamen Sie mit einem Sonderkontingent für jesidische Frauen und Kinder nach Baden-Württemberg, Ihnen wurde hier ein dauerhafter Aufenthaltsstatus bewilligt. Ist Deutschland für Sie ein neues Zuhause geworden?

Ich bin sehr dankbar, dass ich in Deutschland Sicherheit gefunden habe, und ich genieße es, Menschen und Land kennenzulernen. Sindschar wird immer mein Zuhause sein, aber Deutschland hat mir neues Leben gegeben.

Wie sicher fühlen Sie sich in Deutschland? Ich denke, insbesondere in Baden-Württemberg schauen die Sicherheitsbehörden sehr genau hin und haben uns Überlebende im Blick. Aber ich mache mir auch Sorgen, weil ich weiß, dass Zehntausende IS-Terroristen immer noch da draußen und einige offenbar gar nicht weit weg sind. Besonders wenn ich von Hamburg höre oder den wenigen Fällen, in denen sie sich als Flüchtlinge eingeschleust haben, bekomme ich etwas Angst. Dass viele der IS-Täter Straffreiheit genießen, ist erschreckend. Deshalb setze ich mich weiterhin für eine juristische Aufarbeitung ein. Denn diese Leute sind nicht nur eine Bedrohung für uns jesidische Überlebende, sie sind eine Bedrohung für Deutschland. Für deutsche Frauen und Kinder und für jeden, der nicht mit ihnen übereinstimmt.

Können Sie sich und uns erklären, wieso bislang nur so wenige IS-Terroristen verurteilt wurden?

Dieser Völkermord war öffentlich. Der IS nutzte zum Beispiel soziale Medien, um Menschen zu rekrutieren, Frauen zu kaufen und zu verkaufen. Ihr Plan, die jesidische Gemeinschaft auszulöschen, war sehr offensichtlich. Und sie waren stolz darauf.

An Beweisen mangelt es also nicht?

Definitiv nicht. Ich und auch die anderen Überlebenden haben unser Leben riskiert, um unsere Geschichten immer und immer wieder zu erzählen. So unterschiedlich die Geschichten auch sind, die Hoffnung und der Wunsch sind derselbe: dass wir die Täter im Gerichtssaal sehen werden. Es gibt also uns Überlebende, die bereit sind, auszusagen. Es gibt eine eigene UN-Mission, die Beweise sammelt, und es gibt Anwältinnen wie Amal Clooney, die uns in Gerichtsverfahren vertritt. Und dennoch sind zehn Jahre danach weniger als zehn IS-Mitglieder wegen Völkermords oder Verbrechen gegen die Menschlichkeit zur Rechenschaft



Mit dem Kongolesen Denis Mukwege (o.) teilt sich Murad den Friedensnobelpreis

Im Juli enthüllte sie in Stuttgart mit Winfried Kretschmann (r.) ein Mahnmal

gezogen worden. Es fehlt nicht an Beweisen, es fehlt am politischen Willen.

Welche Rolle spielt Deutschland bei der Aufarbeitung der Verbrechen? Es ist immerhin das erste Land, das IS-Mitglieder wegen des Völkermords an den Jesiden den Prozess gemacht und verurteilt hat.

Wissen Sie, es gab Tausende Menschen aus Deutschland, Europa und anderen Teilen der Welt, die sich dem IS angeschlossen haben. Ich bin durch die Welt gereist, um immer wieder daran zu erinnern, dass sich die Länder ein Beispiel an Deutschland nehmen. Doch ich sehe nicht, dass irgendein Land genug tut – auch nicht unser eigenes, der Irak. Das heißt aber nicht, dass wir auf Gerechtigkeit verzichten. Wir haben alle Beweise, die nötig sind, um die IS-Terroristen zur Rechenschaft zu ziehen.

Deutschland hat den vom IS verübten Völkermord an den Jesiden 2023 offiziell anerkannt. Im selben Jahr haben die Bundesländer begonnen, auch Jesiden in den Irak abzuschieben – obwohl zum Beispiel das Flüchtlingshilfswerk UNHCR in einem Bericht festhält, dass Jesiden dort Diskriminierungen ausgesetzt sind, auch in der autonomen Region Kurdistan-Irak, die generell als vergleichsweise sicher gilt. Irrt der Bund hier?

Ich war wie die meisten Jesiden schockiert. Es ist so wichtig, zu wissen, wohin man die Menschen schickt. Nicht nach Sindschar, wo wir herkommen, sondern in die Autonome Region Kurdistan. Deutschland sagt, dort sei es sicher. Aber Kurdistan ist nicht unser Zuhause, und sie werden uns Jesiden dort niemals Häuser bauen lassen. Jesiden kommen direkt in Flüchtlingslager. Und das kann ja wohl keine Dauerlösung sein.

Im aktuellen Lagebericht des Auswärtigen Amts heißt es, in Ihrer Heimatregion Sindschar gebe es immer noch kein Trinkwasser, keine geregelte Stromversorgung, dafür zerstörte Gebäude und kaputte Infrastruktur. Zudem sei die Sicherheitslage volatil, weil in der Region immer noch bewaffnete Gruppen aktiv sind. Wie nehmen Sie die Situation dort wahr?

Die politische Situation ist nicht perfekt, so wie an vielen Orten im Irak. Die Region ist voller Milizen, so wie es sie auch nahe Mossul oder Bagdad gibt. Ich war zuletzt im Oktober in Sindschar und stelle fest: In den meisten Dörfern kehrt das Leben langsam zurück. Es dauert natürlich seine Zeit, bis man sich von einem Völkermord vollständig erholt hat. Aber ich finde wichtig, dass wir dieses Jahr nicht allein an die Taten vor zehn Jahren erinnern, sondern nach vorne

blicken und gemeinsam daran arbeiten, dass die kommenden zehn Jahre besser für die nächste Generation werden. Denn es ist doch offensichtlich, dass Länder wie Deutschland nicht alle Jesiden aufnehmen wollen. Allein in meiner Familie gibt es mehr als 30 Menschen, die nicht das Glück hatten, nach Deutschland zu gelangen. Also müssen wir ihnen Perspektiven vor Ort ermöglichen. Sindschar ist unsere Heimat, und die Menschen dort wollen endlich ihr Leben wieder aufbauen.

Das Jesidentum ist eine sehr konservative Religion, auch mit patriarchalen Strukturen. Durch die IS-Verbrechen hat sich innerhalb der Religionsgemeinschaft aber viel verändert, Sie als weibliches Vorbild haben ebenfalls dazu beigetragen. Inwiefern ist die Stellung der Frau innerhalb der Gemeinschaft jetzt eine andere?

Es gibt positive Entwicklungen. Dadurch, dass so viele Familienangehörige im Ausland leben und mit anderen Kulturen und Religionen in Kontakt kommen, ist man offener für neue Ideen geworden. In Sindschar gibt es trotz schwieriger Bedingungen zum ersten Mal ein Sportzentrum für Frauen, immer mehr Mädchen gehen zur Schule, Frauen eröffnen Bäckereien und Schönheitssalons. Oder nehmen Sie meine Nichten und Neffen hier in Deutschland: Sie haben keine Väter mehr, sondern leben nur mit ihren Müttern. Deshalb erinnere ich sie immer wieder daran, wie viel ihre Mütter für sie aufgegeben haben, damit sie dieses privilegierte Leben führen können in diesem sicheren Land. Ich möchte nicht, dass sie das vergessen.

Welche Dinge aus Ihrem alten Leben versuchen Sie auch in Ihrem neuen Leben zu bewahren – und welche nicht?

Ich begehe keine jesidischen Feiertage mehr. Es ist schwer, wenn die geliebten Menschen, die einem beigebracht haben, wie diese Feiertage gefeiert werden, nicht mehr da sind. Was aber noch so ist wie vor 2014: Wann immer ich mit meiner Familie zusammen bin, darf niemand Handys bei sich haben. Wir waren damals ja arm, und Mobiltelefone gab es einfach nicht. Stattdessen kommen wir zusammen, essen Sonnenblumenkerne und unterhalten uns miteinander.

Nadia Murad hatte auch während des Interviews Bodyguards dabei. Überrascht hat das **Maria Wölfle** und **Johanna Sagmeister** aber nicht. Jesiden, die sich kritisch äußern, werden auch in Deutschland immer wieder bedroht

FOTOGRAFIE

UNSTERBLICH

Am 4. August 1962 fand Marilyn Monroe den Tod. Ihr Grab ist zur Pilgerstätte für Fans und Sinnsuchende geworden. Die Fotografin Amy Gaskin hat über Jahre die Kraft dieses Ortes dokumentiert, der manchen die letzte Rettung ist





MARILYN MONROE 1962



Vorbildfunktion: An Monroes Grab im Westwood Village Memorial Park in Los Angeles sind oft Fans wie Monica zu finden, die sich kleiden und stylen wie einst die Schauspielerin









Treue ist ein großes Wort für Roy: Seit etwa 50 Jahren reist der mittlerweile über 80-Jährige zu Monroes Todestag von New York nach Los Angeles, um ihrer am Grab zu gedenken



JEDER
HIER HAT
SEINE GANZ
EIGENE
VERBINDUNG
ZU MARILYN
MONROE

Manche mögen's schnell:
Das marmorverkleidete
Kolumbarium der Darstellerin
liegt direkt an einer
kleinen Straße – Besucher
müssen nicht mal aussteigen,
um sich im Vorbeifahren
zu bekreuzigen



Nah am Herzen: Donna verehrt die Monroe seit Jahrzehnten – so sehr, dass sich die Engländerin einen Grabplatz in der Nähe ihres Idols sicherte und ihren zweiten Vornamen in Monroe ändern ließ

M

"Mom, willst du ihr auch einen Kuss geben?" Eine junge Frau in einem luftigen weißen Kleid betrachtet den mauvefarbenen Lippenstiftabdruck über der Namenstafel. Da steht: "Marilyn Monroe. 1926–1962". Die Mutter winkt ab, ihre Tochter kichert leise. "Meine Großmutter hatte einen lebensgroßen Pappaufsteller von Marilyn im weißen Kleid", erzählt Uriah Massie, 20. "Seit ich klein war, ist sie mein Idol. Sie ist meine Lieblingsperson, zu der ich aufschaue." Ein Freitagnachmittag im Juni, Massie aus Florida besucht zum ersten Mal die Grabstelle der Monroe in Los Angeles. Sie hat lange auf diesen Moment hingefiebert.

Ein Ort zum Anbeten

Der Westwood Village Memorial Park liegt versteckt zwischen einem viel befahrenen Boulevard und modernen Hochhäusern. Wer die richtige Abzweigung nimmt, kann mit dem Auto direkt vor das marmorverkleidete Kolumbarium fahren, wo frische pinkfarbene Rosen und ein Foto von Monroe stehen. "Das ist definitiv der richtige Ort, um beerdigt zu werden", findet Massie. Es sei so friedlich, "selbst in einer so großen Stadt wie dieser". Sie blickt verträumt nach oben in Baumkronen, durch die Sonnenstrahlen fallen. Man könne Monroes Präsenz förmlich spüren, flüstert die 20-Jährige so leise, als werde sonst etwas verscheucht. Es sei ein Aha-Moment, der alles ins rechte Licht rücke. "Sie war eine echte Person, sie hat viel durchgemacht. Hier kann sie angebetet werden, solange dieser Ort besteht."

Massie ist seit einer Woche mit ihrer Mutter quer durch die USA unterwegs. Sie waren bereits in New Orleans, am Grand Canyon, in Las Vegas. Dort haben sie die Asche des verstorbenen Vaters verstreut. Massie hat ein Tattoo über ihrem linken Schlüsselbein: "I love you", in Papas Handschrift. "Ich habe auch darüber nachgedacht, mir ein Marilyn-Monroe-Tattoo stechen zu lassen", sagt sie. "Ich würde sie liebend gern für den Rest meines Lebens auf meinem Körper tragen."

Seit vier Jahren trifft die Fotografin Amy Gaskin Menschen wie Massie, etliche Stunden hat sie bereits auf der kleinen MarmorUriah, 20, aus Florida, spürt Monroes Nähe am Grabmal, das mit Kussmündern übersät ist. Ihre Oma habe ihr beigebracht, wie man Lippenstift "so wie Marilyn" auflegt





Fan Norman sammelt Marilyn-Monroe-Puppen, er besitzt Dutzende Exemplare. Seine Familie habe selbst sechs Grabstätten auf dem Friedhof

bank vor der Grabstelle verbracht. Was während der Coronapandemie als Projekt aus der Not geboren wurde, ist inzwischen Gaskins Hauptbeschäftigung. "Als wir praktisch alle Angst hatten, unsere Einkäufe zu berühren, sah ich, dass es frische Lippenstiftspuren auf dem Marmor gab", erzählt sie. "Ich war neugierig, was die Leute herbrachte, also begann ich hier viel Zeit zu verbringen."

Jeder habe seine persönliche Geschichte, was Marilyn ihm bedeute. Gaskin begann, sie zu sammeln, aufzuschreiben. Etwa die von George, der vor der Arbeit am Grab vorbeifährt, um in seinen Tag zu starten. Oder Donna, die sich ihre eigene Ruhestätte unweit von Monroes Grab gekauft hat. Es gibt hier Menschen, die inszenieren jedes Jahr eine Gedenkfeier in der kleinen Kapelle auf dem Friedhof, in der einst die Trauerfeier für Monroe stattgefunden hat. Viele der wahren Fans seien eher schüchtern, weiß Gaskin. Ein bisschen so, wie man sich Norma Jeane Baker vorstellt, jene Frau, die zu Marilyn Monroe werden sollte.

Wer mit Gaskin in die Marilyn-Welt von Los Angeles eintaucht, steht früher oder später vor einem rosa getünchten Haus in einer mit Pflanzen überwucherten Nachbarschaft. Die Tür wird geöffnet, ein Dackel mit großen Augen tapst mit ins stilvolle Artdéco-Wohnzimmer. Dort steht ein schwarzer Konzertflügel, und aus gerahmten Fotografien blicken dutzendfach Monroes blaue Augen auf die Besucher. Greg Schreiner lächelt milde: Es sei doch recht offensichtlich, um wen es in seinem Haus gehe.

"Sie hat mein Leben verändert"

Schreiner, ein älterer Herr mit blondem Haar und angenehm tiefer Stimme, sagt: "Sie hat mein Leben komplett verändert." Wenn er spricht, blickt er auf seine Hände oder den Fußboden. In seiner ersten Erinnerung an Monroe ist er sieben Jahre alt: Damals hätten ihn seine Eltern mit ins Autokino genommen, zu "Some Like it Hot" -"Manche mögen's heiß", dem gefeierten Billy-Wilder-Klassiker. "Ich fand sie einfach wundervoll", sagt der Mann, der damals noch ein Junge war. Schreiner fing an, alles zu sammeln, was er von dem Weltstar in die Finger bekommen konnte. Damals sei das noch nicht viel gewesen, erzählt er, mal ein Poster oder ein Zeitungsartikel. Schreiner



wuchs in einer landwirtschaftlich geprägten Gemeinde auf, knapp 500 Einwohner nur, im US-Bundesstaat Illinois. "Es gab niemanden wie mich. Also war ich in dieser Hinsicht ein Außenseiter." 1979 zog er – natürlich wegen der Monroe - nach Los Angeles und hat seither fast jeden 4. August, Monroes Todestag, an ihrem Grab verbracht. Dort traf er Gleichgesinnte. Irgendwann habe jemand gefragt: "Wieso machen wir keine Gedenkfeier für sie im nächsten Jahr?" So ging es 1982 los mit dem Fanklub "Marilyn Remembered". Viele Türen hätten sich dadurch für ihn geöffnet, so Schreiner, der selbst im Entertainmentbereich tätig ist: "Fast wie eine Art Marilyn-Magie vom Himmel."

Zum ersten Gedenken an Marilyn seien nur ein Dutzend Leute erschienen, heute aber habe ihr Fanklub Zehntausende Mitglieder. "Wir alle sind damit aufgewachsen, uns anders zu fühlen, weil wir so fasziniert von Marilyn waren und die Leute das nicht verstanden", erzählt Schreiner. Der Fanklub habe Außenseiter zusammengebracht und es ihm sogar ermöglicht, Menschen zu treffen, die Monroe noch gekannt hatten. "Das war eine großartige Erfahrung, weil ich sie



Amy Gaskin ist eine preisgekrönte Fotografin aus Los Angeles. Ihre Arbeiten wurden in zahlreichen Ausstellungen weltweit gezeigt. Gaskins Fokus liegt auf langfristigen Projekten. Während der Covidpandemie begann sie, an Monroes Grab Fans zu porträtieren und deren Geschichten zu dokumentieren. 2026 will Gaskin daraus eine umfangreiche Fotosammlung veröffentlichen – zu Monroes 100. Geburtstag. nie treffen konnte, aber durch diese Menschen das Gefühl habe, sie zu kennen."

Marilyns Kühlschrank in seinem Haus

Wenn Schreiner über seine Liebe zu Marilyn Monroe spricht, geht es immer auch um seine eigene Geschichte. "Es war eine Leidenschaft, die mich angetrieben hat." Denn nur wenn man für etwas brenne, könne man Erfolg im Leben haben. Schreiner blickt um sich: "Ich lebe in diesem Haus und habe viele Dinge, die einmal ihr gehört haben." Kleidungsstücke, Möbel, Monroes Kühlschrank sogar. Es sei fast ein wenig unheimlich, so viel von ihr unter seinem Dach zu wissen. Aber: "Sie hat mein Leben übernommen und in die richtige Richtung gelenkt."

Auf dem Friedhof posiert Uriah Massie wie einst Schreiner neben Monroes Foto. Was die Legende über ihren Nachruhm sagen würde? Massie überlegt lange, Gaskins Kamera klickt. "Ein Leben wie das von Marilyn bedeutet, sich ständig Sorgen zu machen, beobachtet zu werden", sagt Massie schließlich. "Also vielleicht einfach: Sie wird geliebt und vergöttert." Ja, damit ist Massie zufrieden, sie ruft: "Marilyn ist alles."≯



Joanna Peprah, 37, engagiert sich gegen Rassismus: Bei der Initiative Schwarze Menschen in Deutschland Bund e. V. (ISD) vertritt sie die Lokalgruppe Köln als Sprecherin und ist außerdem Mitgründerin der Initiative "N-Wort stoppen", die erreichen konnte, dass Köln im Mai 2020 als erste Stadt in Deutschland das N-Wort auch offiziell geächtet hat. 2023 wurde Peprah für ihr Engagement mit dem Kölner Ehrenamtspreis für Demokratie und Vielfalt ausgezeichnet.

GESELLSCHAFT

"Ist es für meine Kinder hier in 20 Jahren noch sicher?"

Joanna Peprah engagiert sich ehrenamtlich gegen Rassismus. Und sie fordert alle Leute auf: Jeder könne seinen Teil beitragen, um unser Zusammenleben zu verbessern rau Peprah, was war der Auslöser für Sie, sich ehrenamtlich zu engagieren?
Es gab keinen einzelnen Moment, an dem ich dachte: "Jetzt muss ich etwas machen." Ich war ständig auf der Suche nach diversen und afrodiasporischen Geschichten. Wenn wir uns zum

der eurozentrische und ethnozentrische Blick auf die Welt auf. Wie hat sich die Suche nach diesen Geschichten entwickelt?

Beispiel unsere Schulliteratur ansehen, fällt

In Gesprächen mit meinem Vater habe ich viel über die Lebensrealitäten der Ghanaer in den 80er-Jahren in Deutschland erfahren. Meine Oma sprach vor ihrem Tod oft über ihre Erlebnisse im Zweiten Weltkrieg, über die Reichspogromnacht, wie der Krieg ihre Kindheit zerstörte und über afroamerikanische GIs. Trotz tiefgründiger Gespräche mit Familienmitgliedern blieben meine Fragen nach dem afrodeutschen Leben in Deutschland aber teilweise unbeantwortet. Eines Tages sprach mich in der Bahn eine Person an und erzählte mir von der Initiative Schwarzer Menschen in Deutschland e. V. (ISD). So kam ich über Umwege zu meinem Ehrenamt in diesem Verein.

Was genau macht die ISD?

Die ISD-Bund sitzt in Berlin. Es gibt Lokalgruppen in verschiedenen Städten, darunter auch Köln. Der Schwerpunkt liegt auf den Interessen Schwarzer Menschen in Deutschland. In Köln kümmere ich mich zum Beispiel um Social Media und die Organisation und Durchführung von verschiedenen Events, meist in Kooperation mit anderen Vereinen und der Stadt Köln. Ich halte das Miteinander und die Synergieeffekte für sehr wichtig.

Sie sind auch in der Initiative "N-Wort stoppen" tätig.

Die Initiative besteht aus Aktivisten aus Köln, Bonn und Wuppertal. 2018 wurde in einer Landtagsdebatte in Mecklenburg-Vorpommern das N-Wort von verschiedenen Plenarmitgliedern gerufen. Daraufhin gab es einen Ordnungsruf, der von allen akzeptiert wurde, außer von einem AfD-Politiker, der vor dem Landesverfassungsgericht klagte. Der Skandal begann, als das Gericht behauptete, es komme auf den Kontext an, und somit das N-Wort legitimierte. Wir als Betroffene von Anti-Schwarzem-Rassismus und viele andere Organisationen und Politikerinnen und Politiker sahen das anders. Also haben wir Demonstrationen und andere Aktionsformen organisiert, um darauf aufmerksam zu machen, dass dieses Wort eine rassistische Beleidigung ist. Mittlerweile haben uns 24 Städte recht gegeben und das N-Wort als rassistisch anerkannt. Bleiben viele Städte, die nicht mitmachen.

Wo ist das N-Wort heute noch zu hören?

In meiner Beobachtung zeigt sich, dass die Bezeichnung mit dem N-Wort oft eine Kombination aus Klassismus und Rassismus ist. Menschen in prekären Beschäftigungsverhältnissen müssen sich oft mehr gefallen lassen, insgesamt mehr aushalten und haben weniger Möglichkeiten, den Arbeitsplatz zu wechseln, wenn sie von Rassismus betroffen sind. Ein hoher sozialer Status schützt nicht vor rassistischen Beleidigungen wie zum Beispiel dem N-Wort, gibt der betroffenen Person aber im besten Fall mehr Handlungsspielraum.

Haben Sie das Gefühl, dass sich bei jüngeren Menschen das Bewusstsein für das N-Wort und dessen Benutzung ändert?

Es gibt eine positive Veränderung bei jüngeren Menschen und auch ein größeres Bewusstsein, aber es bleibt ein gesellschaftliches Problem. Wir benötigen weiterhin Workshops zum Thema rassismussensible Sprache, die den Umgang und den Kontext von rassistischer Sprache erklären. Unser Ziel als Initiative ist es, in politischen und professionellen Kontexten Bewusstsein zu schaffen.

Wie bewerten Sie die politische Situation in Deutschland, insbesondere nach den Ergebnissen der Europawahl?

Das Ergebnis der Europawahlen war leider abzusehen. Wir haben mit der ISD auf den Rechtsruck aufmerksam gemacht und waren daher nicht überrascht. Wir haben uns eher gefragt, wie schlimm es wirklich wird. Dabei spielen die Medien eine tragende Rolle in dem Sinne, wie sie über marginalisierte Gruppen berichten. Historisch gesehen suchen Menschen in Krisenzeiten stets nach Sündenböcken, meist trifft es Migranten, Menschen mit internationaler Familiengeschichte oder Geflüchtete. Das ist traurig, weil die Gesellschaft von diesen Gruppen massiv profitiert hat und auch weiterhin profitiert. Ohne Menschen mit Migrationsgeschichte würde die deutsche Wirtschaft nicht funktionieren.

Machen Ihnen rassistische Angriffe wie der in Grevesmühlen Angst?

Ich bin mir sehr bewusst, was aktuell passiert. Dies ist leider kein Einzelfall von rechter Gewalt. Es gab in der Vergangenheit viele Übergriffe von Rechten auf Schwarze, Minderheiten und PoC. Ich verwende das Wort Angst aber nicht, weil Angst uns nicht weiterbringt. Wir benötigen die kurzweilige Schockstarre der Mehrheitsgesellschaft nicht, wir benötigen euren Antirassismus und eine klare Brandmauer gegenüber rechts von den demokratischen Parteien. Was uns weiterbringt, ist lösungsorientiertes Handeln in all seinen Facetten, zum Beispiel Aktivismus und Engagement.

Rechte Gewalt zieht sich durch die deutsche Geschichte, man denke zum Beispiel an Rostock-Lichtenhagen oder den Brandanschlag in Mölln. Ist es heute anders?

Ja, es ist anders. Social Media hat eine ganz andere Vernetzung, Reichweite und Kultur geschaffen. Es gibt eine größere Sichtbarkeit für marginalisierte Gruppen, aber auch einen Rechtsruck in den sozialen Medien. Social Media ist kein neutraler Ort. Beide Seiten, die ohne Social Media weniger sichtbar wären, sind dort sehr laut. Das führt zu einer Verschärfung der Diskurse.

Denken Sie darüber nach auszuwandern? Das ist eine große Diskussion in der Schwarzen Community. Ich habe darüber nachgedacht, vor allem wegen meiner Kinder. Ich frage mich, ob es für sie hier in 20 Jahren noch sicher ist. Europa hat immer Phasen von Auswanderung und Migration erlebt. Ich kann mir vorstellen hierzubleiben, aber ich kann nicht sagen, ob es für meine Kinder sicher ist. Wir müssen realistisch sein und erkennen, dass sich die Situation immer wieder verändern kann. Die Zeit wird zeigen, ob Deutschland aus seiner Vergangenheit gelernt hat.

Dann mal ganz direkt gefragt: Wie lässt sich der Rechtsruck noch stoppen?

Meiner Meinung nach braucht es mehr soziale Sicherheit, Gerechtigkeit und Chancengleichheit. Wenn Menschen weniger Angst haben, ihre Existenz zu verlieren, sind sie weniger anfällig für populistische und rechte Parolen. Ebenso wird eine kritische Auseinandersetzung mit dem eigenen Weißsein benötigt und zeitgleich eine klare politische Haltung gegen rechts von den demokratischen Parteien.

Und wie kann das Ehrenamt dabei helfen? Es geht nicht nur darum, klassische Strukturen zu unterstützen, wie bei großen, bekannten Organisationen. Es kann auch bedeuten, im Ehrenamt neue Angebote zu schaffen, besonders für marginalisierte Gruppen, die bisher zu wenige spezifische Angebote haben, von ihnen und für sie. Es inspiriert andere Menschen, sich ebenfalls ehrenamtlich zu engagieren. Es ist ein demokratischer Akt, weil jeder seinen Teil beitragen kann, um unsere Gesellschaft für alle zu verbessern. Manchmal sind es die kleinen Dinge, die einen großen Unterschied machen. Das Ehrenamt kann definitiv zur Verbesserung der Gesellschaft und zur Bekämpfung von Rassismus beitragen.

Interview: Maren Rosche



Optimisten gesucht!

Die German Angst ist längst sprichwörtlich geworden aber derzeit blicken die Deutschen besorgter denn je in die Zukunft. Krieg, Krisen und Katastrophen verstellen zunehmend den Blick. Pessimismus breitet sich allenthalben aus. Deshalb hat die Bertelsmann Content Alliance. zu der auch der stern und RTI gehören, die Initiative "Mein Grund für Zuversicht" gestartet.

Damit soll der Zusammenhalt in der Gesellschaft gestärkt und Mut gemacht werden. Ziel ist nicht blinder Hurra-Optimismus, sondern die Überzeugung, durch gemeinsames Anpacken etwas zu bewirken. Die Initiative tritt ein für Demokratie, Gerechtigkeit, Vielfalt, Miteinander und Antirassismus. Und sie stellt Menschen aus der Mitte der Gesellschaft sowie Prominente vor, die diese Werte leben wie Joanna Peprah.





JOURNAL

err Redzepi, in Ihrer neuen Serie Allesesser" zeigen Sie, wie manche Nahrungsmittel unsere Wirtschaft, Kultur und Politik entscheidend formen. Wann wurde Ihnen zum ersten Mal die enorme Macht einer einzigen Zutat bewusst?

RENÉ REDZEPI: Das war in den Anfangszeiten von "Noma". Wir wollten mit Hering arbeiten. Das ist nun wirklich keine Zutat, die man in einem Sternerestaurant erwarten würde. Hering gehört eher in die gutbürgerliche Küche. Als wir begannen, dazu zu recherchieren, sahen wir, dass dieser Fisch über Jahrhunderte hinweg die Wirtschaft im gesamten Ostseeraum befeuert hat. Ohne Hering sähe Skandinavien heute anders aus. Das war eine echte Erleuchtung für mich. In der Serie zeigen Sie Zutaten, die große politische Wirkmacht entfalten. Welches Essen ist für Sie am politischsten?

REDZEPI: Bei der Arbeit an "Allesesser" hat mich die Geschichte der Banane am meisten überrascht. Eine einzige Zutat, die so viel für einen ganze Kontinent bedeutet hat. Und dann findet man sie am Flughafen in Grönland, einfach überall auf der Welt. Ich wusste nicht, dass diese Frucht so viel Einfluss auf Politik und Gesellschaft hatte. Im Guten wie im Schlechten.

Deutschland hat einen besonderen Bezug zur Banane: In der DDR war sie Mangelware und wurde nach dem Mauerfall zum Symbol für Wohlstand. Was hat Sie am meisten an der Geschichte dieser Schlüsselfrucht des Kapitalismus interessiert?

REDZEPI: Ich wusste nicht, dass die Geschichte dieser Frucht so schrecklich ist. Ich wusste nicht, dass es so viel Schmerz gekostet hat, dass wir diese Frucht heute billig kaufen und überall essen können.

Der Bananen-Gigant "United Fruit Company" hat viele lateinamerikanische Länder ausgebeutet, um sein Fruchtimperium zu vergrößern.

REDZEPI: Und dazu kommt noch, dass wir diese Frucht so sehr lieben, bis wir sie vielleicht sogar auslöschen. Weil wir sie so sehr optimiert haben. Wir könnten die Banane aus-



löschen, da wir nur eine einzige Sorte essen, die sogenannte Cavendish-Banane. Ich wusste nicht, dass wir aus reiner Profitgier zu dominanten Monokulturen gekommen sind und dass diese so schädlich sind.

Wegen der Monokulturen werden die Bananen heute von einem Pilz bedroht, der die gesamten Bestände zu vernichten droht.

MATT GOULDING: Wir machen immer wieder die gleichen Fehler. Schließlich ist diese Panama-Krankheit inzwischen die vierte Plage. Und sie hat schon einmal eine dominante Bananensorte ausgerottet. Aber statt zu sagen, dass die Lösung vielleicht darin besteht, unsere Anbaukulturen zu diversifizieren, um sie resistenter zu machen, optimieren wir einfach

Chef des "Noma"
in Kopenhagen,
mit seinem Team.
Unten: US-FoodJournalist und
Buchautor Matt
Goulding, der in
Barcelona lebt



immer weiter eine einzige Art: "Nur noch ein Schnipsel dieses Gen-Stranges! Vielleicht knacken wir den Code für immer!" Ich denke, auf lange Sicht gewinnt immer Mutter Natur. Und die gerade grassierende Bananen-Plage ist eine kraftvolle Demonstration dieses Prinzips. Eine Warnung an uns, dass wir unsere Lebensmittel anders anbauen und verteilen müssen.

Aber kommen wir denn ohne Optimierung aus, wenn wir die ganze Welt ernähren wollen?

GOULDING: Ich sage nicht, dass die Wissenschaft keine Rolle in unserem modernen Ernährungssystem spielen sollte. Wir sind für diese Serie um die ganze Welt gereist und haben Hunderte von Menschen getroffen, die uns jeden Tag ernähren. Und jeder



von ihnen ist ganz bei dem, was er tut. Egal, ob er auf einer riesigen Maisfarm in Iowa oder in einer kleinen Maismühle im Süden Mexikos arbeitet. Aber diese Menschen bewegen sich in unterschiedlichen Systemen: Eines begünstigt maximale Größe bei geringer Gewinnspanne. Das andere setzt auf Vielfalt. Und tatsächlich sagt die Forschung, dass der Anbau in Polykulturen sehr viel effizienter ist als in Monokulturen. Artenreiche Pflanzengemeinschaften produzieren mehr Kalorien pro Hektar, verbrennen die Erde weniger und haben weniger versteckte Kosten. So stellt sich uns Menschen die Frage: Wie kombinieren wir die moderne Wissenschaft mit Traditionen, die sich über Jahrhunderte bewährt haben?

Sie sprechen in der Serie viel von Respekt für die Nahrung. Aber was können sich ein Schwein, ein Fisch oder ein Huhn von unserem Respekt kaufen? Am Ende werden wir sie verspeisen, vielleicht sogar ausrotten – Respekt hin oder her.

REDZEPI: Wenn wir besser äßen, mehr saisonale Lebensmittel äßen, wäre die Welt ein besserer Ort. Und wenn du Respekt vor den Zutaten hast, wenn du wertschätzt, was du isst und dankbar dafür bist, jeden Tag etwas Leckeres essen zu können, egal ob einfach oder fein, dann hilft es unserer Esskultur, sich weiterzuentwickeln. GOULDING: Wir sind heillos entfremdet von dem, was wir essen. Zugleich hat das, was wir essen, einen direkten Einfluss auf die Welt, in der wir leben. Deswegen wollten wir Hunderte von Menschen auf der ganzen Welt aus verschiedenen Lebensbereichen und verschiedenen Teilen der Nahrungskette sehen, um zu erfahren, wen sie ernähren und wie sie es tun. Und dabei wollten wir den Zuschauer zum Staunen bringen. Er soll sagen: "Es ist verrückt, dass wir so viele Menschen ernähren können. Und es ist unglaublich, dass es in Indien einen Typen gibt, der 457 Bananensorten anbaut, weil er an seine Seele glaubt. Weil er spürt, dass es richtig ist. Und ist es nicht verrückt, dass es in Ruanda einen Vater und einen Sohn gibt, die nach einem Bürgerkrieg und einem Genozid einfach alles wieder aufsammeln, was auseinandergebrochen ist, und eine Kaffeekultur daraus aufbauen?

Herr Redzepi, Sie haben in Ihrem Restaurant "Noma" versucht, besonders nachhaltig zu kochen. Auf welche Schwierigkeiten sind Sie gestoßen?

REDZEPI: Oh, es gibt so viele Schwierigkeiten. Vor allem aber wird es immer schwieriger, saisonale und frische Produkte zu finden. Weil immer weniger Menschen davon leben können, solche Produkte zu liefern. Menschen, die Traditionshandwerk und Vielfalt anbieten und nicht nur riesige Erträge mit einer einzigen Ernte einfahren wollen, werden bestraft. Aber wer sich nachhaltiges und köstliches Essen wünscht, braucht lokalisierte Lebensmittelsysteme.

Sind diese Schwierigkeiten, die Ihnen begegnet sind, der Grund dafür, dass Sie Ihr legendäres "Noma" zum Jahresende schließen werden? REDZEPI: Wir sind einfach bereit für eine Veränderung. Wir wollen unsere Netzwerke und unsere Innovationskraft auf andere Weise nutzen, als jeden Abend für 40 Leute zu kochen. Wir werden unsere Kräfte bündeln, um unsere Superkräfte zu nutzen: Geschmack und Gastfreundschaft. Denn wenn wir mit Essen die Welt verändern wollen, muss es lecker sein.

Wie können Sternerestaurants die Welt verbessern?

REDZEPI: Der Wert von Lebensmitteln ist im Westen vielleicht so niedrig wie nie zuvor. Und jedes Restaurant, das sich auf Qualität und Handwerk konzentriert und mit echten Traditionshandwerkern aus seinem näheren Umkreis zusammenarbeitet, wirkt wie ein Megafon für diese Menschen. Wir brauchen mehr Botschafter für Qualität, Vielfalt und Saisonalität beim Kochen. Denn am Ende des Tages entscheidet das, was wir essen, wie gesund wir sind und wie gesund unser Planet ist.

Ist Sterneküche überhaupt möglich ohne Ausbeutung von Arbeitskraft, Nahrungsmitteln und weltweiten Märkten?

REDZEPI: Wenn es ums Essen geht, hat alles seinen Preis. Ob es sich um gehobene Küche handelt oder um einen Schokoriegel, den es billig in jedem 7-Eleven zu kaufen gibt. In einem gehobenen Restaurant gibt es vielleicht Leute, die viel mehr arbeiten, als sie sollten. Aber Gleiches gilt auch beim Schokoriegel. Der Arbeiter auf der Erdnussfarm könnte zum Beispiel stark unterbezahlt sein. Oder ein verschmutzter See oder ein gefällter Baum sind der Preis für den billigen Schokoriegel.

Herr Goulding, Sie leiden an Morbus Crohn und müssen eine strenge Diät befolgen. Was bedeutet Beschränkung für Sie?

GOULDING: Morbus Crohn wurde bei mir diagnostiziert, als ich 13 Jahre alt war. Ich habe die meiste Zeit meines Lebens mit dieser Magen-Darm-Erkrankung verbracht. Das ist die große Ironie meines Lebens: Ich bin ein Food-Autor mit Dünnpfiff. Ein ➤

"Allesesser" (Apple TV+)

JOURNAL

Schamane in Südamerika hat mir mal gesagt, meine Krankheit sei eine karmische Rache. Ich hätte mich im vorigen Leben zu Tode gegessen, und jetzt sei dies meine karmische Vergeltung. Wie auch immer: Menschen lernen, mit ihren Einschränkungen zu leben. Eine der erstaunlichsten Sachen an uns Menschen besteht darin, wie unglaublich anpassungsfähig wir sind.

Aber Einschränkungen zum Positiven verklären wollen Sie nicht?

GOULDING: Ich denke, dass wir an Einschränkungen wachsen. Wenn man mir eine weiße Leinwand gäbe und sagte: "Hey, mach einfach, was du willst!", dann würde es schwierig. Ich wäre überwältigt von den unzähligen Möglichkeiten, die sich böten. Aber wenn Sie mir sagen: "Arbeiten Sie nur in diesem Sandkasten, aber tun Sie das Bestmögliche, was Sie innerhalb dieser Grenzen tun können" – dann ist das etwas, was ich wirklich gerne mache.

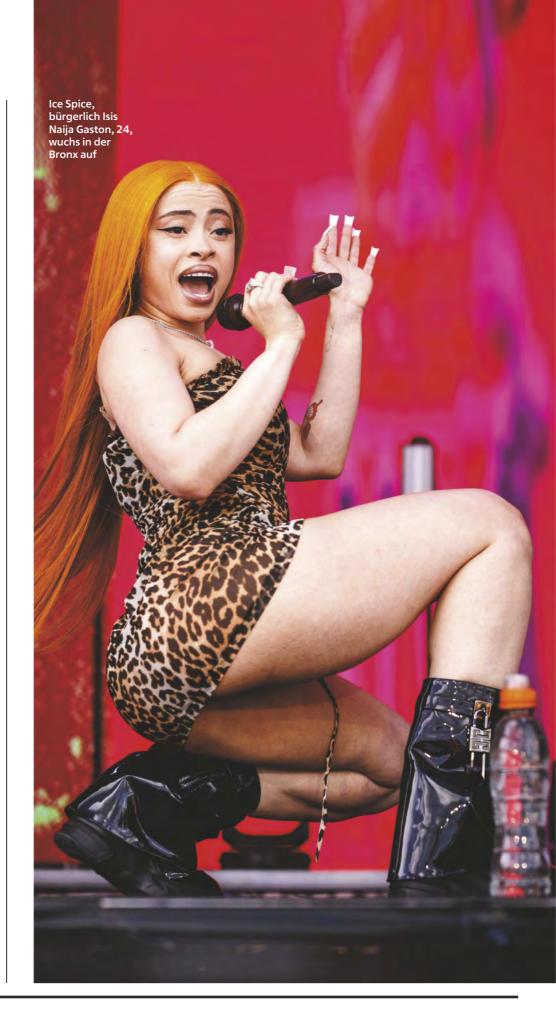
Herr Redzepi, Sie verwenden in Ihrem Restaurant ausschließlich lokal verfügbare Lebensmittel. Liegt die Zukunft des Essens in bewusster Beschränkung?

REDZEPI: Ich denke, das gehört definitiv dazu. Solange wir uns daran erinnern, dass Einschränkung kein negatives Wort ist. Einschränkungen können schön sein. Sie können dich befreien. Sie können dir Orientierung geben. Sie können dir einen Weg nach vorne weisen. Einschränkungen haben uns im "Noma" zu dem gemacht, was wir sind.

Aber viele Menschen wollen sich einfach nicht beschränken.

REDZEPI: Wissen Sie, eine bessere Lebensmittelzukunft könnte darin bestehen, dass wir in Hamburg und Kopenhagen mitten im Winter keine Blaubeeren essen. Aber dann müssen wir eben Quitten oder Äpfel erforschen. Ich glaube nicht, dass Einschränkungen bedeuten, dass man ein schlechteres Leben führen muss. Aber natürlich müssen Sie erst lernen, das wertzuschätzen, was Sie haben. Wenn du deine Einschränkungen verstehst, kannst du dir die kleine Welt, die du für dich selbst erschaffst, erschließen und zu einem Universum machen, das es zu erkunden gilt.

Interview: Stephan Maus



HIP-HOP

Pop kriegt jetzt den Hintern versohlt

Passen Sexismus und Emanzipation zusammen? Bei Ice Spice, der Aufsteigerin des Rap, verblüffend gut

er Hintern. Der Slang. Der Beat. Das sind die drei Komponenten ihres Erfolgs. Ice Spice ist der heißeste Hip-Hop-Act, der derzeit zu haben ist. Und wer jetzt fragt, was das mit dem Hinterteil zu tun hat und ob das nicht sexistisch sei, muss sich einfach ein paar Videos dieser exzellenten Rapperin anschauen. Da wackeln die Hintern so offensiv und knapp in Hotpants verpackt, dass Stripclub-Besitzern der Atem stocken dürfte. Aus europäisch-weißer Perspektive sieht das aus wie Pornografie. Im Hip-Hop aber, der mit seinen Looks und Stilen die Jugendkultur definiert wie keine andere Spielart des Pop, ist das ein Zeichen von - Achtung, großes Wort! - Ermächtigung.

Ice Spice, geboren 2000 als Tochter eines afroamerikanischen Vaters und einer Mutter aus der Dominikanischen Republik, wurde mit einem einzigen Song berühmt. Der Track heißt "Munch", und hier kommt der Slang ins Spiel. "To munch" bedeutet eigentlich mampfen oder schmatzend kauen, aber Ice Spice gab dem Begriff eine anzügliche Bedeutung. In dem millionenfach gestreamten Hit steht Munch für einen Typen, der

Oralverkehr liebt und damit seine Ergebenheit zum Ausdruck bringt. Munch ist schwierig zu übersetzen. Lüsterner Schwächling träfe es vielleicht noch am ehesten. Ein Mann, den eine Frau benutzen kann wie einen Dildo. Seit also Ice Spice mit "Munch" die Plattformen zum Glühen gebracht hat, gehört die Vokabel zum Sprachschatz der urbanen Jugend. Und Frauen haben einen Begriff, um Männern zu zeigen, wer im Geschlechterkampf nun oben steht und wer sich unten abrackern muss (ja, die Anspielung ist beabsichtigt).

Ein ausgestellter Hintern, drastisches Vokabular dazu: Das reicht natürlich noch nicht für den Welterfolg. Das Ganze muss kesseln, und das ist dann eine Frage des Beats. Die Songs von Ice Spice wummern, dass Trommelfelle eine Gefahrenzulage wollen. Was an ihren Bässen liegt, die wie Dampframmen die Tracks vorantreiben, Tiefenbohrungen im Dezibelbereich gleich. Dazu hecheln nervöse Drums, ab und zu wimmert eine verzerrte Frauenstimme. Kein Sound für die Betriebsfeier oder das Karaokevergnügen. Aber soghaft.

Der Stil heißt Drill, eine Spielart des Gangsta Rap, der zu Beginn der 2010er-Jahre von Chicago aus nach



Ice Spice: "Y2K!" ****

New York und New Orleans kam und von dort aus in die Charts einwanderte. Die Themen sind extrem düster. Es geht um Gang-Gewalt, Armut und Drogenhandel. Charakteristisch wurde das hingeblaffte "Grah grah!", die lautmalerische Nachahmung von Gewehrsalven. Dabei war Drill mehr als nur Gangsterfolklore. Zahlreiche Stars der ersten Stunde wurden ermordet oder landeten im Gefängnis.

Die Frauen haben den Stil schnell und erfolgreich adaptiert, sie sind mindestens so selbstbewusst und aggressiv wie ihre männlichen Vorgänger. Auch in den Videos von Sexyy Red aus St. Louis und Latto aus Columbus, Ohio, wird mit scharfen Waffeln gefuchtelt. Es gibt wackelnde Stripclub-Ärsche und jede Menge Drogen. Ice Spice ist der größte Star der Frauenoffensive im harten Rap, und auch wenn sie auf ihrem neuen Album "Y2K!" den Sound ein bisschen radiotauglicher, also sanfter und poppiger, gestaltet hat, steht sie doch ganz in der Tradition des Drill. Man kann den Begriff wörtlich nehmen: Wie ein Akkuschrauber drehen sich ihre Songs ins Bewusstsein.

Hip-Hop ist nicht nur eine Milliarden Dollar schwere Industrie, sondern auch eine Keimzelle für Trends und Innovationen. Deshalb haben sich drei der größten Popstars der Welt sofort für Ice Spice interessiert. Der Rapper Drake, neben Kanye West und Eminem der Abräumer beim Streaming und in den Charts, outete sich auf X als Ice-Spice-Fan und lud sie zu seinem Musikfestival OVO ein. Nicki Minaj, selbst ernannte Rap-Barbie und spätestens seit 2020 auch die Dominatrix jener Charts, nahm mit Ice Spice den Song "Princess Diana" auf. Zu schweren Beats erklärten darin die beiden Rapperinnen, sie seien in der Hood, im Viertel, so bedeutend wie Prinzessin Diana. Das ist ein raffinierter Kniff in puncto kulturelle Aneignung von der Gegenseite: Ein weißer britischer Royal wird zur Ghettoinstanz umgedeutet.

Letztes Jahr spielte Taylor Swift mit Ice Spice den Song "Karma" ein. Im Video sitzt die Rapperin in einer künstlichen Muschel, wie früher die Showgirls in den Casino-Revuen, ➤

JOURNAL

und besingt die Schönheit schicksalhafter Gerechtigkeit. Als Newcomer 2023 einen Song mit Taylor Swift aufzunehmen, das ist von der Wirkmacht, als ob man in den 80er-Jahren mit Madonna, Prince und Michael Jackson gleichzeitig aufgetreten wäre. Mehr Aufmerksamkeit geht nicht, mehr Ruhm auch nicht. Aber Swift weiß, dass Pop nur so interessant ist, wie er neue Trends, sei es in der Mode oder der Musik, registriert, implementiert und weiterentwickelt. Ice Spice gehört in dieser Hinsicht zur Avantgarde.

nd die wackelnden Ärsche? Die versaute Sprache? Überhaupt: Dieser ganze Sexismus der Videos, in denen Ice Spice anderen Frauen die Hintern versohlt oder ihr Dekolleté in die Kamera hält, als sei es das Glanzstück einer Schaufensterauslage? Für eine feministische Gesellschaftskritik alten Zuschnitts muss das alles absurd wirken. Sind das nicht genau die Bilder und Szenarien, mit denen Männer von jeher Frauen degradieren?

Aber die Ästhetik des Hip-Hop ist komplizierter, die Vorstellung von Emanzipation und Gleichberechtigung betreffend. Der prominent ausgestellte Hintern zum Beispiel gilt heute für etliche People of Color als Zeichen der Emanzipation. Von Twiggy bis Kate Moss bestimmte die schmale androgyne Frau lange das Schönheitsideal – und lancierte eine Normvorstellung, die das Körperbild vieler schwarzer oder spanischstämmiger Frauen ignorierte, wenn nicht abwertete. Mit Kim Kardashian und Beyoncé aber wurden Kurven sexy und attraktiv. Die wegzuhungernden Sollbruchstellen waren auf einmal ein Wettbewerbsvorteil.

Einer der neuen Tracks von Ice Spice heißt dementsprechend "Phatt Butt". Im Video blickt die Kamera auf das knappe Röckchen der Rapperin wie ein gieriger Spanner. Wenn die Welt schon sexistisch ist und fixiert auf erotische Schauwerte, dann kann sich eine Frau diesen Sexismus zunutze machen. Ice Spice zeigt, wie so was aussehen kann: hart, cool und kompromisslos.

Daniel Haas



SACHBUCH

Der alte Mann und die Mär

Eine Zoomerin und ein Boomer sprechen über den Konflikt zwischen ihren Generationen. Das ist aus mehreren Gründen misslungen ie einen radeln zum Bioladen, um Sojawürstchen für den Grillabend der polyamorösen WG zu besorgen. Die anderen brausen mit dem SUV ohne Tempolimit aufs Land, wo sie sich ein Klimakillersteak reinpfeifen. So in etwa gehen die Klischees über Zoomer, die zwischen 1995 und 2010 Geborenen, und Boomer, die von 1946 bis 1964 das Licht der Welt erblickten. Wie soll das nur zusammengehen?

Angelika Melcher und Daniel Goffart, beide von der "Wirtschaftswoche", sie Zoomerin, er Boomer, denken darüber nach. Sie wollen klären.



"wie wir uns besser verstehen können". Die Themen, an denen entlang sie den Generationenkonflikt debattieren, sind leider allzu vorhersehbar: Flugscham, Bioessen, Cancel Culture.

Interessanter ist da schon die Dynamik, die sich aus einem Buch in Gesprächsform ergibt. Es geht um die Entscheidung für oder gegen ein Auto, für oder gegen das Steak, um Politisierung und gesellschaftliche Verantwortung. Die beiden scheinen sich zu kennen und zu mögen. Vielleicht ist Melcher deshalb so geduldig mit dem Kollegen und seinen gefühlten Wahrheiten. "Der Anteil von Frauen in Führungspositionen

nimmt beständig zu", behauptet Goffart. Das stimmt natürlich nicht, bestenfalls stagniert die Zahl, in mittelständischen Unternehmen ist sie sogar rückläufig. Diese Information ist nur eine Googlesuche entfernt.

Glücklicherweise ist Melcher vorbereitet, belesen und witzig. Sie erklärt die Grundbegriffe fast jeder Debatte, schreitet ein, als Goffart Marginalisierung und Minderheit verwechselt, und zitiert nebenbei Camus und Machiavelli. Es ist entweder hastiges Lektorat oder sehr mutig gewesen, dass man Goffart all seine hanebüchenen Boomer-Sätze ("Die Empfindlichkeit junger Frauen gegenüber männlichen Annäherungsversuchen heute viel höher ist als die Empfindlichkeit der Frauen in meinem Alter") hat stehen lassen.

Ganz kurios wird es, wenn Goffart der Vegetarierin Melcher erklärt, der Verzehr von gebratenem Fleisch habe "der menschlichen Entwicklung einen großen Push gebracht", auf Fleisch zu verzichten sei folglich "schwierig". Im Arrangement erinnert hier viel an die Nichte, die in der Großstadt studiert, aber zum runden Geburtstag der Urgroßmutter vom Onkel in ein politisches Gespräch verwickelt wird.

So ist "Boomer gegen Zoomer" zwar weder besonders originell und nicht besser als andere "Generationenbücher" - aber eben auch nicht schlechter. Gern würde man die, die hier das Wort führen, über den reinen Schlagabtausch hinaus kennenlernen und zum Beispiel erfahren, ob Goffart und seine Frau ihre traditionelle Rollenverteilung je bereut haben. Oder ob die Kindheit in einer eingewanderten Familie Angelika Melcher nicht mehr geprägt hat als ihr Vegetarismus. Weil das nicht passiert, bleibt alles immer nur Symptom für den Generationenkonflikt. Damit, immerhin, liegt das Buch im Trend. Schließlich wird derzeit so viel wie noch nie über "Generationen" fantasiert.

In diesem Jahr landete die "Generation arbeitsunfähig" im Buchregal, der Bestseller "Generation Angst" des US-Psychologen Jonathan Haidt wurde gerade erst ins Deutsche übersetzt, und im Herbst erscheint noch "Generation Ego: Nach uns die Sintflut?" sowie "Generation Toxic: Die Wahrheit

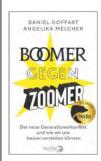
über dich und deine Beziehungen". Sie alle wenden dieselben müden Thesen: dass eine Generation nicht arbeiten wolle, bindungsunfähig sei oder irgendwie depressiver als eine andere.

Dazu teilen die Werke neben fantasielosen Titeln noch ein zentraleres Problem: Es gibt gar keine "Generationen". Es gibt Geburtsjahrgänge. Und Menschen, die in ähnlichen Lebensphasen einen Krieg, eine Pandemie oder eine Rezession erlebt haben. Aber die Vorstellung, dass Menschen, die in einer Zeitspanne von 30 Jahren geboren sind, ähnliche Charakteristika haben, ist so esoterisch wie die Sternzeichen.

Die Scheidungsrate in den vergangenen 20 Jahren lag recht stabil bei einem Drittel, und auch das Arbeitspensum junger Alterskohorten, also die durchschnittliche Arbeitszeit, hat sich in den vergangenen Jahrzehnten kaum verändert. Arbeits- oder beziehungsunfähige Generationen sind mithin Unsinn. Die Wahrheit ist: Als Menschheit sind wir wahnsinnig konsistent und unerträglich langweilig. Statistisch lösen sich die schönen Generationen-Titel in Wohlgefallen auf, und um zu verstehen, was uns prägt, ist das Konzept nahezu nutzlos.

Der Meinungsforscher Bobby Duffy ist sogar der Ansicht, das Generationen-Gerede habe "endlose Stereotype, Klischees und falsche Schlachten" produziert. Und der amerikanische Journalist Louis Menand pflichtet ihm bei, die "Idee der "Generation" sei nur mehr ein Behelf. Es gibt keine empirische Grundlage dafür, dass die Unterschiede innerhalb einer Generation geringer sein sollen als die zwischen den Generationen.

Was diese Krücke von Konzept bewirkt hat, ist allein, dass europäische Wissenschaftler und Intellektuelle den sozialen und kulturellen Wandel. von dem sie besessen sind, besser zu verstehen glaubten. Ja, Alte und Junge ticken unterschiedlich, welch Erkenntnis! "Wenn du auch mal zehn Jahre im Beruf bist, wirst du selbstverständlicher dein Wort erheben, und dir wird mehr zugehört werden", erklärt Goffart der jüngeren Kollegin. Man kann nur hoffen, dass er recht behält. Und Zoomer ihre Bücher bald allein schreiben. Thembi Wolf



Daniel Goffart, Angelika Melcher: "Boomer gegen Zoomer" Berlin Verlag, 224 Seiten, 22 Euro

BESTSELLER

Belletristik

1 (1) **Bretonische Sehnsucht** Jean-Luc Bannalec (Kiepenheuer & Witsch)

2 (3) **Windstärke 17** *Caroline Wahl (Dumont)*

3 (2) **Views** *Marc-Uwe Kling (Ullstein)*

4 (5) **25 letzte Sommer** Stephan Schäfer (Park x Ullstein)

5 (–) **Der Bademeister ohne Himmel**

Petra Pellini (Rowohlt Kindler)



Es ist Sommer, und in den Buchhandlungen herrschen die blauen Wochen. Kaum ein Titel, der ohne Horizonte, Ozeane, Nachthimmel oder eine

schwimmende Person auskommt. Dabei steht die Farbe nicht nur für den Drang nach Freiheit (ins Meer stechen, fliegen), sondern auch für Klarheit, Sicherheit und Vertrauen siehe Firmenlogos von Tech-Unternehmen bis Finanzdienstleistern. Die Coversymbolik bei Petra Pellinis Roman "Der Bademeister ohne Himmel" ist dann auch eine Einladung zum Philosophieren, geht es doch um den Ruheständler Hubert, der an Demenz erkrankt. Ein Körper, der im Wasser treibt, darin ein Geist, der sich langsam auflöst. Die ewige Ruhe nach dem Tod. Ganz schön viel, worüber man nachdenken soll, während man doch eigentlich nur eine Sommerlektüre sucht.

6 (4) **Möchte die Witwe angesprochen werden** ... *Saša Stanišić (Luchterhand)*

7 (-) The Ashes and the Star-Cursed King (Crowns of Nyay

Cursed King (Crowns of Nyaxia 2) Carissa Broadbent (Carlsen)

8 (–) **Delicate Dream** *Merit Niemeitz (Lyx)*

9 (8) **Save Me** Mona Kasten (Lyx)

10 (WE) **Icebreaker** *Hannah Grace (Lyx)*

Sachbuch

1 (1) Altern Elke Heidenreich (Hanser Berlin)

2 (–) **Die Geschichten in uns** *Benedict Wells (Diogenes)*

3 (3) **Das Kind in dir muss Heimat finden** *Stefanie Stahl (Kailash)*

4 (2) **Ungleich vereint** *Steffen Mau (Suhrkamp)*

5 (4) **Ist das euer Ernst?!** *Peter Hahne (Quadriga)*

6 (8) Über die Heiterkeit in schwierigen Zeiten ... Axel Hacke (Dumont)

7 (–) **Fußball-EM 2024** (Delius Klasing)



Das Schöne an solchen Erinnerungsalben großer Sportmomente ist ja immer, dass man sie einmal durchblättert, dann ins Regal

stellt, danach in den Keller verbringt oder auf den Dachboden, wo sie nach Jahren von Kindern oder Enkeln gefunden werden. Also: 2044, Opa, Papa und Kind blättern durch "EM 2024", und Kind fragt: "Opa, wer ist der Mann mit der dunklen Wolke auf dem Kopf?" Opa nickt: "Das ist Marc Cucurella. Wegen dem haben wir damals die EM verloren." - "Warum?" - "Sieh doch hin, der hält einen Ball, der ins Tor gegangen wäre, mit der Hand auf!" - "Hat Deutschland kein Tor geschossen?" - "Siehst du den mit der Zahnlücke? Füllkrug. Der hatte Sekunden vor dem Ende noch eine Chance, traf aber nur das Außennetz." Der Enkel denkt kurz nach: "Opa, ist Füllkrug deshalb heute Bundestrainer?"

8 (6) **Beklaute Frauen** Leonie Schöler (Penguin)

9 (5) **Mit Verstand altern** *Marianne Koch (dtv)*

10 (7) 101 Essays, die dein Leben verändern werden Brianna Wiest (Piper)

Album

1 (-) =**1** Deep Purple

2 (–) **ATE** Stray Kids



Acht Jungs aus Korea, zurzeit berühmteste K-Pop-Band, die mit Ratter-Rap und Speed-

Rhythmen die Konkurrenz BTS hinter sich gelassen haben. Sagen jedenfalls die "Strays", wie sich ihre Fans ähnlich den "Swifties" nennen. Das neue Album war heiß erwartet worden, weil auch im K-Pop jeder Ton und jede Textzeile auf etwas anspielt, was aber nur die "Strays" und andere K-Pop-Fans verstehen. Oder weiß irgendwer, was "matchwo nae jaeppareun gyehoekdo. Heojeom eopsi wanbyeokan pando" bedeuten könnte? Okay, ein paar Zeilen weiter wird's europäischer mit "Vamos, I know that you want it, lobos, we cannot stop hunting". Spätestens da könnte einem dieses mit großer Ernsthaftigkeit hingeratterte Sprachpotpourri ganz sympathisch werden, weil es wie ein frischer Wind durch die Taylor-Swift-Töne dieser Liste weht, Zwei Plätze tiefer ist noch einer: Jimin, Koreaner, hat mal bei BTS gesungen.

3 (7) **The Tortured Poets Department**

Taylor Swift

4 (–) **Muse** *Jimin*

5 (3) The Death of Slim Shady (Coup de Grâce)

Eminem

6 (2) **Flutlicht** *Michelle*

7 (–) **Rap Genius** *Kool Savas*

8 (WE) **Lover** *Taylor Swift*

9 (WE) **1989** *Taylor Swift*

10 (WE) **Hit Me Hard and Soft** Billie Eilish

Kino

1 (-) Deadpool & Wolverine



Sehr viel blutige Gewalt und sehr viele lustige Sprüche. Genau das, was wir jetzt brauchen. Besucher: 717 898

2 (1) Ich – Einfach unverbesserlich 4

Sagen wir uns auch jeden Tag, so zur Selbstermutigung. Besucher: 400 333; ges.: 2 122 014

3 (2) Alles steht Kopf 2 Neuerdings erfolgreichster Animationsfilm ever. Darauf ein Daumen-hoch-Emoji. Besucher: 229 202; ges.: 4 246 265

4 (-) Zwei zu eins

Wende-Komödie um sehr viel Geld. Oder auch: Spanien – Deutschland. *Besucher: 85 737*

5 (3) Twisters

Schulhof-Version: "Gummitwisters". Besucher: 63 899; gesamt: 199 703

6 (4) Bad Boys: Ride or Die

Wie Deadpool & Wolverine, nur ohne komische bunte Anzüge. Besucher: 22 136; gesamt: 1 017 036

7 (5) **To the Moon**

Aus der Tiefe der Raumfahrt. Besucher: 12 445; gesamt: 115 213

8 (9) Garfield – Eine extra Portion Abenteuer

Läuft in Finnland übrigens unter dem Titel "Karvinen". Besucher: 12 390; gesamt: 1 123 888

9 (6) A Quiet Place: Tag Eins

Nicht dabei: Til Schweiger und Matthias Schweighöfer. Besucher: 11 324; gesamt: 225 068

10 (8) Ein kleines Stück vom Kuchen

Gebacken wird auch.

Besucher: 9346; gesamt: 57 478

QUELLE: MEDIA CONTROL GMBH, BADEN-BADEN; (-) = NEUEINSTIEG; (WE) = WIEDEREINSTIEG



JOURNAL

MEIN MAGISCHER ORT

Kivusee

Im zentralafrikanischen Ruanda erlebt Fabian Huber einen cyanblauen Traum aus Wasser – an einem Erdflecken in Flammen

as muss er jetzt also sein, der perfekte Moment. Das Herz geht auf, denn die Sonne geht unter, und wie: Ein blutorangefarbener Kreis schiebt das Wolkendickicht zur Seite und sinkt langsam nach unten, hinter eine Kette saftiger Hügel. Vor mir platscht der Kivusee gegen das Ufer. Ein Dreiergespann Fischerboote, grazil wie Libellen aus Holz, zieht durch das Wasser, einen tief fliegenden Kormoran im Schlepptau, während ich auf der Veranda einer gestelzten Hütte Mojito schlürfe und dieses zerschmelzende Panorama anbete.

Es ist mein erstes Mal in Ruanda, mein erstes Mal überhaupt im Afrika jenseits der Sahara, und wie das so ist mit ersten Malen: Die Gefühle fahren Autoscooter, sie beschleunigen, driften, crashen. Wie kann ein Ort wie der Kivusee gleichzeitig so schön und so schrecklich sein?

Unten, in der Stadt Kibuye, keine zehn Mofaminuten von meiner zauberhaften Lodge entfernt, wütete vor genau drei Jahrzehnten ein völkermörderischer Sturm heftiger als sonst wo in Ruanda. Zehntausende Tote, zerhackt von Macheten, zerfetzt von Granaten, zersiebt von Gewehrkugeln. Die Minderheit der Tutsi suchte Zuflucht im Fußballstadion und in der Kirche St. Jean. Im Schnitt fanden acht von zehn den Tod.

Noch heute ist der Kivusee Konfliktgebiet. An seiner nördlichen Spitze, drüben in der Demokratischen Republik Kongo, tummeln sich am Ufer Schistosoma-Würmer, die Bilharziose übertragen, dahinter in den Berg-



Hanglage: Die Cormoran Lodge wurde behutsam ans Ufer des Kivusees gebaut, Häuser und Hütten bestehen vor allem aus Holz.



Cormoran Lodge

Die abgeschiedene Unterkunft hat sieben Gästezimmer, ein Restaurant und eine eigene Badebucht. DZ ab 160 Euro. www.cormoranlodge.com

Bisesero Genocide Memorial

Erinnerungsstätte an den Völkermord 1994 in Ruanda. Am Muyira-Hügel, wo die Tutsi damals Widerstand leisteten.



In Ruanda reist es sich heute sicherer als in Südafrika – einsamer auch

wäldern lauern schwer bewaffnete Rebellen, die gegen die Armee aufmarschieren.

In meiner ruandischen Parallelwelt aber hechte ich sorgenlos ins seuchenfreie Wasser von Kibuye. Ein geschäftstüchtiger Fischer dreht mir eine Tour an. Er war einst auf die Start-up-Idee gekommen, Südliche Grünmeerkatzen aus dem Urwald auf einer kleinen Insel im See auszusetzen. Die Tierchen (mitnichten schwimmende Mini-Tiger, sondern Primaten mit blauen Hoden, – Gott weiß, warum) vermehrten sich wie affige Karnickel, weshalb der clevere Bootsbesitzer nun fair bepreiste Privatführungen nach Monkey Island anbieten kann.

In Ruanda reist es sich heute sicherer als in Südafrika, und einsamer, zumal im Mai, am Ende der Regenzeit. Als auch noch der im Kolonialherrenton ins Handy bellende, dem Anschein nach irgendwelche Parallelstrukturen des afrikanischen Tochterunternehmens wegrationalisierende Kahlkopfamerikaner auscheckt, habe ich das Hüttendorf am See ganz für mich allein.

Dessen Belegschaft meint es auf der Restaurantterrasse zu gut mit mir und beschallt meine Einsamkeit zum Abendessen mit den immer gleichen Abba-Songs. Furchtbarstes I-do-I-do-Gedudel. Ich hasse Abba, sage aber nichts. 20 Minuten zuvor ist die Sonne hinter dem Kivusee verschwunden. Meine Seele fühlt sich generalüberholt. Den Frieden kann in diesem Moment nicht mal ein "Mamma Mia" ins Wanken bringen.

Fabian Huber ist Redakteur beim stern



Tipp: Die chinesische Chili-Bohnen-Sauce Doubanjiang kann durch eine Mischung aus Miso und Chili-Öl ersetzt werden

EINFACH ESSEN

Chinesisch für Anfänger

Die Berlinerin Sissi Chen will uns die Küche ihres Geburtslandes nahebringen. Legen wir los mit einem Teller voller Tofu



Denise Snieguolė Wachter
Folgen Sie der stern-Redakteurin und Kulinarik-Expertin auch bei Instagram:
@essenmitdenise

edämpfte Teigtaschen mit Shrimpsfüllung, Pak Choi mit Pilzen und Austernsauce, Wan Tans in Chili-Öl: Wer sich bislang nicht an die chinesische Küche herangetraut hat, den nimmt Sissi Chen gern an die Hand. Geboren in Peking, betreibt sie den Instagram-Kanal "Eating in Berlin". Darauf stellt sie eine Vielzahl von Gerichten vor, immer mit Liebe zubereitet.

Die Wahlberlinerin Chen bemüht sich, eine Brücke zwischen der vielfältigen und manchmal herausfordernden Welt der chinesischen Küche und ihrem Publikum zu schlagen. Dabei nutzt sie überwiegend Zutaten, die in gut sortierten deutschen Supermärkten erhältlich sind. Ihr Zugang zur chinesischen Küche macht es einem leicht, einer vermeintlich fremden Kultur nahezukommen. Das Rezept für ihren Mapo-Tofu stammt aus ihrem aktuellen Kochbuch "Einfach chinesisch".

450 g Naturtofu abtropfen lassen und in ca. 32 gleichmäßige Würfel schneiden. **2 Frühlingszwiebeln** putzen,

waschen und in Ringe schneiden. Eine Handvoll zum Garnieren beiseitestellen. **3 Knoblauchzehen** schälen und hacken. **2 EL neutrales Öl** in einer Pfanne erhitzen und **1½ EL Doubanjiang** (diese Chili-Bohnen-Sauce gibt es im Asialaden) ca. 2 Minuten unter Rühren darin anbraten, bis es aromatisch riecht. Frühlingszwiebeln und Knoblauch zugeben und alles 1 Minute weiterbraten. Anschließend **200 ml Wasser** hineingießen, umrühren und den Tofu zugeben. Mit ½ **TL Zucker**, **Salz** und **Pfeffer** würzen. Den Tofu ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

In der Zwischenzeit 1½ TL Maisstärke mit 2 Esslöffeln Wasser verrühren. Nach der Kochzeit des Tofu in die Pfanne geben, vorsichtig umrühren und die Herdplatte ausschalten. Wenn die Sauce dickflüssig geworden ist, ½ TL Sichuan-Pfeffer darüberstreuen. Vorsichtig durchrühren, damit er sich gleichmäßig verteilt. Mit Frühlingszwiebeln bestreut und nach Belieben mit Reis als Beilage servieren.



Gegründet von Henri Nannen †

Gruner + Jahr Deutschland GmbH Sitz von Verlag und Redaktion: Koreastraße 7, 20457 Hamburg Postanschrift: Brieffach 18, 20444 Hamburg Telefon: 040/3703-0, Fax: 040/3703-5629 E-Mail: briefe@stern.de

Chefredaktion

Vorsitzender der Chefredaktion: Dr. Gregor Peter Schmitz Stellvertretende Chefredakteure: Laura-Lena Förster, Cornelia Fuchs, Giuseppe Di Grazia Mitglieder der Chefredaktion: Sven Böll, Steffi Dobmeier Assistenz: Svenja Jeon-Thies Senior Projektmanagerin: Gunhild Lübeck Geschäftsführende Redakteurinnen: Maike Köhler, Nicola Wagner

Chefkorrespondent: Nico Fried Editorial Board

Digital: Katharina Brenner-Meyer, Felix Haas, Niklas Molter, Finn Rütten, Sarah Schierack Textchefs: Ulrike von Bülow, Oliver Creutz, Arne Daniels, Moritz Herrmann, Volker Königkrämer
Sitemacher: Gideon Ötinger, Maximilian
Seidenfaden, Daniel Sippel.
Anna Aridzanjan (Audience Development),

Print: Mathias Schneider, Christine Zerwes

Redaktionsleitung stern Crime: Bernd Volland

HAUPTSTADTBÜRO Ressortleiter Politik: Veit Medick, Jan Rosenkranz. Chefreporterin Politik: Miriam Hollstein. Leitung: Timo Pache, Jenny von Zepelin (Leit. Red.). Lisa Becke, Kai Beller, Leon Berent, Martin Debes, Frank Donovitz, Monika Dunkel, Marieke Einbrodt, Laura Eßlinger (Leitung Digital), Birgit Haas, John Stanley Hunter, Nils Kreimeier (Leit. Red.), Siems Luckwaldt, Lutz Meier Katja Michel, Nadine Oberhuber, Rolf-Herbert Peters (Autor), Victoria Robertz (Volontärin), Stefan Schaaf, Florian Schillat, Caspar Tobias Schlenk, Hannah Schwär, Philipp Schwenke (Textchef), Nele Spandick (Leit.Red.), Thomas Steinmann, Jannik Tillar, Niklas Wirminghaus (Leit. Red.), Marina Zapf.

Telefon: 040/3703-5377 E-Mail: hauptstadtbuero@stern.de AKTUELLES

Leitung: Carsten Heidböhmer, Jens Maier, Daniel Wüstenberg.
Daniel Bakir, Susanne Baller, Mirjam Bittner,
Marc Drewello, Rebecca Häfner,
Christian Hensen, Christina Klein, Gernot Kramper, Thomas Krause, Niels Kruse, Christine Leitner, Julia Mäurer, Malte Mansholt, Kai Müller, Tina Pokern, Tim Schulze, Yannik Schüller, Luisa Schwebel, Sarah Stendel, Matthias Urbach, Denise Snieguolė Wachter, Rune Weichert, Leonie Zimmermann Leitung Factchecking: Moritz Dickentmann

GESELLSCHAFT UND SPORT

Leitung: Dr. Helen Bömelburg Catrin Boldebuck. Jonas Fedders, Katharina Hoch, Jana Luck, Tobias Schmitz, Nico Schnurr, Amonte Schröder-Jürss, Johanna Wagner. Reporter: Christian Ewers, Kerstin Herrnkind. istenz: Kristine Wagner Telefon: 040/3703-4401 E-Mail: gesellschaft@stern.de

Leitung: Marc Goergen, Iris Spiegelberger. Fabian Huber, Katharina Kunert. Reporter: Joachim Rienhardt, Leonie Scheuble, Bettina Sengling. Autor: Jan Christoph Wiechmann Assistenz: Kristine Wagner Telefon: 040/3703-4401 E-Mail: ausland@stern.de

GESUNDHEIT, WISSEN UND GEFÜHLE

Leitung: Dr. Anika Geisler, Ilona Kriesl. Helmut Broeg, Lisa Frieda Cossham, Nicole Heißmann, Alexandra Kraft, Doris Schneyink, Nicole Simon Reporter: Dr. Bernhard Albrecht. E-Mail: wissen@stern.de

RECHERCHE Leitung: Marc Neller. David Holzapfel, Oliver Schröm (frei), Charlotte Wirth (frei) Reporter: Uli Rauss, Johannes Röhrig. Assistenz: Kerstin Westermann Telefon: 040/3703-5377 E-Mail: investigativ@stern.de

Leitung: Félice Gritti. Matthias Bolsinger, Frederik Mittendorff, Isabelle Zeiher

KULTUR, LIFESTYLE, SOCIETY

Leitung: Lena Steeg. Viorica Engelhardt, Jana Felgenhauer, Amelie Graen, Oliver vom Hofe, Matthias Schmidt, Bernd Teichmann (Koordinator), Thembi Wolf. Assistenz: Frauke Wohlert

E-Mail: kultur@stern.de

MODE

Fashion Director: Marcus Luft Redaktion: Cathrin Wißmann

Gunnar Herbst

E-Mail: herbst.gunnar@stern.de

AUTOREN David Baum, Nicolas Büchse, Steffen Gassel (Diplomatischer Korrespondent), Tilman Gerwien, Tina Kaiser, Christoph Koch, Stephan Maus, Hannes Roß, Stefan Schmitz,

Lorenz Wolf-Doettinchem Leitende Redakteure Audio, Streaming, Podcast: Isa von Heyl,

Dominik Stawski DATENJOURNALIST

Patrick Rösing

ENTWICKLUNGSREDAKTION

Ralf Sander, Alexander Böhm (Grafik)

SOCIAL MEDIA

Leitung: Carly Laurence. Eugen Epp, Karina Geburzky, Wiebke Tomescheit-Bösenberg, Noelia Sanchez-Baron, Laura-Cäcilia Wolfert

EDITORIAL SEO UND DISTRIBUTION

Leitung: Patrick Rösing. Annette Berger, Phil Göbel, Jacqueline Haddadian, Jessica Kröll

VIDEO

Leitung: Laura Rodrigues. Katharina Frick, Marco Klehn, Tom Niesporek, Florian Saul, Martin Thiele, Emma Wiepking Assistenz Redaktion: Julia Gossé E-Mail:

themen-chefredaktion-online@stern.de

Verifikation, Schlussredaktion, Recherche **OUALITY BOARD**

Leitung: Tobias Hamelmann, Melanie Moenig (Stv.). Sven Barske, Elke von Berkholz, Lenka Brandt, Susanne Elsner, Regina Franke, Hildegard Frilling, Petra Frost, Dr. Götz Froeschke,

Cornelia Haller, Ursula Hien, Dagny Hildebrandt, Sandra Kathöfer, Judith Ketelsen, Petra Kirchner, Dirk Krömer, Jeanette Langer, Mai Laubis, Michael Lehmann-Morgenthal, Kirsten Maack, Susan Molkenbuhr, Alice Passfeld, Christian Schwan, Andreas Sedlmair, Stefan Sedlmair, Olaf Stefanus, Bettina Süssemilch, Torsten Terraschke, Antje Wischow, Andrea Wolf

Bildredaktion und Grafik

Creative Coordinator: Derik Meinköhn Managing Designer: Andreas Nyland Stv. Managing Designer: Guido Schmidtke Bildredaktion: Susanne Baumann, Elena Gorshenina, Orsolya Groenewold, Claudia Menzel, Amelie Mittelmann, Andreas Trampe, Bianca Verwohlt, Rahel Zander Fotografin: Jana Mai

E-Mail: picturedesk@stern.de Layout: Susanne Bremer, Felix Bringmann, Markus Dixius, Barbara Exner, Sabine Hansen, Christiane Kapaun, Ibrahim Kepenek, Christiane Kröger-Stark, Birgit Ludwig, Nicole Prinschinna, Corinna Sobek, Susanne Söffker

TITEL

Managing Designer Titel: Frank Dietz. Michel Lengenfelder

INFOGRAFIK

Koordination: Bettina Müller

BILDTECHNIK

Koordination: Tanja Metzner. Assistenz: Katharina Niu, Carolin Theilen

Korrespondenten Inland

BADEN-WÜRTTEMBERG Ingrid Eißele (frei),

Telefon: 07151/61 05 16 E-Mail: eissele.ingrid_FR@stern.de

NORDRHEIN-WESTFALEN Rolf-Herbert Peters, Telefon: 02238/140402 E-Mail: peters.rolf@stern.de

Korrespondenten Ausland

LONDON

Dagmar Seeland (frei)

Telefon: +44/1892/618245 E-Mail: seeland.dagmar_FR@stern.de

Telefon: +7/499/2434533 E-Mail: ausland@stern.de

Korrespondent Washington: Marc Etzold Recherche: Anuschka Tomat Bildredaktion: Angelika Hala Telefon: +1/646/884-7100 E-Mail: newyork@stern-ny.com

PARIS Andrea Ritter

E-Mail: ritter.andrea@stern.de

Bildredaktion und Recherche: Luisa Brandl (frei), Telefon: +39/335496520

Stiftung stern -Hilfe für Menschen e.V.

Leitung: Thekla Kerbstat. Julia Stahl (Projektmanagerin) Assistenz: Katharina Niu E-Mail: stiftung@stern.de

GRÜNDERPREIS & JUGEND FORSCHT

Doris Schneyink NEUGESCHÄFT

Leitung: Julia Rieke.

Samira Debbeler, Mareike Fangmann, Henry Lübberstedt, Axel Palm, Maren Rosche, Jan Sägert, Anna-Lena Scheibe stern Studien: Lorenz Wolf-Doettinchem

Chief Product & Revenue Officer: Johannes Vogel Product Managerin: Eva Zaher

ANZEIGEN

Arne Zimmer (verantwortlich) Ad Alliance GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg Es gilt die aktuelle Preisliste. Infos hierzu unter: www.ad-alliance.de

VERTRIEB DPV Deutscher Pressevertrieb Sales Director: Madeleine Wolgast

MARKETING Stefan Bromberg (Leitung), Jana Jaeschke (Managerin)

PRESSE- UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT Bettina Klauser

Internet: www.stern.de/presse

HERSTELLUNG G+J Herstellung, Heiko Belitz (Ltg.), Mario Richter

v.i.s.d.p.: Dr. Gregor Peter Schmitz

LIZENZEN

BRANDS Licensing by G+J: Siegel und Sonderdrucke, Koordination Petra Martens E-Mail: imme.tillessen@rtl.de

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

DRUCK

Mohn Media Mohndruck GmbH, Gütersloh, Printed in Germany

So erreichen Sie uns:

Leserbriefe, Ideen, Lob und Kritik:

Telefon: 040/3703 3500 (Montag, Mittwoch und Freitag von 10:00 bis 12:00)

Abo-Service, Heftzustellung: kundenservice@dpv.de

Alle Abo-Services können Sie auch auf unserem Serviceportal im Internet erledigen.

ABO-SERVICE

www.stern.de/kundenservice Telefon: 040/55557809 Fax: 040/55557803 stern-Kundenservice, 20080 Hamburg

ÖSTERREICH, SCHWEIZ, ÜBRIGES AUSLAND

Telefon: +49/40/55557809

DEUTSCHLAND

stern im Abonnement: Preis für 52 Ausgaben (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zurzeit je 5,90 €), inkl. Mwst. und Versand. Mitglieder des ESB Reutlingen Alumni e.V. und des Europaverbands der Selbständigen – Deutschland (ESD) e.V. erhalten das *stern-*ePaper im Rahmen ihres Beitrags.

Normalabonnement € 306,80 Studentenabonnement € 153,40 Abo-Auslandspreise auf Anfrage Bestellung älterer Ausgaben und Sonderhefte unter www.shop.stern.de KANADA

Sunrise News, Toronto, https://sunrisenews.ca

USA

stern (USPS no 00533870) is published weekly by Gruner + Jahr GmbH. Known Office of Publication: Data Media (A division of Cover-All Computer Services Corp.), 2221 Kenmore Avenue, Suite 106, Buffalo, NY 14207-1306. Periodicals postage is paid at Buffalo, NY 14205. Postmaster: Send address changes to stern, Data Media, P.O. Box 155, Buffalo, NY 14205-0155, E-Mail: service@roltek.com, Toll free: 1-877-776-5835



Preis des Heftes 6,20 Euro. Der stern darf nur mit Verlagsgenehmigung in Lesezirkeln geführt werden. Dem Heft liegt regelmäßig das stern-TV-Magazin bei, ausgenommen Lesezirkel und Teile der Auslandsauflage. Der Export des stern und sein Vertrieb im Ausland sind nur mit Genehmigung des Verlages statthaft. Auslandspreise auf Anfrage. Alle Rechte vorbehalten. Insbesondere dürfen Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet und Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-Rom, DVD-Rom etc. nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung des Verlages erfolgen. Deutsche Bank AG, Hamburg, Konto 03 22 800, BLZ 200 700 00, IBAN DE30200700000032280000, BIC DEUTDEHH. Der Verlag haftet nicht für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. ISSN 0039-1239

EIN QUANTUM TROST



THOMAS GSELLA

LEICHTE GETRÄNKE



Spritzt er Aperol am Morgen Und zwei Hugos zum Kaffee, Fühlt ein Mensch sich so geborgen Wie ein Wal in blauer See.

Wein würzt unser Mittagessen Auch als Schorle. Wem's nicht reicht: Gin macht Tonic fast vergessen! Auch Mojito ist sehr leicht.

Und noch leichter dank Limetten Im Tequila legt Paloma Uns dann nachts in schiefe Betten: Prosit, leichtes Sommerkoma!

LESERSERVICE ARBEITSRECHT

URLAUBSVERLÄNGERUNG GRATIS

SÄTZE FÜR DIE EWIGKEIT

FERIEN 4: AUF DEM CAMPINGPLATZ

"Steht der Wohnwagen jetzt gerade?" "Funktioniert der Kühlschrank?" "Wie ist der Empfang?"

"Wo kann man hier Wasser auffüllen?"

"Gas ist alle!"

Von Leser Ansgar Carl aus Aachen. Vielen Dank!

69%

ALLER BADEMEISTER WERFEN DAS HANDTUCH

Von Leser Siegfried Fischer aus Löwenstein. Vielen Dank!



Ideen? Anregungen? Kritik? Schreiben Sie uns: humor@stern.de

KREUZWEISE

Nr. 1884

Waagerecht

3 Was botoxfix Gesicht wahrend zu haben wär, ansonsten glatt Aufgehen in Kreatiefe und -breite... 10 Mal Morgenstern gegen Linné: Der Name aller Möwen sei dieser, nix Larinae – ganz wie im juxlyrischen Systemmanagement!? 13 'alt frankoviel mondäner, Bühne wie Aufzug so zu nennen – mais oui!

zu nennen – mais oui!

15 Hundert pro kein Heroe, quasi negatief bewundert...

17 Mundrundweg einsilbigstes Erstaunen

18 Verletterte Universalzahl für alles Verhältnismäßige nach klassischer Goldenerschnittregel

19 So schauderbeklemmlich wie groteskkafkaesk – und das im Psychopharmakabereich!?

21 Und wer dings

14 15 17 16 19 20 21 22 24 25 23 27 28 29 34 30 32 33 36 37 38 40 41 39 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58

damit multipliziert, punktet oder kreuzt mittig 22 Sind ja solchene Bälle, die dem besten Torwart passierend passieren, das Gegenteil wär solchene Behauptung 24 Wie International die Naturakademie auf Vilm firmiert, und so fraulich auch! (Abk.) 26 Für Neider Emporio-Emporkömmling, de facto Italias Giorgio-Genio alla moda 27 Von uns aus, wie durchaus ihr da drüben was macht 30 Spitzenposition für meer ängstliche Landratten... 31 Wo im Schwarzwald ein kleinster Hesse größter Stadtstolz ward 33 Zwang unoffen stehend Minnesänger offengestanden zu Habschmachtstellung 35 Sind exzeptiohnegleichen solche, die als Ausnahmen Regeln bestätigen (Wort für Unvergleichbarkeiten) 38 Globalfinanziell bloß Vermögenswert, liegt gar in Geldkassetten rum?! 39 Entfährt öfter Trotzmotzkindskopf 40 Nonsens Nr. 902: Dings zu welcher Jahreszeit – bei Stallone ist immer Silvester! 41 Womit Schnaps eine Idee schneller gekippt wär, und hopp! 42 Worin man sicher glaubt, man sei im Kino, im italienischen etwa – eins-a beim C-Anime abgeguckt... 44 The ... are the bricks and the mortar of the house, so konstruierte es Musikus Benjamin Britten (engl.) 46 Schon schlimm, wenn was echt so schlimm war, dass es teilweise lethargisch macht... 47 Ohme Frage sindse Mutterbrüder oder Vaterfraters, allein schon im Bohei-Metier!? 48 Sautrist, finden Kritiker andererseits, dass so viele von denen all die costas, avenidas & playas überschwemmen!? (span.) 49 Wie's geschehen tat, wenn für Saloppere da nich für passte, näch? 50 Macht Wauwau kaukau, bleiben eben solchene Knochen & Kuscheltiere ganz puttputt zurück 52 Gar nicht bescheuert, wie Babysprachler mit Kleinen so spazieren gehen statt heia machen 53 Den doch'n BuLi-Lover noch als Löwen kennt int. Soccer-Fan als Klinsi-Nachfolger, rauszuhören aus Dribbling-Reggae?! (Vorn.) 55 Kommunikative Notfalllangschnüre einst durch Bimmel- wie Eisenbahnen bis zum Führerstand 57 Ist ja'n Mann fürs Dingsene der ausputzmunterste Humorlose meist! 58 In tauflicher Anmeldeflaute letztlich klar, welcher Mädelname aussterblich wird...

Senkrecht

1 Sind öfter bestuckt, beerkert, parkettiert unbilligerweise teurere Domizilziele 2 Wie weroderwas ja nochmal schuftiger & ganoviger halunkend als jeder Gauner wär, was somit ja sogar für ne Kreisch-Schur reichte!?

3 Ein klein Eigenname,

wie er im Abk.-Buche

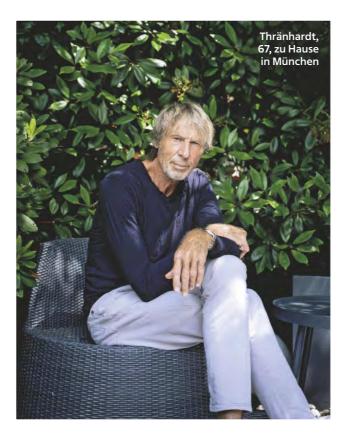
steht 4 Nemunasname in flussigem Russisch, geht ab ins kurischere Haff 5 Mal Gegenteil von ebenso einsilbigem Lug und Trug, isso! 6 Fraulichere Varietät auf der Amabilis-Liste, so eine, die ausm Gaga-Palindromsatz: Alle Bananen, Dingens! 7 Faulpelz Benn: Ich finde schon Gehen eine unnatürliche Bewegungsart; Dingse laufen, aber der

Mensch sollte reiten oder fahren! 8 Sind alleruntertänigst entbotene ja solchene Grüße an Höhergestelltheiten 9 Heischhaft norddeutscheln? Damit geht's! Nicht wahr?? 10 Und in Italia allzumal vor folglichem Vokal wie wo bei Glucks Oper die Euridice dem Orfeo nachfolgt 11 Kam dem Vogel-Südhimmel nie nah, blieb laufend frustriert – und starb aus die Maus ... 12 Segelmachers Takeltool zum Pricken wie Schuhwerkers Vorstecher zum Pfriemeln, beiden bei Prahlerei stichhaltig zur Hand!? 13 Kommt einem spanisch vor, wenn auch knappst 14 Muss der Koberinderhalter das Bier hautsächlich schon, sonst nix Bestfleisch! 16 Ziemliche Nudelei, aber damit spuckte mann einst einträglich Töne 20 Märchenmädchen, roch den Weißkaninchenbraten zu spät 21 Trinkenden Gutsbesitzers Puntilas nüchterner Chauffeur brecht's nun? Skiflugfans finnen diesen Nykänen sel. näherliegend! 23 Shocking Event, aktiohne weiteres kunstsinnig performt als solches schon in den Sixties 25 Kleinkerl im Austriagensischen, großer Aufspieler aus GB als Vivaldi-Teufelsgeiger (Vorn.) 28 Wie fragt, wer Antwort schon kennt, wunschgemäß eben ... 29 Altgläubiger Griechen heilandläufiger Retter! Quasi an Ortes Stelle, andererseits?! 32 Mädel, das ja sicher weiß, ecce!, dass es weiß heiß' 34 Wer einkochend einweckt, hat in AU für den Königsweg des Einsiedens eher was zur Hand? 36 Wovon Bibliophile viele wollen, gibt ja keine Originalternative! (Abk.) 37 Ebenso veraltet, was desgleichen ferner bliebe, sic! 43 Wird uns normal- wie winterzeitlich angezeigert, ist somit ständig im Ausnahmezustand... (Abk.) 45 Hat als Wort das einnehmendste Wesen, finden Pillendreher – ecce! 46 Was Gummi gibt als Harz, was für'n Stinkding von Teufelsdreck aber auch ... 47 Im Ristorante auf die Mittagstafel gekreidet, tagtäglichst (ital.) 48 Hat den Schwebstoffreichtum, verwehrt uns den Durchblick mal ganz fachlich 51 Hokkaido, ja, so hieß es ma, schon in historischer Zeitbezogenheit!? 54 Uns kurze Verfassungsgrundlagensteingemeißeltheit 56 Gut, wo Altgriechisch so'nen Anfang macht, kann phorisierend enden!

AUFLÖSUNG AUS DEM VORIGEN HEFT/KREUZWEISE 1883

Waagerecht: 2 AVA Gardner 5 SCHWERE 11 MOIRA 16 2x VORSCHIEBEND 19 -PHIL 20 ERSCHUNDENER 21 to BE, Ende von Schwe-be 22 SS als "scharfes S" 23 AERGERN 24 ALINA, in Adren-alina-usstoß 27 port. PITU + "PITÚ" 29 lat. ALGAE 31 span./Marijke AMADO 33 ich BIN, Anfang von Bin-se 34 KB 35 EUMENIDEN 37 DIENSTLEISTUNGSJOBS 41 sog. ALINEA 42 in Malochen-deO-deur: DEO 43 Doro-/THEA 44 GEQUIETSCHE 46 "Die Sitwattzjon is' DA" 47 lat. CASEUS 49 NZ = New Zealand 50 der HORCHER an der Wand 53 ANT = Ameise 54 INA Seidel 56 LIEBling 57 LIND, in B-lind-flug 58 KEILEREI + "333 war die Issos-KEILEREI" 60 SommerFERIEN, Anagramm F-e-i-e-r-n 61 2x GER 62 2x ARISCH, in Exempl-arisch-en 63 franz. PRÊT Senkrecht: 1 2x UEBERGESETZLICH 2 lat. AVES 3 2x VORSPIEL 4 ARS vivendi 5 wasser-/SCHEU 6 CHUR 7 2x HINGABE 8 Palm-/StaubWEDEL 9 RENNAUTOS 10 East-northeast = ENE, in Pilot-ene-tikette 12 engl. "OPTIMISE!", Anagramm S-e-m-i-O-p-t-i 13 2x I.H. 14 RIBADEO 15 ALE, in Re-ale-n/Lok-ale-n 17 SCAT + E. Fitzgerald 18 das DRA 25 LANG HER + "Verdamp LANG HER" 26 NADJA Tiller 28 sein INNIGSTER 30 EMU 32 ON BOARD 33 wörtl. BIANCA, z.B. Jagger 34 KLAUSNER, Anagramm K-e-r-n-S-a-u-l 36 ENTHOBEN 38 Schnee = SNEE 39 TEQUILA 40 IDEN des März 45 2x CHEF 46 "bis DENNE!" 48 in D-anke-sstrauß: ANKE Engelke 51 2x CLIP 52 HIER 55 in Ari-ana: "ARI" 59 Stephen Kings "ES"

WAS MACHT EIGENTLICH?



Carlo Thränhardt

Er zählte in den 80er-Jahren mit drei Weltrekorden zu den Besten des Hochsprungs

Plagen Sie heute manchmal noch Albträume, den richtigen Zeitpunkt des Absprungs zu verpassen?

Nein, den bekam ich immer gut hin. Früher träumte ich aber ständig davon, Weltrekorde zu springen. Schon als kleiner Junge war ich fasziniert vom Fliegen. Das motivierte mich, Hochsprung zu betreiben, denn dabei konnte ich mich ohne Hilfsmittel von der Erde wegbewegen. Im Traum sprang ich mehr Weltrekorde als in der Realität.

Sie wuchsen in einem Dorf in der Eifel auf. Gab es dort eine Sprunganlage?

Die baute ich mir selbst im Garten. Ich besorgte mir zwei alte Matratzen, rammte zwei Pfähle in den Boden, hämmerte ein paar Nägel rein und kaufte mir im Baumarkt einen Holzbalken als Latte. Wenn ich meine Sprünge übte, blieben oft Spaziergänger am Zaun stehen und schauten mir etwas verwundert zu.



Thränhardt, 1957 in Bad Lauchstädt geboren, spielte begeistert Handball und war in der Jugend-Nationalmannschaft, ehe er als Hochspringer Weltrekorde aufstellte und Europameister wurde. Er nahm zweimal an Olympischen Spielen teil (o. 1988 in Seoul). 1993 beendete er seine Karriere. Nach dem Tod seiner ersten Frau und Mutter seines Sohnes Dion (heute 25), lernte er 2019 seine zweite große Liebe kennen und wurde im Juli 2022 Vater einer kleinen Tochter. Er lebt mit seiner Familie in München.

Damals waren Sie ein vielversprechender Handballer. Erst mit 17 wechselten Sie zum Hochsprung. Schon bei Ihrem dritten Wettkampf bei der Jugend-DM sprangen Sie 2,04 Meter und holten Bronze.

Das war eine tolle Geschichte. Die anderen machten schon jahrelang Leichtathletik und trugen Markenkleidung. Ich hatte keine richtigen Sportklamotten, bekam höchstens einmal im Jahr von meinem Vater neue Turnschuhe, sah ein bisschen aus wie ein Penner, konnte aber springen. Ein Mann von Puma mit dem Namen Charlie Eierkaufer kam auf mich zu und sagte, das sei klasse, wie ich gesprungen sei, und schenkte mir vier Pakete mit Sportzeug. Da dachte ich: Jetzt hast du es geschafft!

Am 26. Februar 1988 sprangen Sie in Berlin mit 2,42 Metern Hallenweltrekord.

Ich war in perfekter Form, sprang so locker über 2,36 Meter, dass ich die nächsten zwei Höhen ausließ und erst bei 2,42 Meter wieder einstieg. Die anderen guten Jungs waren da bereits raus. Ich war der Einzige, der versuchte, den Weltrekord zu knacken. Schon beim Anlauf bekam ich Gänsehaut. Es fühlte sich an, als liefe ich aus mir heraus, hätte den Sprung schon gemacht und ihn dann erst physisch umgesetzt.

So eine körperliche Höchstleistung verbraucht enorm viel Energie. Wie machte sich das bemerkbar?

Morgens vor dem Wettkampf wog ich 84 Kilo, abends waren es nur noch 77 Kilo.

Sie stellten während Ihrer sportlichen Karriere drei Weltrekorde auf. Bei Olympia und den Weltmeisterschaften blieb Ihnen aber ein Platz auf dem Podest verwehrt. Ärgert Sie das heute noch?

Nein. Natürlich hätte ich die Medaillen gerne gehabt. Letztendlich ging es mir aber darum, immer höher zu springen und Rekorde aufzustellen.

Heute arbeiten Sie im Beraterstab des deutschen Davis-Cup-Teams und halten Vorträge vor Unternehmen. Was steht als Nächstes an?

Ich habe gerade mit einem langjährigen Kunden, einer Braunschweiger Privatbank, ein Konzept zum Better Aging entwickelt, das diese interessierten Kunden anbietet. Während eines dreitägigen Coachings in München mit Herz-Check beim Kardiologen und sportlicher Anamnese sollen die Teilnehmer lernen, wie sie durch sinnvolles Training und vernünftige Ernährung, aber ohne großen Verzicht bis ins hohe Alter gesund und fit bleiben. Natürlich trainiere ich auch selbst mit ihnen. Darauf freue ich mich schon sehr. 🎽 Interview: Sabine Hoffmann



DAS GANZE SEHEN – MIT CAPITAL. Capital WIRTSCHAFT IST GESELLSCHAFT



Wir starten die Generalsanierung. Ihr kommt weiter ans Ziel.

"Mein Name ist Gerd-Dietrich Bolte und ich verantworte als Leiter Infrastrukturprojekte Mitte die Generalsanierung der Riedbahn.

Damit die Bahn wieder zuverlässiger wird, sanieren wir nach und nach hochbelastete Strecken.

Los geht's mit der Riedbahn zwischen Frankfurt/Main und Mannheim. Hier packen wir alles parallel an: Gleise, Weichen, Oberleitungen, Signaltechnik, Bahnsteige – alles neu und weniger störanfällig. In nur fünf Monaten. Wir bringen euch selbstverständlich auch weiter ans Ziel.

Mehr Bahn für alle.

Im Güter- und Fernverkehr auf Umleitungsstrecken. Im Regionalverkehr mit modernen, barrierefreien Bussen. Die Riedbahn ist unser erster Schritt zu pünktlicheren Zügen und attraktiveren Bahnhöfen. Wir geben weiter alles auf unserem Weg zu einem echten Hochleistungsnetz. Für ganz Deutschland und natürlich fürs Klima*."

Wenn ihr mehr über das Team Riedbahn erfahren möchtet: jetzt die Video-Doku "Bahnsinn Riedbahn" ansehen.



db.de/generalsanierung



ielleicht liebe ich doch jemand anderen", flüstert Luise (Wolke Hegenbarth). "Wen denn?", fragt Toni (Leo Reisinger) stirnrunzelnd. "Du weißt schon, wen …", hält sie sich bedeckt. Wer die ARD-Reihe "Toni, männlich, Hebamme" kennt, dürfte hier verzweifelt mit den Augen rollen. Allen, die sich am Freitagabend lieber dem Krimi oder dem Sport bei anderen TV-Sendern hingeben, sei gesagt: Hebamme Toni und seine Praxiskollegin Luise Fuchs tanzen seit jeher den Reigen der Fast-Beziehung.

LIEBE UND ANDERE SCHWIERIGKEITEN

Immer wieder schaffen es die beiden, sich gegenseitig auf die Füße zu treten. Kein Wunder, dass dieses zweifelhafte Liebesgeständnis Toni

auf die Palme bringt – und Sami (Marcel Mohab) zur Verzweiflung. Denn Sami ist Luises fester Freund. Doch es kriselt. Schon lange. Na, wenn dieses Gefühlschaos nicht jede Menge Konfliktpotenzial birgt, "Baby im Korb" lautet der Titel des neunten Films der Reihe, der nun im Ersten zu sehen ist. Gemeinsam mit dem Autor Sebastian Stoietz zeichnet Regisseurin Sibylle Tafel auch für das Drehbuch verantwortlich. Die charmanten Liebesgeschichten nehmen die beiden in der Reihe ebenso wichtig wie gesellschaftlich relevante Fragen.

Als vor Luises Tür, ganz auf Moses-Art, ein Findelkind im Körbchen ausgesetzt wird, nimmt das Drama mit komödiantischen Elementen an Fahrt auf. Während sich die quirlige Blondine voll und ganz der kurzfristigen Pflegemutterschaft widmet und sogar Sami in der Vater-Rolle aufblüht, behält Toni einen kühlen Kopf und begibt sich auf die Suche nach der Mutter des Babys. Zwar kann er sie ausfindig machen, scheitert aber am fehlenden Vertrauen der psychisch labilen Studen-

tin Charly (stark: Michelle Barthel, die 2011 den Grimme-Preis für das Sozialdrama "Keine Angst" erhielt). Die junge Frau kämpft nicht nur mit finanziellen Schwierigkeiten, sondern auch mit ihrem Messie-Problem. Ob Toni, der charmante Bayer mit Helfersyndrom, doch noch ihr Vertrauen gewinnen kann?

Dass Luise und Sami so viel Zeit und Spielraum haben, sich um den kleinen Findling zu kümmern, mag auf den ersten Blick etwas seltsam wirken, soll aber als Anlass dienen, um auf die angespannte Situation im Gesundheitssystem hier-

ABSCHIED IN ZWEI ETAPPEN

Im vorletzten Film der ARD-Reihe "Toni, männlich, Hebamme – Baby im Korb" gibt es bei aller Liebe auch Kritik am deutschen Gesundheitssystem





zulande hinzuweisen. Denn die personelle Unterbesetzung in der medizinischen Pflege, vor allem auf den Kinder- und Säuglingsstationen, ist in manchen Einrichtungen katastrophal. Genauso wie der Mangel an Hebammen. Hier wollen die Verantwortlichen mit gutem Beispiel vorangehen und die Möglichkeiten dieses Berufsfeldes zunehmend auch für Männer attraktiv machen.

ÜBERALL MUSS GESPART WERDEN

Hebamme Toni zeigt im neuen Film auch, wie viel mehr Zeit man sich für die Patientinnen nehmen sollte. Natürlich ist das bisweilen reichlich überspitzt inszeniert. Aber: "Das Feedback, besonders von Männern, die die Filme als authentisch und cool empfinden, ist durchweg positiv",

berichtet Schauspieler Reisinger. "Dies war mir wichtig, da ich mich als Mann nicht genetisch in eine Frau bei der Geburt einfühlen kann."

Gespart wird derweil nicht nur im Gesundheitssystem. sondern auch bei der ARD. Auch "Toni, männlich, Hebamme" fällt Maßnahmen des Senders zum Opfer. Der zehnte Film der Reihe, die zuletzt immer mehr Zuschauer verlor, wird daher der letzte sein: "Das Glück der Anderen" ist am Freitag, 16. August, 20.15 Uhr, zu sehen. Die beiden finalen Folgen sind jeweils zwei Tage vor Ausstrahlung in der ARD-Mediathek abrufbar. "Ich danke allen Beteiligten, insbesondere den Fans, für ihr wunderbares Feedback", sagt Hauptdarsteller Leo Reisinger. Er sehe es aber auch "durchaus positiv, dass die Reihe endet, denn so öffnen sich neue Türen." Im September erscheint sein erstes Buch: "Bavarese". Eine Lesereise ist bereits in Planung. Reisinger selbst arbeitete lange als Kellner in der Münchner Gastro. Er lebt mit seiner Familie südlich von München.



FREITAG | 20.15 | DAS ERSTE

Oben: Die Funken sprühen weiterhin zwischen Entbindungspfleger Toni Hasler (Leo Reisinger) und seiner Praxiskollegin Luise Fuchs (Wolke Hegenbarth). Unten: Die Studentin Charly (Michelle Barthel) hat aus Verzweiflung ihr Kind vor Luises Tür ausgesetzt.



Hoffnungsträger der britischen Monarchie: Prinz Louis (l.), Prinzessin Charlotte und Prinz George.

KINDHEIT IM FOKUS DER ÖFFENTLICHKEIT

Die Reihe "**ZDFroyal**" widmet sich in zwei Beiträgen dem königlichen und fürstlichen Nachwuchs aus Großbritannien und Monaco

enige Kinder stehen so unter öffentlicher Beobachtung wie der Nachwuchs europäischer Adelshäuser. Den Privilegien und Schattenseiten einer royalen Kindheit widmet sich die Reihe "ZDFroyal" in den aufeinanderfolgenden Dokus "Englands Königskinder" und "Fürstenkinder – Monaco", in denen zahlreiche Expertinnen und Experten zu Wort kommen.

IST EINE UNBESCHWERTE KINDHEIT MÖGLICH?

Prinz George (11), Prinzessin Charlotte (9) und Prinz Louis (6), die Kinder des britischen Thronfolgers Prinz William und seiner Frau Prinzessin Catherine, stehen seit ihrer Geburt im Licht der Öffentlichkeit. Dass trotzdem vergleichsweise wenige Paparazzi-Schnappschüsse von ihnen existieren, hängt mit dem resoluten Umgang ihrer Eltern mit der Presse zusammen, wie in Annette von der Heydes Film über das Schicksal aktueller und vergangener Thronerben deutlich wird. Kate und William möchten ihren Kindern "eine unbeschwerte Kindheit ermöglichen, auch wenn einer von ihnen mal den Thron erben wird", erklärt die britische Moderatorin Afua Hagan. "Sie schirmen sie von der Außenwelt ab und von den Paparazzi. Ich denke, sie machen das genau richtig."

Die vorherigen Generationen hatten da weniger Glück: Der als sensibel geltende König Charles III. erlebte eine unglückliche Zeit auf einem schottischen Internat, seine Mutter Queen Elizabeth II. war zu einer abgeschirmten Kindheit hinter den Palastmauern verdammt. Charles' Söhne, die Prinzen William und Harry, kamen zwar in den Genuss von Disneyland- und Kinobesuchen, wurden dabei

allerdings stets von Paparazzi belagert und mussten schließlich 1997 ihre Mutter zu Grabe tragen, nachdem Prinzessin Diana bei einem Autounfall gestorben war, an dem aufdringliche Fotografen nicht ganz unbeteiligt gewesen sein sollen.

HANDYS ERSCHWEREN EIN PRIVATES LEBEN

Die Kinder von Fürst Albert II. von Monaco, die Zwillinge Prinz Jacques und Prinzessin Gabriella (9), stehen auch im öffentlichen Fokus - und im Zentrum des zweiten Films am Dienstagabend (21 Uhr). Das Interesse an ihnen liegt nicht zuletzt an den andauernden Gerüchten über die Ehe ihrer Eltern: Fürstin Charlène sei dafür bekannt. ihre royalen Pflichten auf das Nötigste zu beschränken. 2021 verbrachte sie rund sechs Monate in ihrer Heimat Südafrika, ein schwerer Infekt soll die Rückkehr zu ihren Kindern verhindert haben. "Ich bin ein sehr stolzer Vater", erklärt Fürst Albert in der Doku. "Unsere Kinder sind noch sehr jung, und ich möchte, dass sie so normal wie möglich aufwachsen können. Genau wie meine Eltern das mit mir und meinen Schwestern taten. Unser Familienleben war so normal, wie es eben ging. Das bedeutet, möglichst viel Zeit miteinander zu verbringen und Privatsphäre zu haben, Ausflüge zu machen." Allerdings sei es damals einfacher gewesen, den Medien zu entkommen. Denn heute besitze jeder ein Handy, könne Aufnahmen machen und diese online verbreiten: "Das macht es für unsere Kinder schwieriger", so der 66-Jährige.



DIENSTAG | 20.15 | ZDF

STREAMING



FILM

THE INSTIGATORS

Matt Damon (I.) und Casey Affleck kennen sich bereits seit ihrer Kindheit. Nun machen die beiden Schauspieler zum siebten Mal gemeinsame Sache vor der Kamera: Ein verzweifelter Vater (Damon) und ein Ex-Sträfling (Affleck) wollen einen korrupten Politiker berauben. Doch der Coup schlägt fehl, und das ungleiche Duo gerät in eine chaotische Verfolgungsjagd.

AB 9.8. | APPLE TV+



SERIE

Elisa Eberle

DER FALL GYPSY ...

... Rose Blanchard". 2015 wurde Gypsy Rose Blanchard (Foto) wegen der Anstiftung zum Mord an ihrer Mutter Dee Dee verurteilt. Diese litt am Münchhausen-Stellvertreter-Syndrom und hatte ihre Tochter jahrelang physisch und seelisch missbraucht. Staffel zwei der Dokuserie begleitet Gypsy in ihrem neuen Leben nach ihrer Haftentlassung im letzten Dezember.

AB 4.8. | CRIME + INVESTIGATION



SERIE

Fitelfoto: ARD Degeto/Jacqueline

THE UMBRELLA ...

... Academy". Fast zwei Jahre mussten Fans auf neue Folgen der Comicadaption warten, nun geht es in die vierte und finale Staffel. Nachdem im großen Cliffhanger die Zeitlinie zurückgesetzt und den Geschwistern (u. a. Elliot Page) ihre Superkraft genommen wurde, müssen sie sich in ihrer neuen Normalität zurechtfinden.

AB 8.8. | NETFLIX



SAMSTAG 3.8.



DRAMA

ALS HITLER DAS ROSA KANINCHEN STAHL

Oscarpreisträgerin Caroline Link verfilmte 2019 auf berührende Weise Judith Kerrs autobiografischen Romanbestseller über die Kraft von Würde, Zusammenhalt und Zuversicht aus der Perspektive eines Kindes: Das Leben der neunjährigen Anna (Riva Krymalowski, M.) gerät völlig aus den Fugen, als sie 1933 mit ihrer regimekritischen Familie aus Deutschland in die Schweiz fliehen muss. In der Fremde muss sich Anna einem neuen Leben stellen – ganz ohne ihr geliebtes rosa Stoffkaninchen, das sie zurücklassen musste.

20.15 | SAT.1



SHOW

VERSTEHEN SIE SPASS?

In der Sommerausgabe der beliebten Samstagabendshow empfängt Moderatorin Barbara Schöneberger (r.) ihre Gäste am Ammersee in Bayern. Unterstützt wird sie dabei diesmal von Co-Moderator Samu Haber (l.). Gemeinsam blicken sie auf die besten Streiche der jüngeren Zeit sowie auf populäre Gags aus mehr als vier Jahrzehnten zurück. Übrigens: Künftig wird es statt bisher fünf nur noch drei reguläre Ausgaben der Show pro Jahr geben. Verstärkt werden stattdessen Filme im Netz gezeigt.

▶ 20.15 | DAS ERSTE

SONNTAG 4.8.



SCIENCE-FICTION-FILM

PREY

Zu Beginn des 18. Jahrhunderts wächst die junge Kriegerin Naru (Amber Midthunder) aus dem Volk der Comanchen im Schatten der besten Jäger der Great Plains auf. Dort bekommt sie es mit einem hochentwickelten und bösartigen Raubtier aus dem Weltall zu tun: dem Predator (Dane Dil jegro). Naru muss über sich hinauswachsen, um ihr Volk vor dem Untergang zu bewahren. Beim fünften Film der "Predator"-Reihe setzten die Macher auch auf Authentizität: Fast alle Darsteller haben Wurzeln bei den First Nations und Ureinwohnern Nordamerikas. ProSieben zeigt den Film als Free-TV-Premiere.

20.15 | PROSIEBEN



DOKUMENTATION

DIE SCHNELLSTEN BEINE DER WELT – EIN BAHNRADTRIO FÜR OLYMPIAGOLD

Die Cottbusserinnen Pauline Grabosch, Emma Hinze und Lea Sophie Friedrich (v.l.) erreichen auf ihren Hightech-Rädern Geschwindigkeiten von bis zu 70 Stundenkilometern. Bei den Olympischen Spielen in Paris erhoffen sie sich Goldmedaillen im Teamsprint. Im Film erzählen die drei außergewöhnlichen Sportlerinnen von ihrem großen Traum, aber auch von ihren Sorgen und Ängsten in den harten Trainingswochen.

▶ 0.00 | DAS ERSTE

MONTAG 5.8.



THRILLER

BERÜCHTIGT

ARTE nimmt diesen exzellenten Hitchcock-Klassiker mit einem herausragenden Hauptdarsteller-Duo zur besten Sendezeit ins Programm: Nach dem Zweiten Weltkrieg wird die alkoholkranke Alicia Huberman (Ingrid Bergman), Tochter eines überführten und verurteilten Nazi-Spions, vom amerikanischen Agenten Devlin (Cary Grant) auf eine Gruppe von Verschwörern angesetzt. Während sich Alicia und Devlin verlieben, heiratet sie den Chef der Verschwörergruppe, um ihren Auftrag erfolgreich zu Ende zu bringen. Der Film entstand ein Jahr nach dem Ende des Krieges.

20.15 | ARTE



DOKUMENTATION

UNSERE WÄLDER – NETZWERK DER TIERE

Wälder sind magische Superorganismen, in denen eine beeindruckende Vielfalt an Pflanzen, Pilzen und Tieren auf harmonische Weise zusammenlebt. Im ersten von zwei Filmen zeigt der Naturfilmer Jan Haft die erstaunlichen Verbindungen zwischen den Lebewesen in den heimischen Wäldern. Die gewaltigen Netzwerke sind von Wald zu Wald unterschiedlich. Teil zwei folgt am Montag, 12. August, 20.15 Uhr. Dann geht es vor allem um den Einfluss des Menschen.

▶ 20.15 | DAS ERSTE

DIENSTAG 6.8.



TV-THRILLER

DAS KINDER-MÄDCHEN

Publikumsliebling Jan Josef Liefers (Bild, mit Stefanie Stappenbeck) begibt sich als Anwalt Joachim Vernau auf eine finstere Spurensuche in der Vergangenheit. Er soll bald in die einflussreiche Familie der von Zernikows einheiraten. Da entdeckt er. dass während des Krieges eine Frau zwangsweise als Kindermädchen für die Familie gearbeitet haben soll. Bei den von Zernikows wird das Thema vertuscht. Der Film bildete 2012 den Auftakt der inzwischen achtteiligen Reihe rund um den von der Autorin Elisabeth Herrmann erfundenen Berliner Anwalt Joachim Vernau.

▶ 20.15 | 3SAT



DOKUMENTATION

37°: EIN ZUHAUSE FÜR VERGESSENDE: NEUE WEGE IN DER DEMENZBETREUUNG

Fast zwei Millionen Demenzkranke leben in Deutschland, bis 2050 wird die Zahl voraussichtlich auf über 2,8 Millionen steigen. Um ihnen und ihren Angehörigen ein würdiges Leben zu ermöglichen, sind geeignete Betreuungskonzepte nötig. Die bewegende Dokumentation von Nathalie Suthor stellt Menschen vor, die sich für ein besseres Leben für Betroffene wie Julia Bernsee (I.) und ihre Mutter (r.) einsetzen.

▶ 22.15 | ZDF



MITTWOCH 7.8.



TV-DRAMA

AENNE BURDA – DIE WIRTSCHAFTS-WUNDERFRAU

Katharina Wackernagel (Bild) brilliert in diesem grandiosen Zweiteiler als emanzipierte Verlegerin Aenne Burda, die den Frauen nach dem Zweiten Weltkrieg mit ihrer Zeitschrift etwas Leichtigkeit und Weiblichkeit zurückgab: 1949 geht es mit der deutschen Wirtschaft langsam bergauf. Franz Burdas Verlag läuft gut, seine Frau Aenne ist versorgt. Doch sie möchte selbst eine Zeitschrift herausgeben, mit schicker Frauenmode zum Nachschneidern. Bei der Erstausstrahlung 2018 war der Film ein grandioser TV-Erfolg. Teil zwei folgt am 9.8.

▶ 20.15 | DAS ERSTE



DOKUMENTATION

ABBA SILVER, ABBA GOLD

ABBA ist einzigartig: Seit 50 Jahren ist das schwedische Quartett aus der Popkultur nicht wegzudenken. Bis heute sind seine Hits populär. 2024 feiert ABBA gleich zwei große Jubiläen: Vor 50 Jahren gewannen Agnetha Fältskog (2.v.l.), Björn Ulvaeus (I.), Benny Andersson und Anni-Frid Lyngstad den Grand Prix d'Eurovision. Vor 25 Jahren feierte das Bühnenmusical "Mamma Mia!" Premiere. Der Film blickt mit Interviews und Archivmaterial zurück auf ABBAs faszinierende Geschichte.

▶ 22.15 | ARTE

DONNERSTAG 8.8.



FANTASY

SEVENTH SON

In diesem opulenten, effektstarken und packenden Fantasy-Spektakel landet der junge Tom Ward (Ben Barnes, Bild) in einem brutalen Kampf gegen die Mächte der Finsternis: Tom, der bislang ein ganz gewöhnliches Leben führte, erhält eines Tages Besuch vom Geisteriäger John Gregory (Jeff Bridges). Dieser offenbart ihm seine wahre Berufung: Als siebter Sohn eines siebten Sohnes ist Tom ein Auserwählter, von dem das Schicksal der Menschheit abhängt. Gemeinsam mit seinem Meister Gregory muss er sich der finsteren Hexe Malkin (Julianne Moore) entgegenstellen.

20.15 | VOX



MAGAZIN

STERN TV SPEZIAL

Am Berliner "Kotti", dem Kottbusser Tor, kommt es durchschnittlich jeden Tag zu einer Körperverletzung oder einem Raubüberfall. Im Frankfurter Bahnhofsviertel geht es noch krimineller zu. Aber wie gefährlich sind Deutschlands Problemkieze wirklich? Sind sie so schlimm wie ihr Ruf? In drei deutschen Städten machen sich "stern TV"-Reporter ein genaues Bild von der Lage. Sie sprechen mit Tätern, befragen besorgte Anwohner und begleiten Streetworker in ihrem Arbeitsalltag (Bild: Frankfurter Bahnhof).

22.35 | RTL

FREITAG 9.8



KOMODII

THE MAN FROM TORONTO

Der erfolglose Verkaufsberater Teddv Jackson (Kevin Hart, r.) landet im Urlaub in einem versehentlich doppelt gebuchten Ferienhaus. Der als "Der Mann aus Toronto" berüchtigte Profikiller Randy (Woody Harrelson) hat das Domizil ebenfalls gemietet. Als Teddy mit dem Mörder verwechselt wird, spielt er die Rolle zunächst weiter. Er hofft, auf diese Weise seinen finanziellen Sorgen zu entkommen. Doch das geht nicht lange gut. ProSieben zeigt die namhaft besetzte, schwarzhumorige Actionkomödie zur besten Sendezeit als Free-TV-Premiere.

20.15 | PROSIEBEN



SHOW

40 JAHRE RTL -DAS GROSSE JUBILÄUMSQUIZ

RTL gibt es seit 1984. Aus diesem Anlass lädt Moderatorin Sonja Zietlow (Bild) Urgesteine des Senders zu einer großen Quizshow ein: Günther Jauch, Frauke Ludowig, Oliver Geissen, Ilka Bessin, Daniel Hartwich, Bruce Darnell, Wigald Boning und Olivia Jones treten gegeneinander an und erleben einen turbulenten Abend voller Emotionen und skurriler Momente. Zudem gibt es gibt es einen Rückblick auf die letzten Jahrzehnte.

20.15 | RTL

FLUCHT AUS DER UKRAINE

"In Her Car" erzählt fiktive Geschichten aus dem Leben von Kriegsflüchtlingen

ie ukrainische Serie erzählt von Lydia (Anastasia Karpenko), die bei Kriegsausbruch beschließt. Menschen kostenlos in ihrem Auto durchs Land zu fahren. Nach fünf Episoden im Februar kommen nun ebenso viele neue Folgen ins lineare Programm von ZDFneo und in die ZDFmediathek. In jeder Episode lernt man einen oder mehrere Menschen in Lydias Auto kennen, die mit dem Krieg mal direkt, mal indirekt zu tun haben. Das Projekt des ukrainischen Filmemachers Eugen Tunik wird von verschiedenen öffentlich-rechtlichen Sendern Westeuropas unterstützt. Zum Auftakt ("Ein schlechter Tausch") soll Lydia die 13-jährige Solya (Anna Lagodna), Tochter einer Soldatin, an die polnische Grenze bringen. Dort möchte Solvas Vater seine Tochter abholen. Doch das Mädchen setzt sich während eines Zwischenstopps in Luzk auf eigene Faust ab. Dort verfolgt sie ein privates Ziel, das mit einem Familiengeheimnis zu tun hat.

DIENSTAG | D 23.10 | ZDF NEO



Lydia (Anastasia Karpenko, I.) will Solya (Anna Lagodna) an die polnische Grenze bringen.

DAS ERSTE **ZDF RTL** SAT.1 **PRO 7** VOX ALISHAITEN. 19.20 OLYMPIA 20.15 DRAMA 20.15 SHOW 20.15 THRILLER 20.15 SHOW 20.15 SHOW Verstehen Sie Spaß? Olympische ... Sascha Grammel live! Als Hitler das rosa ... Aushalten: Nicht ... Great White - Hol ... 14.00 Im Fluss des 8.30 Olympische Som-11.45 Verklag mich doch! 7.55 How I Met Your Mo-5.00 Medical Detectives 5.35 Auf Streife -Lebens 🗈 🖽 merspiele Paris '24 ther I Sinneswandel ■ Doku-Soap Die Spezialisten **•** ▶ Doku TV-Drama, D 2011 U.a.: Badminton 12.45 Fußball: Testspiel 8.20 EUReKA णा 5.45 CSI: NY 9.25 Die Landarztpraxis 15.30 Chuzpe - Klops 9.05 Beachvollevball Audi Summer Tour: 9.15 Superstore 6.30 Criminal Intent braucht der 9.30 Schießen FC Bayern München-Herzen / Gift / An-12.10 Die Simpsons IT 11.50 Shopping Queen D Mensch! ▶ ण 承 TV-14.05 Big Bang Theory [17] 16.50 Tierbabys - süß 10.00 Pferdesport Tottenham Hotspur haltspunkte / Polter-Komödie. D/A 2015 11.00 Schwimmen 15.15 Der Blaulichtabend / Vorfreude 16.25 Call Me Kat (22/22) und wild! Doku 17.00 Tagesschau um 12.05 Tennis 13.30 Report Doku-Soap auf die Hochzeit 17.55 hundkatzemaus **•** 17.15 Brisant ▶ 🖭 Tischtennis 14.30 15.45 Ulrich Wetzel ▶ 12.55 Drei Teller für Lafer 16.50 United States of Al 19.10 Der Hundeprofi -18.00 Sportschau ▶ ण Bogenschießen 17.45 Gala ▶ Magazin 18.00 Das 1% Quiz - Wie Rütters Team **•** 19.00 Gefragt - Gejagt E 15.30 Turnen 16.00 18.45 RTL Aktuell clever ist Deutsch-17.45 Newstime Doku-Soap, D 2022 19.50 Wetter □ □ Judo 17.10 Turnen 19.04 Klima Update 🗈 18.00 Galileo Plus III U.a.: Selina mit Ter-20.00 Tagesschau ut 19.00 heute / Wetter III 19.05 Life ▶ Magazin 19.55 SAT.1 :newstime 19.05 Galileo X-Plorer III riermischling Pebbles 20.15 Sascha Grammel 20.15 Verstehen Sie 19.20 Olympische Som-20.15 Als Hitler das rosa 20.15 Aushalten: Nicht 20.15 Great White -TIPP Spaß? ▶ □ Ø Show. merspiele Paris '24 live! Ich find's lustia Kaninchen stahl on lachen - Supercut Hol tief Luft Thriller. D 2024 · Gast: Samu U.a.: Leichtathletik: Show, D 2016 TIPP Drama, D/CH/I 2019 Vol.II (2/2) Show. AUS/GB/USA 2021 Haber · Mod.: Barba-Handball 19.45 Ho-21.50 Bastian Bielen-Mit Oliver Masucci. D '24 · Mod.: Joko Mit Katrina Bowden. ra Schöneberger ckev 20.30 Schwimdorfer live - Lustia Riva Krymalowski Winterscheidt, Klaas Aaron Jakubenko u.a. 23.15 Tagesthemen III men 21.00 Fußball aber wahr! D 22.45 Indiana Jones und Heufer-Umlauf Regie: Martin Wilson 23.35 Wort zum Sonntag 22.45 heute-journal IT Show, D 2022 der letzte Kreuzzug 22.50 Joko gegen Klaas -22.00 The Shallows -23.50 Sascha Grammel ▶ □ Magazin 23.00 Olympische Som-Das Duell um Gefahr aus der Tiefe 23.40 Inas Nacht D UT merspiele Paris '24 live! Ich find's lustia USA 1989 · Mit die Welt 🖽 Thriller, USA 2016 Basketball; Volleyball Show, D '16 (v. 20.15) Mit Blake Lively, 0.45 Platoon ▶ Ⅲ Ø Harrison Ford u.a. Show, D 2013 0.05 Star Trek: Kriegsdrama, 1.25 Bastian Bielen-1.20 Indiana Jones und 2.10 Aushalten: Nicht Óscar Jaenada u.a. USA/GB 1986 dorfer live - Lustig Der Auf-stand 🖭 das Königreich des 23.45 Medical Detectives lachen - Supercut

Report Doku-Soap **SWR** BR **NDR WDR** HR

aber wahr! E Show,

D 2022 (v. 21.50)

3.05 Der Blaulicht-

Krimikomödie, D 2021

2.45 Der Metzger und der

Tote im Haifisch-

becken ▶ আ 🗷 TV-

Krimikomödie, D'14

16.30 Tietjen campt 17.00 Die 15.15 Wirtshausmusikanten 16.00 Land und lecker 16.45 14.00 Nachts neben der Lande- 16.00 Aktuell 16.15 SWR Room 14.00 TUVE Sport im Osten Fallers 17.30 Die Kirche bleibt beim Hirzinger 16.00 BR24 Hessen à la carte 17.15 Money bahn 14.30 Sehnsuchtsziele Tour 16.30 Land und lecker 16.35 🛄 Die Mädels vom im Dorf 18.00 Aktuell (RP/BW) 16.15 Der Steinwald 17.00 Val Maker 17.45 maintower week- weltweit, die Sie kennen sollten 17.15 Meisterküche 17.45 Ko- Immenhof Heimatfilm, D 1955 18.08 Hierzuland (RP) 18.15 Calanca – Das steinige Paradies end 18.15 Klimazeit 18.45 16.00 WaPo Duisburg 16.50 Der chen 18.15 Der Vorkoster 18.45 18.00 Transformer – Momente. Menschen und Momente 18.45 17.45 Zwischen Spessart und Kochs anders 19.30 hessen- Camping-Check 17.35 Neues Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit die alles verändern 18.15 Unter-Stadt – Land – Quiz 19.30 Aktu- Karwendel 18.30 BR24 19.00 schau 20.00 Tagesschau 20.15 aus Büttenwarder 18.00 Nord- 20.00 Tagesschau 20.15 🞹 wegs in Thüringen 18.45 Glaubell 20.00 Tagess. 20.15 ె 🔼 42 – Die Antwort auf fast alles Wunderschön! Kreuz und guer tour 18.45 DAS! 19.30 Regional Sauerkrautkoma Krimikomö- würdig 18.54 Sandmann 19.00 Kaiserschmarrndrama Krimi- 19.30 Kunst & Krempel 20.00 durch das niederländische Fries- 20.00 Tagesschau 20.15 🞹 die, D 2018 · Mit Sebastian Bez- Regional 19.30 Aktuell 19.50 komödie. D 2021 **21.50 📶 K**I Tagesschau **20.15 📶 🗓 Der** land **21.45** Campervan-Roadtrip **Tatort** Propheteus · Krimi. D zel **21.45 📶 Donna Leon –** Mein Geheimnis – Hinter den Dorado Western, USA 1966 brave Soldat Schwejk Tragi- nach Dänemark 22.30 Estlands 2022 21.45 Großstadtrevier St. Ewige Jugend Krimi, D 2019 Kulissen der Roland Kaiser Jubi-23.50 🚻 Denen man nicht komödie, D 1960 21.50 BR24 wilde Wälder 23.15 🚻 Der Pauli, 06:07 Uhr 23.15 Heimat 23.15 🚻 Mordkommission läumstournee 20.15 💵 Kaivergibt Western, USA 1960 1.45 22.05 Klassik Open Air Nürn- Kommissar und die Alpen - Helgoland Doku, D 2018 0.45 Istanbul - Der letzte Gast Kri- sermania 2024 22.45 Die 30 Kaiserschmarrndrama berg 2024 Konzert 0.40 📖 Schnee am Dienstag Krimi, I 🖭 Warum ich meinen Boss mi, D 2018 0.45 👊 Sauer- schönsten Hits von Roland Kai-

Sci-Fi-Film, USA '98

Mit Sandra Bullock

1.40 Das Netz ▶ ፴ ○○

Thriller, USA 1995 ·

Hafen der Düfte Krimi, D 2013 2016 0.45 Hubert ohne Staller

Kristallschädels um

Abenteuerfilm, USA

2008 · Mit Karen

Allen u.a. (-3.25)

Vol.II (2/2) (v. 20.15)

4.55 EUReKA I Sci-Fi-

Guten Flug!

Serie, USA 2011

MDR entführte TV-Komödie, D 2014 krautkoma Krimikomödie, D '18 ser 0.15 Kaisermania 2024

■ U.a.: Tödliche

Träume / Der letzte

volle Konfrontation

Beweis / Verhängnis-

RBB 3SAT ARTE ONE ZDF NEO

los in Irland TV-Komödie, D '21 1.25 lebens.art spezial

Die Antwort auf fast alles

(1-4/4) · Wh. der 2. Staffel

17.53 Sandmännchen 18.00 15.05 Natur im Garten (10/10) 13.55 Mont-Saint-Michel – Das 11.50 FILM Das Leben ist ein 7.00 Unsere Erde 12.55 Arten- 11.45 Schmecksplosion 12.00 Um sechs 18.30 Potsdams neue 15.30 Die Azoren – Grünes In- rätselhafte Labyrinth 15.25 Die Bauernhof TV-Komödie. D 2012 sterben – die Fakten 13.40 An- Simsalagrimm 13.40 💷 Fünf Synagoge: Ein Bau, fünf Ge- selparadies 16.00 Traumorte Adria (4–6/6) 17.40 Arte Repor- 13.20 The Movies – Die Ge- thropozän 15.55 MaiBrain: Rei- in der Wildnis Kinderfilm, DK meinden und viel Streit 19.00 16.45 Doktor Ballouz (1-3/6) tage 18.35 Kadoua und die Ele-schichte Hollywoods (5/6) 14.45 se ins Gehirn (1+2/2) 17.20 2013 14.55 CheXpedition 15.10 Heimatjournal 19.30 Abend- Dramaserie, D 2023 · Wh. der 3. fanten 19.20 Journal 19.40 Die glückliche Familie 16.25 Maithink X – Die Show 17.50 Die Wilden Kerle 16.15 Zoom schau 20.00 Tagesschau 20.15 Staffel 19.00 heute 19.20 Die Tradition am Steilhang - Die Detektiv Rockford - Anruf ge- Die glorreichen 10 19.20 Sketch 17.50 Der kleine Nick und die Liebling Kreuzberg 21.45 rbb24 Selfie-Story – Vom Selbstporträt Schweiz und ihre Wildheuer nügt 18.40 💷 Monsieur History 19.45 Böhmi brutzelt Ferien 18.10 Die Biene Maja 22.00 IIII Mankells Wallan- zur Ego-Sucht 20.00 Tages- 20.15 Amerikas beste Idee – Claude und sein großes Fest 20.15 III ISpy Actionkomö- 18.35 Pip und Posy 18.47 der – Am Rande der Finsternis schau 20.15 Elina Garanca – 150 Jahre Nationalparks in den Komödie, F 2021 20.15 📖 die, USA/H 2002 21.40 📖 3 Baumhaus 18.50 Sandmann Krimi, S/D/DK/N/FIN 2006 23.25 Klassik unter Sternen 21.55 USA 21.45 Kaktus Hotel 22.30 Gute Nachrichten - Der Use- Engel für Charlie Actionkomö- 19.00 Die Schlümpfe 19.25 Einer nach dem ande- Concert de Paris 2024 23.25 Planet 9 – Fahndung Im All dom-Krimi Krimi, D 2022 21.45 die, USA/D 2000 23.10 [1111 30 Checker Tobi 19.50 logo! 20.00 ren – ohne Erbarmen Italowes- ె Almost Famous – Fast 23.25 Allein im All – Die einsa- ె Maurice Liebesdrama, GB Minuten oder weniger Krimi- KiKA Live 20.10 Spellbound – tern, E/I '68 0.45 🞹 Sprach- berühmt Musikfilm, USA 2000 me Reise zum Mars 0.20 42 – 1987 0.00 The Bletchley Circle komödie, USA 2011 0.30 🞹 I Verzaubert in Paris · U.a.: Ge-

Spy Actionkomödie, USA/H 2002 heimnisse, die wir hüten

DAS ERSTE ZDF RTL SAT.1 **PRO 7** VOX 20.15 OLYMPIA 20.15 TV-LIEBESFILM 20.15 ANIMATIONSFILM 20.15 KOMÖDIE 20.15 HORRORFILM 20.15 DOKU-SOAP Olympische ... Rosamunde Pilcher Die Croods: Alles ... Es ist zu deinem ... **Prey** Hot oder Schrott ... 8.45 Olympische Som-17.00 heute 🖭 5.30 Der Blaulicht-11.10 Mein Mann kann 5.40 Superstore 6.15 Criminal Intent U.a.: merspiele Paris '24 Report Doku-Soap 13.40 Knallerkerle 7.50 Galileo ▶ Magazin 17.15 Besseresser - Das Kurzschluss / Der Badminton 9.00 Golf 13.00 Fußball: 2. Bundes-14.10 | Still Believe III 11.05 Unglaublich! Spek-Guru / Doppelleben **Duell** (1/5) **▶ U**T 9.30 Bogenschießen Neue 10. Staffel der liga Die Konferenz FILM Drama, USA 2020 takuläre Momente 16.00 Biete Rostlaube. 10.00 Pferdesport 15.45 Die Versicherungs-Mit K.J. Apa u.a. suche Traumauto 🕞 Doku, D 2023 vor laufender Ka-10.05 Leichtathletik 18.00 96 Stunden Party D detektive 🕞 16.30 Als Hitler das rosa mera 呵 Doku-Soap 17.00 auto mobil D 14.00 Handball: 18.30 Wie viel fühlst du? 17.45 Exclusiv - Weekend Kaninchen stahl @ 13.05 Joko gegen Klaas -18.10 Ab ins Beet!

20.15 Olympische Sommerspiele Paris '24 Leichtathletik: U.a. 100 m Herren, Halbfinale 21.00 Beach-Damen, Achtelfinale 0.00 Die schnellsten Beine der Welt –

Herren 15.00 Turnen

15.30 Schießen;

Kanuslalom 17.15

Basketball: Damen

18.30 Schwimmen

20.00 Tagesschau um

Doku, D 2024 0.35 Die Saat ந ர த Drama, D 2021 · Mit Hanno Koffler, Dora Zygouri u.a. (-2.20)

Ein Bahnradtrio für

Olympiagold ▶ ण

(1/3) **▶ □ □** Doku 19.00 heute / Wetter 🖽 19.10 Berlin direkt - Som- 19.05 Martin Rütter - Die merinterview (5/8) 19.30 Abenteuer Freiheit (2/3) ▶ ण 丞 Doku 20.15 Rosamunde Pilcher: 20.15 Die Croods: Das Vermächtnis unseres Vaters ▶ ज TV-Liebesfilm, D '18 21.45 heute-iournal um volleyball: Herren und 22.15 Inspector Barnaby **FILM ▶ □ Ø** Die Piraten von Midsomer Krimi, GB 2021 23.45 Schweiß und Tränen - Unerwünschte Stars des DDR-Sports ▶ III Doku 0.35 Stralsund - Kreuz-**FILM feuer** (6/13) **▶ □ Ø** Krimi, D 2014 (-2.05)

18.45 RTL Aktuell

1.20 Happy Deathday

Welpen kommen **•** Doku, D 2024 · U.a.: Boxer-Welpe Tami Alles auf Anfang Animationsfilm. USA 2020 NEU 22.00 stern TV am LIVE Sonntag Magazin 23.30 Peppermint - Angel 22.05 Der letzte Bulle of Vengeance 🖪 Actionthriller, USA/ HK/CHN 2018 · Mit Jennifer Garner u.a.

Magazin

2U Horrorkomödie, USA/J 2019 3.10 Der Blaulicht-Report Doku-Soap

Drama, D/CH/I 2019 (Wh. v. Samstag) 18.55 Julia Leischik sucht: Bitte

melde Dich ₪ 19.55 SAT.1 :newstime 20.15 Es ist zu deinem Besten vi Komödie.

D 2020 · Mit Heiner Lauterbach, Jürgen Vogel u.a. · Regie: Marc Rothemund Der Film ፴ Ø Krimikomödie. D 2019 Mit Henning Baum, Maximilian Grill u.a.

0.10 Es ist zu deinem Besten **(v. 20.15)** 1.50 Der letzte Bulle -Der Film 🗹 🗷 (Wh. von 22.05)

Das Duell um die

Welt ፴ Show 16.25 taff weekend 17.45 Newstime 17.55 Galileo Stories 19.05 Galileo X-Plorer III

> 20.15 Prey ፴ Ø Horrorfilm, USA 2022 Mit Dakota Beavers, Amber Midthunder. Stormee Kipp · Regie: Dan Trachtenberg NEU 22.10 Predator - Upgrade ■ Sci-Fi-Horror.

USA/CDN 2018 Mit Boyd Holbrook, Olivia Munn u.a. 0.15 Diango Unchained

Western, USA '12 Mit Jamie Foxx u.a. 3.30 Predator - Upgrade **FILM** 団 (Wh. von 22.10)

Prod.: "Spyder Air Tischtennis" / "Fishing Telescope" / "The Lazy Susan Revolution" u.a. Mit Jan Hofer, Phong Lan Hofer u.a. 23.35 Prominent! D

Die Garten-Soap **▶**

Doku-Soap, D 2017

Lisa - Spielturm /

Brigitte & Nadine -

U.a.: Henrik &

Räucher-Ecke

20.15 Hot oder Schrott -

Promi Spezial

Doku-Soap, D 2024

0.20 Medical Detectives ■ U.a.: Tödliche Bündnisse / Rendezvous mit dem Tod / Dokument des Todes

SWR BR HR **NDR WDR MDR**

atme Biografie, GB 2017

Moritz 17.00 Ich trage einen Querbeet 14.30 Polizeiinspek- 15.30 Alles Wissen 16.15 m€x. den – Vom Jakobsweg bis ans se durch die magische Norman- Hans im Glück Märchenfilm, D großen Namen – Classics 17.30 tion 1 15.15 Bezzel & Schwarz – 17.00 Mittendrin – Flughafen Ende der Welt 15.15 Hofge- die: Unterwegs zum Mont-Saint- 1999 16.30 🚻 Hochzeit auf Steffen Diemer – Vom Krieosre- Die Grenzgänger 16.00 BR24 Frankfurt 17.45 Pop-Up-Store schichten 16.00 Auf'm Trecker Michel 17.15 Amerikas beste Immenhof Heimatfilm. D 1956 porter zum Fotografen der Stille 16.15 Unser Land 16.45 Al- und Kiezlabor – Ideen für eine mit Karsten 16.30 Am Pass – Idee – 150 Jahre Nationalparks 18.05 Brisant 18.52 Sand-18.00 Aktuell (RP/BW) 18.15 pen-Donau-Adria 17.15 Grillen Stadt von morgen 18.30 Wenn Geschichten aus der Spitzenkü- in den USA 18.00 Kaktus Hotel männchen 19.00 Regional Handwerkskunst! 18.45 Treff- mit Ivana und Adnan 17.45 Re- Sport das Familienleben be- che 17.00 Bingo! 18.00 Nord- 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 19.30 Aktuell 19.50 Kripo live punkt 19.15 Die Fallers 19.45 gional 18.30 BR24 18.45 Berg- stimmt 19.00 Schnellflug seereport 18.45 DAS! 19.30 Lokalzeit-Geschichten 20.00 20.15 Legenden – Die Roland Aktuell 20.00 Tagesschau 20.15 auf-Bergab 19.15 7 Gipfel Bay- durchs Bieneniahr 19.30 hes- Regional 20.00 Tagess. 20.15 Tagesschau 20.15 🞹 Tatort Kaiser Story Doku. D 2021 Sagenhaft 21.45 Mord mit Aus- erns (1/5) 20.00 Tagesschau senschau 20.00 Tagesschau 🖭 Polizeiruf 110 Diebe ('24) Lakritz (2019) 21.45 📖 Der 21.45 Aktuell 22.00 Wenzel – sicht 23.20 Der Fall Möhlmann 20.15 Musik in den Bergen 20.15 Immer wieder sonntags 21.45 Kaum zu glauben! 22.45 lange Abschied – Der Use- Glaubt nie, was ich singe Doku, (1-3/3) Neue Reportagereihe, D 21.45 Münchner Geschichten 22.10 Dings vom Dach 22.55 NDR-Quizshow 23.30 Algorith- dom-Krimi (2021) 23.15 Hubert D 2023 23.45 Bettina Doku, D 2024 0.50 📶 Solange ich 22.35 Herzblatt 23.05 3 Paare, strassen stars 23.25 Das große men Doku, D/F '22 1.05 Nord- und Staller 0.50 Rockpalast 2022 1.15 Kripo live 1.40 Die

ein Ziel 0.40 FAKING BAD · Show Hessenguiz 0.10 strassen stars seereport 1.50 NDR Talk Show Summeriam Festival 2024 (1/3) Schlager des Monats · Juli

16.30 Kochen mit Martina und 13.15 Spuren im Stein 14.00 14.45 Der Camping-Check 13.45 Spaniens grüner Nor- 16.00 Aktuell 16.15 Große Rei- 13.45 Sagenhaft 15.20 💷

RBB 3SAT ARTE ONE ZDF NEO

14.45 🔃 Mein Traum von 15.30 🔃 Neues von uns 13.20 🔃 I, Tonya Drama, 11.30 Die glückliche Familie 6.15 Eine Erde – viele Welten 14.15 Simsalagrimm 15.10 Venedig TV-Komödie, D 2008 Kindern aus Bullerbü Kinder- USA/GB 2017 15.10 Nadia Co- 13.10 ె Papa auf Wolke 7 9.10 Rätselhafte Phänomene Kein Keks für Kobolde 15.55 Nils 16.15 Die jungen Ärzte 17.05 In film, S '87 16.50 FILM Picknick maneci – Die Turnerin und der TV-Komödie, D '20 14.40 FILM 12.10 Faszination Erde 15.10 Holgersson 16.35 Pia und die aller Fr. 17.53 Sandmännchen mit Bären Abenteuerfilm, USA Diktator 16.10 Bruce Springs- Die Kinder des Monsieur Ma- Die glorreichen 10 18.05 Sketch wilden Tiere 17.00 1, 2 oder 3 18.00 Um sechs 18.30 Garten- 2015 18.30 Museums-Check teen – Der amerikanische thieu Tragikomödie, F/CH/D History 18.30 Death in Paradise 17.30 Shaun das Schaf 17.50 zeit 19.00 Die Spur der Täter 19.00 heute 19.10 Feiern oder Freund 17.05 Riccardo Muti di- 2004 16.10 Detektiv Rockford – (1+2/8) Wh. der 9. Staffel 20.15 Der kleine Nick und die Ferien 19.30 Abendschau 20.00 Ta- fliehen? – Zwei ungleiche Leben rigiert die Wiener Philharmoni- Anruf genügt 17.45 Morden im Push (1+2/6) Dramaserie · Wh. 18.10 Die Biene Maia 18.35 Pip gesschau 20.15 Hannah goes im Krisenland Libanon 19.40 ker 18.40 Zu Tisch ... 19.10 Norden 20.15 ె Tatort Feu- der 1. Staffel Jedem Anfang / und Posy 18.47 Baumhaus Wild 21.45 rbb24 22.00 Ladies Schätze der Welt 20.00 Tagess. Journal 19.30 Robinson, der erteufel (2013) 21.40 📶 Tat- Männer 21.40 Infiniti (1–6/6) 18.50 Sandmännchen 19.00 Night 22.45 Longreads 23.25 20.15 Heinz Becker - Déjà-Vu 2 philippinische Fischer: Hoffnung ort Tödliche Flut (2020) 23.10 Sci-Fi-Serie Wh. der 1. St. U.a.: Die Schlümpfe 19.25 pur+ ELLA Jessy Mystery, D/F 2021 21.45 ELLA Bad Fucking Tragi- trotz leerer Netze 20.15 ELLA Agatha Christie's Poirot Turm des Schweigens / Turm zu 19.50 logo! 20.00 Team Timster NEU 0.35 TIM Mankells Wal- komödie, A 2013 23.30 Ali Biografie, USA 2001 22.45 Urlaub auf Rhodos · Krimi, GB '89 Babel / Erster Blitz / Schwarze 20.15 Stark! · Lena – Ich werde lander - Am Rande der Fins- Trespass - Auf Leben und Tod Muhammad Ali - Der Jahrhun- 0.00 Professor T (6/6) Krimiserie, Sonne 2.45 🔃 A Bigger Schäferin! 20.30 Wenn nicht ihr, ternis Krimi, S/D/DK/N/FIN 2006 Thriller, USA/BUL 2011

dertboxer (1+2/4) Doku (-2.35) GB/D/B 2021 · Finale der 1. St. Splash Drama, I/F/USA 2015

dann wir! (2/4) Reihe, D 2021

DAS ERSTE **ZDF RTL** SAT.1 **PRO 7** VOX 20.15 DOKU 19.20 OLYMPIA 20.15 DOKU-SOAP 20.15 DOKU-SOAP 20.15 ARZTSERIE 20.15 DOKU-SOAP Unsere Wälder ... Olympische ... **Buying Blind Einsatz mit Herz Grey's Anatomy Goodbye Deutschland!** 15.30 Pfarrer Braun: 7.30 Olympische Som-10.00 Ulrich Wetzel D 5.15 Auf Streife D 10.30 How I Met Your 5.10 CSI: NY Drei Särge und ein merspiele Paris '24 11.00 Barbara Salesch D 5.30 SAT.1-Frühstücks-Mother ₪ Sitcom 7.35 CSI: Den Tätern Baby D TV-Krimi-12.00 Punkt 12 Magazin fernsehen Magazin U.a.: Basketball 11.25 Scrubs [17] auf der Spur 🕒 komödie. D 2006 3x3 8.00 Triathlon 15.00 Barbara Salesch D 10.00 Auf Streife D 12.20 Two and a Half Men 11.10 CSI: Miami Mit Ottfried Fischer. 9.05 Volleyball 9.30 16.00 Ulrich Wetzel D 13.00 Auf Streife -ਯਾ Comedyserie 14.00 Mein Kind. ... 🕞 Schießen 9.45 Bad-17.00 Verklag mich doch! Die Spezialisten 🕞 15.00 Shopping Queen 🕞 Hansi Jochmann u.a. 14.10 The Middle III 17.00 Tagesschau 🖭 minton 10.05 Leicht-Doku-Soap 15.00 Auf Streife D 15.10 Big Bang Theory @ 16.00 Das Duell - Zwisch. 17.15 Brisant ▶ 🖽 athletik 11.45 Turnen 17.30 Unter uns 🗈 17.00 Lebensretter haut-17.00 taff ▶ Magazin Tüll und Tränen 🗈 18.00 Gefragt - Gejagt E 12.50 Leichtathletik 18.00 Explosiv ▶ Magazin nah um Reportage 18.00 Newstime 17.00 Zwischen Tüll und 18.50 Großstadtrevier ▶ 14.30 Badminton 18.30 Exclusiv 18.00 Notruf **I** 18.10 Die Simpsons um Tränen 🕑 Doku 19.45 Wissen vor acht D 15.05 Tischtennis 18.45 RTL Aktuell 19.00 Die Landarztpraxis U.a.: Jäger des 18.00 First Dates 19.50 Wetter / Wirtschaft 17.30 Hockey 19.05 Alles was zählt 🖪 verlorenen Handys 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Tagesschau ut 19.00 heute / Wetter III 19.40 GZSZ ▶ Aussichtslos 19.45 SAT.1 :newstime 19.05 Galileo ▶ Magazin Doku-Soap 19.20 Olympische Som-20.15 Einsatz mit Herz -20.15 Unsere Wälder -20.15 Buying Blind D 20.15 Grey's Anatomy IT 20.15 Goodbye Deutsch-TIPP Netzwerk der Tiere merspiele Paris '24 (2/3) Doku-Soap. Die Notfallhelden ₪ Arztserie, USA 2024 land! Die Aus-(1/2) ▶ ज 🗷 Doku U.a.: Leichtathletik D 2024 · Grea & Nhi Doku-Soap, D 2024 Die Magie einer OP wanderer 🕞 21.00 Hart aber fair ▶ ज 19.50 Bahnradsport Experten: Michel Doc Gudi kümmert Mit Chris Carmack Doku-Soap, D 2024 **Diskussion** 21.00 Basketball Sawall, Bastian sich um eine unter-21.15 Seattle Firefigh-Fürst Heinz von 22.15 Tagesthemen III 3x3, Damen u. Herren Wieland, Eva Brenner gewichtige Rentnerin. ters – Die jungen Sayn-Wittgenstein / 22.50 Abitur für alle? 21.45 heute-journal IT 22.15 RTL Direkt 22.20 Zwischen Kult und Helden um Action-Caro und Andreas (2/2) **▶ UT Doku** 22.00 Olympische Som-22.35 Spiegel TV D Krawall - unser serie, USA 2024 Robens / Könige 23.35 Über Sex sprechen merspiele Paris '24 Magazin, D 2024 Kiez Frankfurt! um Die endlose Schicht der Nacht / Popstar-Fußball: Herren, Halb-**▶ UT** Doku, D 2024 0.00 RTL Nachtjournal 22.10 9-1-1 Notruf L.A. IT Träume platzen Reportage, D 2024 0.20 Tagesschau III finale: Basketball 3x3 0.35 Alltagskämpfer - So 23.20 Der Fall Keller-Dramaserie, USA '23 23.15 Goodbye Deutschland! Die Auswan-0.30 Mordkommission tickt Deutschland! (D. + H.); Volleyball: mavr - Mit töd-Nachwirkungen

SWR BR HR **NDR WDR** MDR

■ Doku, D 2024

1.15 Seitenwechsel - Die

Augen sehen **•**

Welt mit anderen

del Schlacko 2017 · Konzert

Istanbul 🕨 🖭 Der

Preis des Lebens

Krimi, D 2011

2.05 Hart aber fair ▶ 団

Herren, Viertelfinale

Thriller, F 2021 NEU

0.15 Black Box - Gefähr-

liche Wahrheit 🗈 🖭

2023 **1.00** Dahoam is Dahoam genfrau (2/2) Reportagereihe

1.15 Die Tricks ... · Reihe

lichen Grüßen 🖭

Die Notfallhelden 🖭

Doku-Soap (v. 20.15)

1.35 Einsatz mit Herz -

3.00 Lokalzeit aus Köln

23.10 9-1-1: Lone Star III

0.10 Grey's Anatomy III

1.05 Seattle Firefighters

፴ (Wh. v. 21.15)

13.25 Meister des Alltags 13.55 15.00 aktiv und gesund 15.30 16.00 hallo hessen 16.45 hes- 15.00 Charme am Meer 16.00 11.55 Leopard, Seebär & Co. 14.25 Elefant & Co. 15.15 Wer Wer weiß denn sowas? 14.40 Schnittgut 16.00 BR24 16.15 senschau 17.00 hallo hessen Info 16.15 Wer weiß denn so- 12.45 Aktuell 13.00 Giraffe, weiß denn sowas? 16.00 MDR Nashorn & Co. 15.10 Elefant & Wer weiß denn sowas? 17.00 17.45 hessenschau 18.00 was? 17.00 Info 17.10 Leo- Erdmännchen & Co. 13.50 um vier 17.45 Aktuell 18.10 Co. 16.05 Kaffee oder Tee 18.00 Unter unserem Himmel 17.30 Maintower 18.25 Brisant 18.45 pard & Co. 18.00 Regional 18.15 Nashorn & Co. 14.20 Die jungen Brisant 18.54 Sandmännchen Aktuell 18.15 Landesschau Regional 18.00 Abendschau Die Ratgeber 19.15 alle wetter Die Hafenmeisterin von der Ärzte 16.00 Aktuell 16.15 Hier 19.00 Regional 19.30 Aktuell 19.30 Aktuell 20.00 Tagess. 18.30 BR24 19.00 Unkraut 19.30 hessenschau 20.00 Ta- Elbe - Zwischen Booten, Bier und heute 18.00 Aktuell / Lokal- 19.50 Der Jobtester (1/5) 20.15 20.15 Lecker aufs Land – eine 19.30 Dahoam is Dahoam gesschau 20.15 Visite 21.00 und Bratfisch 18.45 DASI 19.30 zeit 18.15 Ausgerechnet 18.45 🞹 Polizeiruf 110 Fehischuss kulinarische Reise 21.00 Garten 20.00 Tagesschau 20.15 Bezzel Unser Baby - Alles wird anders Regional 20.00 Tagess. 20.15 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit (2009) 21.45 Aktuell 22.10 und lecker 21.45 Aktuell 22.00 & Schwarz – Die Grenzoänger 21.30 hessenschau 21.45 땐 Die Tricks ... 21.00 Was kostet... 20.00 Tagesschau 20.15 Der 🞹 Der Zimmerspringbrun-Sag die Wahrheit 22.30 Meister 21.00 Wunderschön! 21.45 Tatort Das Monster von Kassel 21.45 Info 22.00 🖭 Ein Vorkoster 21.00 Lecker an Bord nen Komödie, D 2001 23.40 des Alltags 23.00 Quizduell – BR24 22.00 Lebenslinien 22.45 (2019) 23.15 Verurteilt! Echte Hauch von Nerz Komödie, USA 21.45 Aktuell 22.15 Unsere ei- 🚻 Nord bei Nordwest – Olymp 23.50 strassen stars 0.20 Spuren im Stein 23.30 📖 Kriminalfälle im Gespräch 0.00 1962 23.35 👊 🛍 Achtung, gene Farm – Hier blüht uns was Frau Irmler Krimi, D 2019 1.10 Die Montagsmaler 1.05 Rocco Flunkyball TV-Jugenddrama, D Auf den Spuren der Kettensä- Banditi! Kriegsdrama, I 1951 23.15 Quizduell – Olymp Show 🕮 Das Geheimnis von Marrowbone Horrorfilm, USA 2017

derer D 2022

0.20 vox nachrichten

0.40 Medical Detectives

▶ Doku (-5.10)

RBB 3SAT **ZDF NEO** ONE

Krimi, DDR 1979 0.35 Im Visier Doku, CH 2022 NEU 0.00 Ab 18! dertboxer (3+4/4) Doku (-2.25) 2.10 Das Gipfeltreffen Show de 1.10 Rätselhafte Phänomene 20.10 Surviving Summer

13.40 Rentnercops 14.30 🚻 15.30 Hoanib – Heimat der 12.40 Stadt Land Kunst 14.15 10.00 Großstadtrevier 10.45 9.05 Die Küchenschlacht 9.50 11.50 Peter Pan – Neue Aben-Utta Danella – Liebe mit Lach- Wüstenelefanten 16.15 Die fünf 🕬 Nirgendwo in Afrika Dra- Sturm der Liebe 12.20 In aller Duell der Gartenprofis 10.35 teuer 12.55 Zoom 13.30 Iooo! falten TV-Komödie, D 2011 Geparde – Gemeinsam durch ma, D 2001 16.30 🔣 Mord Freundschaft 13.50 Um Him- Bares für Rares 12.20 Death in 13.40 Tiere bis unters Dach 16.00 rbb24 16.15 Die jungen die Serengeti 17.00 Afrikas Jä- im Mittsommer Im Namen der mels Willen 15.25 Detektiv Paradise 14.05 The Rookie 14.10 Schloss Einstein 15.00 Ärzte 17.05 Panda & Co. 17.53 ger der Nacht 17.45 Heimat Wahrheit Krimi, S 2018 18.05 Rockford – Anruf genügt 16.15 15.30 Death in Paradise 17.15 H20 15.45 Mia and me 16.35 Sandmännchen 18.00 rbb24 Tansania 18.30 Eisenbahn-Ro- Abenteuer Archäologie (7/10) Großstadtrevier 17.05 Rote Ro- The Rookie 18.35 Duell der Gar- Der kleine Prinz 17.00 Simsa-18,15 Neustart in der Lausitz mantik 19,00 heute 19,20 Gal- 18,35 Der Geparden-Clan (1/3) sen 18,40 Sturm der Liebe tenprofis 19,20 Bares für Rares lagrimm 17,25 Yakari 17,50 Der 18.45 Brisant 19.30 Abend- leripky: Fotegrafie mit Paul Rip- 19.20 Journal 19.40 Re: 20.15 20.15 20.15 20.15 Zull Zoe Romanze, USA 20.15 Zull Insp. Barnaby (1/5) kleine Nick und die Ferien 18.10 schau 20.00 Tagesschau 20.15 ke (1/4) 19.50 Die Hauda & die 🕬 ា 🕬 Berüchtigt Thril- 2018 NEU 21.50 A Very English Wer mit Geistern spielt ... Krimi, Die Biene Maja 18.35 Pip und Wunderschön! 21.45 rbb24 Kunst 20.00 Tagesschau 20.15 ler, USA 1946 21.50 💷 🗈 Scandal (1–3/3) Krimiserie, GB GB 2013 21.45 💷 Insp. Posy 18.47 Baumhaus 18.50 22.00 🞹 Polizeiruf 110 Der Mit dem Postauto durch die Brief einer Unbekannten Lie- 2018 · Wh. der 1. Staffel 0.40 Barnaby Da hilft nur beten Kri- Sandmännchen 19.00 Die Verurteilte (2020) 23.30 🚻 Schweiz 22.00 ZIB 2 22.25 Eri- besdrama, USA 1948 23.05 🞹 Gute Nachrichten – Der mi, GB ¹14 23.15 Maithink X – Schlümpfe 19.25 Wissen macht

Polizeiruf 110 Am Abgrund ca Jong - Breaking the Wall Muhammad Ali - Der Jahrhun- Usedom-Krimi Krimi, D 2022 Die Show 23.45 Faszination Er- Ah! 19.50 logo! 20.00 KiKA Live

KIKA

DAS ERSTE ZDF RTL SAT.1 **PRO 7** VOX 20.15 OLYMPIA 20.15 DOKU 20.15 DOKU-SOAP 20.15 KRIMISERIE 20.15 SHOW 20.15 COMEDYSERIE Olympische ... Englands Königskinder Raue - Der ... **Navy CIS** Darüber staunt die ... And Just Like That ... 9.05 Olympische Som-14.15 Die Küchenschlacht 10.00 Ulrich Wetzel D 5.30 SAT.1-Frühstücks-12.20 Two and a Half Men 5.10 CSI: NY Krimiserie LIVE fernsehen Magazin merspiele Paris '24 11.00 Barbara Salesch D 7.35 CSI: Den Tätern Show U.a.: 9.30 Kanu 10.00 15.05 Bares für Rares D 12.00 Punkt 12 Magazin 10.00 Auf Streife D 14.10 The Middle III auf der Spur Rhythmische Sport-15.00 Barbara Salesch D 13.00 Auf Streife -15.10 Big Bang Theory 11.10 CSI: Miami Die Spezialisten **•** gymnastik / Tisch-16.00 heute – in Europa ₪ 16.00 Ulrich Wetzel ▶ (22-24/24) UT 14.00 Mein Kind. ... 🖪 tennis 10.05 Leicht-16.10 Rosenheim-Cops **▶** 17.00 Verklag mich doch! 15.00 Auf Streife **▶** Finale der 11. Staffel 15.00 Shopping Queen ▶ athletik 11.00 Ringen 17.00 heute 🖭 Doku-Soap 17.00 Lebensretter haut-16.30 Big Bang Theory 16.00 Das Duell - Zwisch. 12.30 Skateboard 17.10 hallo deutschl. D I 17.30 Unter uns D nah um Reportage (1/24) om Wh. der Tüll und Tränen 🗈 13.00 Handball 18.00 SOKO Köln 🗩 呵 🗷 18.00 Explosiv ▶ Magazin 18.00 Notruf □ □ 12. Staffel 17.00 Zwischen Tüll und 15.00 Wassersprin-19.00 heute / Wetter ut 18.30 Exclusiv 19.00 Die Landarztpraxis 17.00 taff ▶ Magazin Tränen ▶ Doku gen 17.30 Bahnrad 19.25 Rosenheim-Cops 18.45 RTL Aktuell 18.00 Newstime 18.00 First Dates 18.00 Fußball ■ I I Eine ganz 19.05 Alles was zählt 🖪 Erkenntnis 18.10 Die Simpsons III 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Tagesschau um besondere Aufnahme 19.40 GZSZ D 19.45 SAT.1 :newstime 19.05 Galileo D Magazin Doku-Soap 20.15 Darüber staunt die 20.15 Olympische Som-20.15 Englands Königs-20.15 Raue - Der Restau-20.15 Navy CIS ▶ UT 20.15 And Just Like merspiele Paris '24 kinder: Pflicht und rantretter ▶ Doku-Krimiserie, USA 2023 Welt Show, D 2023 That ... Comedyserie. Bahnrad: Team Rebellion ▶ ण Soap, D '24 · ...Gast-Die zweite Meinung Die unglaublichsten USA 2023 · Hundert Sprint Herren, Finale: Doku, D 2024 stätte Fortschritt" Mit Sean Murray Pannen @ Home / Jahre / Ohne einen Leichtathletik: Tisch-21.00 Monacos Fürstenin Rathenow (Bran-21.15 Navy CIS: Hawaii III Typisch Mann. Blick zurück · Mit Satennis; Ringen 21.00 kinder: Glanz und denburg) · Mod.: Tim Krimiserie, USA 2023 typisch Frau rah Jessica Parker Beachvolleyball; Fuß-Drama ▶ ज Doku Raue, Katharina Raue Abgeschottet 1.00 Balls - für Geld 22.10 Hot oder Schrott ball: D., Halbfinale 21.45 heute-iournal um 22.15 RTL Direkt 22.15 FBI: Special Crime mache ich alles Die Allestester **•** 21.30 Basketball; 22.15 37°: Ein Zuhause für 22.35 Extra – Das RTL Unit um Krimiserie Show, D 2020 Doku-Soap, D 2020 Handball 22.02 Boxen TIPP Vergessende ▶ @ Ø Magazin **▶** D 2024 Hinter der Maske 2.50 Darüber staunt die 23.10 Hot oder Schrott -0.00 Tagesschau um 22.45 XY gelöst ▶ 🖭 0.00 RTL Nachtiournal 23.15 FBI: Most Wanted III Welt Show, D 2023 Die Allestester **•** 0.10 Mordkommission Doku. D 2022 0.35 CSI: Miami D Krimiserie, USA 2022 Typisch Mann. Doku-Soap, D 2019

SWR BR HR **NDR WDR MDR**

Krimiserie, USA 2010

Mit David Caruso

auf der Spur 🗈

3.00 CSI: Den Tätern

Stuttgarter Besen · Show

Istanbul D I Bluts-

Idil Üner u.a. (-1.45)

Mit Erol Sander.

bande · Krimi. D 2012

der 1. Staffel 1.05 dreizueins

0.15 heute journ, update

0.30 Black Box - Gefähr-

liche Wahrheit 🗈 🖭

Thriller, F '21 (-2.30)

Park Drama, USA/GB/I 2001

Tatort Die Faust · Krimi, A '18

Schwarze Witwen

(Wh. von 20.15)

1.05 Navy CIS: Hawaii 🖭

0.10 Navy CIS ▶ **III**

Ärzte 2.00 Lokalzeit aus Köln

typisch Frau

4.45 The Mick I Come-

dvserie, USA 2016

Das Geisterhaus

13.25 Meister des Alltags 13.55 16.00 BR24 16.15 Wer weiß 16.00 hallo hessen 16.45 hes- 16.00 Info 16.15 Wer weiß denn 13.50 Nashorn & Co. 14.20 Die 15.15 Wer weiß denn sowas? Wer weiß denn sowas? 14.40 denn sowas? 17.00 Unter unse- sensch. 17.00 hallo hessen sowas? 17.00 Info 17.10 Leo- jungen Ärzte 15.10 Die jungen 16.00 MDR um vier 17.45 Aktu-Giraffe & Co. 15.10 Elefant & Co. rem Himmel 17.30 Regional 17.45 hessensch. 18.00 Main- pard, Seebär & Co. 18.00 Regio- Ärzte 16.00 Aktuell 16.15 Hier ell 18.10 Brisant Classix 18.54 16.05 Kaffee oder Tee 18.00 18.00 Abendschau 18.30 BR24 tower 18.25 Brisant 18.45 Die nal 18.15 Von Norddeich nach und heute 18.00 Aktuell / Lokal- Sandmännchen 19.00 Regional Aktuell 18.15 Landesschau 19.00 Superstoff Vitamin D - Ratgeber 19.15 alle wetter Norderney - Mit neuer Fähre in zeit 18.15 Unser Gartenglück 19.30 Aktuell 19.50 Der Jobtes-19.30 Aktuell 20.00 Tagesschau wie viel Sonnenvitamin ist opti- 19.30 hessensch 20.00 Tagess. die Hauptsaison 18.45 DAS! 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 ter (2/5) 20.15 Umschau extra 20.15 Marktcheck checkt ... mal? 19.30 Dahoam is Dahoam 20.15 Kochs anders 21.00 Un- 19.30 Regional 20.00 Tages- Lokalzeit 20.00 Tagesschau 21.00 Der unvollendete Mittel-21.00 Die Tricks ... 21.45 Aktu- 20.00 Tagesschau 20.15 Ir- bekannter Burgwald – Von Eulen schau 20.15 Visite 21.00 Aben- 20.15 🚻 Tatort Feierstunde landkanal 21.45 Aktuell 22.10 ell 22.00 Hannes und der Bür- gendwie und Sowieso 21.50 und Mooren 21.45 Schnellflug teuer Diagnose 21.45 Info (2016) 21.45 Aktuell 22.15 Interhotels – Glanz, Verfall und germeister 22.30 Stuttgarter BR24 22.05 🕮 Mord in bes- durchs Bienenjahr 22.15 hes- 22.00 📖 Tatort Die Faust 🗺 Tatort Limbus (2020) Auferstehung (2/2) 22.55 📖 Besen 23.00 kabarett.com ter Gesellschaft – Bitteres Er- sensch. 22.30 Lauchhammer – Krimi, A 2018 23.30 🖽 Die 23.45 📶 Tatort Kressin und Polizeiruf 110 Abschiedslied für 23.45 Ladies Night 0.30 Hannes be TV-Krimikomödie, D/A 2015 Tod in der Lausitz (1+2/6) Wh. Katze und der Kanarienvogel der tote Mann im Fleet · Krimi, Linda · Krimi, DDR 1987 0.25 und der Bürgermeister 1.00 23.35 Totenfrau (5+6/6) Finale der 1. St. 0.00 📖 Gosford Psychothriller, GB '78 1.00 📶 D/A/CH 1971 1.15 Die jungen Rentnercops 1.15 Wataha – Einsatz an der Grenze Europas

0.15 vox nachrichten 0.35 Medical Detectives

2.20 Snapped - Wenn

Frauen töten

KIKA **RBB** 3SAT **ZDF NEO** ARTE ONE

Rosenstolz – Liebe ist alles (1/4) der 0.50 Jung und kriminell

After · Doku, BAN/F/D/N 2022

'87 1.40 Professor T · Krimiserie Animationsfilm, USA/CDN 2013 Live 20.10 Durch die Wildnis

13.00 rbb24 13.10 Oma kocht 15.30 Afrikas geheimnisvolle 12.40 Stadt Land Kunst 14.15 10.10 Großstadtrevier 10.55 10.35 Bares für Rares 12.20 11.50 Peter Pan – Neue Abenam besten 13.40 Rentnercops Welten (1–3/3) 17.45 Buntes 🕬 Das Privatleben des Sturm der Liebe 12.30 In aller Death in Paradise 14.05 The teuer 12.55 Zoom – Der weiße 14.30 📶 Das Glück kommt Mauritius 18.30 Eisenbahn-Ro- Sherlock Holmes Krimi, GB/USA Freundschaft 14.00 📶 Bre- Rookie 15.30 Death in Paradise Delfin 13.30 logo! 13.40 Tiere unverhofft TV-Komödie, D 2010 mantik 19.00 heute 19.20 Galle- '70 16.15 [IIIII] Ein Sommer an zeln für den Pott TV-Komödie, 17.15 The Rookie 18.35 Duell bis unters Dach 14.10 Schloss 16.00 rbb24 16.15 Die jungen ripky: Fotografie mit Paul Ripke der See Drama, F 1990 18.05 D 2014 15.30 Detektiv Rock- der Gartenprofis 19.20 Bares für Einstein 15.00 H20 15.45 Mia Ärzte 17.05 Panda, Gorilla & Co. (2/4) 19.50 Die Hauda & die Abenteuer Archäologie (9/10) ford – Anruf genügt 16.15 Groß- Rares 20.15 🚻 Das Quar- and me 16.35 Der kleine Prinz 17.53 Sandmännchen 18.00 Kunst 20.00 Tagess, 20.15 🔣 18.35 Der Geparden-Clan (2/3) stadtrevier (17/17) Finale der 32. tett – Mörderischer Pakt Krimi, 17.00 Simsalagrimm 17.25 Yarbb24 18.15 Schöne Scheunen 🕎 Das Kindermädchen 19.20 Journal 19.40 Re: 20.15 Staffel 17.05 Rote Rosen 18.40 D 2023 21.45 Doppelhaushälfte kari 17.50 Pinocchio im Zauber-18.45 Brisant 19.30 Abend- TV-Thriller, D'11 21.45 Süditali- Anders essen – Das Experiment Sturm der Liebe 20.15 Der 22.30 Doppelhaushälfte Qua- dorf 18.10 Die Biene Maja schau 20.00 Tagesschau 20.15 en – Von der Amalfiküste bis Doku, D '19 21.45 Die Schäfer- Basar des Schicksals 21.55 rantäne 1+2 23.10 🖼 In Her 18.35 Pip und Posy 18.47 Berlin mit dem Schiff erfahren Neapel 22.00 ZIB 2 22.25 📖 familie 22.45 Chaudun – Das A Young Doctor's Notebook Car (6–10/10) Finale der 1. Staf- Baumhaus 18.50 Sandmänn. Doku, D 2018 21.45 rbb24 Inspektor Jury spielt Katz und verkaufte Dorf 23.40 Ein Herz (1-4/4) Wh. der 1. Staffel 23.25 fel 1.40 [IIII] Wolkig mit Aus- 19.00 Die Schlümpfe 19.25 22.00 LIVE Blue Moon 0.00 Maus Krimi, D 2016 23.55 Wil- schlägt wieder 0.35 The Day Maurice Liebesdrama, GB sicht auf Fleischbällchen 2 pur+ 19.50 logo! 20.00 KiKA

ZDF DAS ERSTE RTL SAT.1 **PRO 7** VOX 20.15 TV-DRAMA 19.20 OLYMPIA 20.15 COMEDYSHOW 20.15 SHOW 20.15 SHOW 20.15 KRIMISERIE Aenne Burda ... Olympische ... Mario Barth deckt auf! Wer kocht das ... TV total **Bones** 15.30 Pfarrer Braun: Kein 7.25 Olympische Som-10.00 Ulrich Wetzel D 5.30 SAT.1-Frühstücks-12.15 Two and a Half Men 7.35 CSI: Den Tätern LIVE fernsehen Magazin Sterbenswörtchen merspiele Paris '24 11.00 Barbara Salesch D auf der Spur ▶ ण TV-Krimi-U.a.: Leichtathletik 12.00 Punkt 12 Magazin 10.00 Auf Streife D 14.10 The Middle III 11.10 CSI: Miami komödie. D 2006 9.30 Kanusprint: 15.00 Barbara Salesch D 13.00 Auf Streife -15.05 Big Bang Theory (17-19/19) Finale Handball 10.00 Tischder 10. Staffel 17.00 Tagesschau ₪ 16.00 Ulrich Wetzel ▶ Die Spezialisten 🕞 (24/24) um Finale 17.15 Brisant ▶ 呵 17.00 Verklag mich doch! 15.00 Auf Streife D der 11. Staffel 14.00 Mein Kind. ... 🕞 tennis: Wassersprin-18.00 Gefragt - Geiagt D gen 12.05 Segeln Doku-Soap 17.00 Lebensretter haut-15.35 Big Bang Theory 15.00 Shopping Queen D 18.50 Watzmann ermittelt 12.55 Sportklettern 17.30 Unter uns **•** nah um Reportage (1-3/24) UT 16.00 Das Duell - Zwisch. 🕟 呵 🗷 Krimiserie 13.30 Kanusprint 18.00 Explosiv ▶ Magazin 18.00 Notruf @ Wh. der 12. Staffel Tüll und Tränen 🕞 19.45 Wissen vor acht -14.30 Taekwondo 18.30 Exclusiv 19.00 Die Landarztpraxis 17.00 taff ▶ Magazin 17.00 Zwischen Tüll und Erde ▶ ण 🗷 17.05 Segeln 18.45 RTL Aktuell □ Dramaserie, D '24 18.00 Newstime Tränen ▶ Doku 19.50 Wetter / Wirtschaft 18.25 Bahnradsport 19.05 Alles was zählt ▶ Die gute Lüge 18.10 Die Simpsons III 18.00 First Dates 20.00 Tagesschau um 19.00 heute / Wetter 🖭 19.40 GZSZ ▶ Aufgeflogen 19.45 SAT.1 :newstime 19.05 Galileo D Magazin 19.00 Das perfekte Dinner **20.15 Bones** 20.15 Aenne Burda - Die 19.20 Olympische Som-20.15 Mario Barth deckt 20.15 Wer kocht das Bes-20.15 TV total I Show. D Wirtschaftswunmerspiele Paris '24 auf! Alles für unsere te für die Gäste (5/6) 2024 · Sebastian Puf-Krimiserie, USA 2014 derfrau (1/2) ▶ ण 🗷 U.a.: Hockey: Damen. Kinder D 2023 · U.a.: **I** Show, D 2024 paff zeigt das Beste Die Frau, die zu viel TV-Drama, D 2018 Halbfinale: Leicht-Mario Barth: Hebam-Frank Rosin gegen und das Schlimmste. wusste / Diesseits Mit K. Wackernagel athletik: Bahnradmen / Ilka Bessin: Mario Lohninger was die Medienwelt und ienseits und 21.45 Plusminus D sport; Tischtennis ..Eltern-Taxi" 23.00 TopTen! Der zu bieten hat. nicht immer real / Ein 22.15 Tagesthemen um 21.45 heute-journal @ 22.15 RTL Direkt Geschmacks-21.25 Das Duell um die Raum mit Büchern 22.50 Das Cybermobbing-22.00 Olympische Som-22.35 stern TV D Countdown I Doku. Welt - Team Joko und ein Körper ohne Kartell **▶ U** merspiele Paris '24 Infomagazin, D 2024 D 2021 · Skurrile gegen Team Klaas Seele / Die Bestand-23.35 Die Bucket List mei-Beachvolleyball teile des Bäckers Mara und Matze Foodtrends weltweit ner verstorbenen **22.35** Boxen auf Kreuzfahrt 0.00 Wer kocht das Bes-Mitwirkende: Mit Emily Deschanel 0.00 RTL Nachtiournal te für die Gäste (5/6) Lucy Diakovska. 0.00 vox nachrichten Tochter ▶ III Doku 0.00 Breaking -0.05 Tagesschau III Dream of Paris ▶ ण 0.35 CSI: Miami ፴ (Wh. von 20.15) Michael Beck u.a. 0.20 Medical Detectives 0.15 Aenne Burda - Die Reportage, D 2024 (23+24/24) **▶** Krimi-2.25 Auf Streife -2.05 TV total III (v. 20.15) Doku Wirtschaftswunder-Die Spezialisten **•** 4.40 zdf.formstark serie, USA 2010 3.05 Balls - für Geld 2.10 Snapped frau (1/2) **▶ □ ■** Magazin, D 2024 Finale der 8. Staffel Doku-Soap, D 2020 mache ich alles Wenn Frauen töten

SWR BR HR **NDR WDR MDR**

länglich (5/6) Krimi, D/S 2012 Lichts Satiredrama, D 2018

selten allein TV-Komödie, D '12 lie und andere Katastrophen 0.30 Generation F · Doku

13.55 Wer weiß denn sowas? 14.10 WaPo Bodensee 15.00 17.00 hallo hessen 17.45 hes- 16.00 Info 16.15 Wer weiß denn 11.55 Leopard & Co. 12.45 Ak- 15.15 Wer weiß denn sowas? 14.40 Giraffe, Erdmännchen & aktiv und gesund 15.30 Schnitt- senschau 18.00 Maintower sowas? 17.00 Info 17.10 Leo- tuell 13.00 Giraffe, Erdmänn- 16.00 MDR um vier 17.45 Aktu-Co. 15.10 Elefant, Tiger & Co. gut 16.00 BR24 16.15 Wer weiß 18.25 Brisant 18.45 Die Rat- pard & Co. 18.00 Regional 18.15 chen & Co. 13.50 Nashorn, Zeb- ell 18.10 Brisant 18.54 Sand-16.05 Kaffee oder Tee 18.00 denn sowas? 17.00 Unter unse- geber 19.15 alle wetter 19.30 Pasta-Patrick – Der Nudelkönig ra & Co. 14.20 Die jungen Ärzte männchen 19.00 Regional Aktuell 18.15 Landesschau rem Himmel 17.30 Regional hessenschau 20.00 Tagesschau vom Lande 18.45 DAS! 19.30 16.00 Aktuell 16.15 Hier und 19.30 Aktuell 19.50 Der Jöbtes-19.30 Aktuell 20.00 Tagesschau 18.00 Abendschau 18.30 BR24 20.15 m€x. 21.00 Mittendrin - Regional 20.00 Tagesschau heute 18.00 Aktuell / Lokalzeit ter (3/5) 20.15 Exakt 20.45 Mu-20.15 Visite 21.00 Die Unfall- 19.00 Vanlife: Als Pfleger auf Flughafen Frankfurt 21.45 Auf 20.15 The secret Crown - Ge- 18.15 Der Haushalts-Check mit nition in Gewässern - Magnetfiklinik (3/6) 21.45 Aktuell 22.00 Tour 19.30 Dahoam is Dahoam den Spuren der Ku'damm-Raser heimprojekt Korallenriff: Wunder Yvonne Willicks 18.45 Aktuelle schen als gefährliches Geschäft WR Wunsch-Tatort Kri- 20.00 Tagesschau 20.15 Wer (1/3) 22.10 hessenschau 22.25 der Karibik 21.00 Titanen der Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 21.15 Highspeed auf Wellen mi, D 2024 23.30 Tatort weiß denn sowas XXL 23.25 Kafka 23.10 Testo (1+2/7) Wh. Tiefsee 21.45 Info 22.00 Das Tagesschau 20.15 Wir werden Faszination Motorbootrennen Bienzle und der Biedermann BR24 23.40 Wir tun es der 1. Staffel 23.40 Sexuell ver- Gipfeltreffen 22.30 🖽 Götter Camper! 21.45 Aktuell 22.15 21.45 Aktuell 22.10 👊 Tatort (1992) 1.00 Ein Fall für für Geld TV-Komödie, D 2014 fügbar (1/5) Wh. der 1. Staffel in Weiß TV-Thriller, D '17 0.00 Kritisch reisen 23.00 Surf on, Tanz auf dem Hochseil (1998)

Annika Bengtzon – Lebens- 1.10 📖 Lux – Krieger des 0.05 📖 Ein Drilling kommt Barcelona for Beginners – Fami- Europe! Doku, D 2024 NEÚ 23.40 Das große Kleinkunstfestival 2023 0.25 extra 3

KIKA **RBB** 3SAT **ZDF NEO** ARTE

13.40 Rentnercops 14.30 🔣 13.20 Entlang der Elbe 13.50 12.40 Stadt Land Kunst 14.15 16.15 Großstadtrevier (1/16) 9.10 Die Küchenschlacht 9.55 11.50 Peter Pan – Neue Aben-Glück auf halber Treppe Winzige Wunder: Insekten (1- 🕬 🛘 Lucky Jo Actionkomö- Wh. der 33. Staffel 17.05 Rote Duell der Gartenprofis 10.35 teuer 12.55 Zoom 13.30 logo! TV-Komödie, D 2005 16.00 3/3) 16.00 Schottlands wilde die, F 1964 15.45 FILM II Tat- Rosen 18.40 Sturm der Liebe Bares für Rares 12.25 Death in 13.40 Tiere bis unters Dach rbb24 16.15 Die jungen Ärzte Jahreszeiten (1-4/4) 19.00 heu- ort Paris Krimi, F 1959 17.20 20.15 FILM Agatha Christie's Paradise (7+8/8) Finale der 9. 14.10 Schloss Einstein 15.00 17.05 Panda & Co. 17.53 Sand- te 19.20 Galleripky: Fotografie Abenteuer Archäologie (10/10) Poirot Eine Tür fällt ins Schloss Staffel 14.05 The Rookie 15.30 H20 15.45 Mia and me 16.35 mann 18.00 rbb24 18.15 plan b mit Paul Ripke (3/4) 19.50 Die 17.50 Phänomenale Natur Krimi, GB 1989 21.05 Professor Death in Paradise (7+8/8) 17.15 Der kleine Prinz 17.00 Simsa-18.45 Brisant 19.30 Abend- Hauda & die Kunst 20.00 Tages- 18.35 Der Geparden-Clan (3/3) T (1/6) Wh. der 2. St. 21.55 🞹 The Rookie 18.35 Duell der Gar- lagrimm 17.25 Yakari 17.50 schau 20.00 Tagesschau 20.15 schau 20.15 💷 Der Mann 19.20 Journal 19.40 Re: 20.15 Agatha Christie – Mörderi- tenprofis 19.20 Bares für Rares Pinocchio im Zauberdorf 18.10 Berlin auf Schienen · Doku, D ohne Schatten Krimi, D 2015 A Hero – Die verlorene sche Spiele Der Fall Protheroe 20.15 Wilsberg – Der Die Biene Maja 18.35 Pip und 2024 NEU 21.45 rbb24 22.00 21.45 Kreta – Insel der Götter Ehre des Herrn Soltani Thriller, Krimi, F/CH 2016 23.25 Betreuer Krimi, D 2016 21.45 Posy 18.47 Baumhaus 18.50 Berlin mit der U-Bahn erfahren 22.00 ZIB 2 22.25 🖭 Kreuz IRN/F 2021 NEU 22.15 🖭 Murdoch Mysteries (11–13/13) 证 Friesland – Unter der Sandmännchen 19.00 Die 23.30 Berlin bei Nacht erfahren des Südens Krimi, A 2015 23.55 ABBA Silver ABBA Gold 23.10 Finale der 2. St. 1.45 😥 Aga- Oberfläche Krimi, D 2022 23.15 Schlümpfe 19.25 Anna und die 1.00 S-Bahn: Ein Ost-West-Pro- Wilder 0.50 10vor10 1.20 [Mab ABBA in Concert 0.05 Zimmer tha Christie's Poirot (6/71) Ur- [Money Train Actionfilm, wilden Tiere 19.50 logo! 20.00 Kreuz des Südens Krimi, A 2015 108 (1-4/10) Wh. der 2. Staffel laub auf Rhodos Krimi, GB '89 USA '95 0.55 Die glorreichen 10 KiKA Live 20.10 Girl in my Diary

DAS ERSTE ZDF RTL SAT.1 **PRO 7** VOX



20.15 OLYMPIA









Olympische ...

7.15 Olympische Sommerspiele Paris '24 U.a.: 7.30 Schwimmen 9.00 Golf 10.00 Wasserspringen 10.05 Leichtathletik 10.30 Kanu 12.28 Klettern 14.00 Hockey 15.00 Tischtennis 16.00 Vollevball 17.30 Baskettball 19.35 Leichtathletik 20.00 Tagesschau um

20.15 Olympische Sommerspiele Paris '24 Bahnrad: Sprint Herren: Leichtathletik: Tischtennis: Volball 21.30 Handball: Damen, Halbfinale 0.00 Inas Nacht (7/12) **•** ■ Late-Night-Show Gast: Götz Otto

1.00 Tagesschau 1.10 Sherlock - Das letzte Problem ▶ ፴ Ø Krimi, GB/USA 2017 Mit Martin Freeman

20.15 TV-DRAMA **Die Bergretter**

16.00 heute - in Europa III 16.10 Rosenheim-Cops (27/27) ▶ ण 🗷 Finale der 19. Staffel 17.00 heute □ਾ 17.10 Abenteuer Auswandern 🕞 🖭 Doku

19.00 heute / Wetter III 19.25 Notruf Hafenkante (1/25) ▶ ण 🗷 Wh. der 15. Staffel

20.15 Die Bergretter ▶ 🖭 **FILM ⋈** Dieses eine Leben TV-Drama, D/A 2021 Mit Sebastian Ströbel u.a. leyball 21.00 Basket- 21.45 heute-journal @T

22.15 Am Puls Doku, 22.15 RTL Direkt D 2024 · Zerreißprobe Zuwanderung 23.00 Signora Volpe (1/3) FILM ▶ ፴ ○○ Neuanfang

Krimi, GB 2022 0.30 heute journ, update 0.45 Stralsund - Schutz-FILM los ▶ ፴ ₺ Krimi. D 2016 (-2.15)

20.15 MAGAZIN **Extra Spezial**

10.00 Ulrich Wetzel D 11.00 Barbara Salesch D 12.00 Punkt 12 Magazin 15.00 Barbara Salesch D 16.00 Ulrich Wetzel D 17.00 Verklag mich doch! 15.00 Auf Streife D 17.30 Unter uns **D** 18.00 SOKO Stuttgart ▶ III 18.00 Explosiv ▶ Magazin 18.30 Exclusiv

18.45 RTL Aktuell 19.04 Klima Update 🗈 19.05 Alles was zählt 🖪 19.40 GZSZ **D**

20.15 Extra Spezial ▶ Magazin, D 2023 Schnäppchenfalle oder Shoppingtraum? Die Geheimnisse unserer Discounter

22.35 stern TV Spezial Magazin, D 24 · Leben im Brennpunkt: Das Experiment 0.00 RTL Nachtjournal

0.35 CSI: Miami ▶ Krimiserie, USA 2003 2.15 CSI: Miami D Krimiserie, USA 2010

20.15 SHOW Die besten ...

5.30 SAT.1-Frühstücksfernsehen Magazin 10.00 Auf Streife D 13.00 Auf Streife -Die Spezialisten **•** 17.00 Lebensretter hautnah um Reportage 18.00 Notruf □ □ 19.00 Die Landarztpraxis

■ Dramaserie Ungewisse Zukunft 19.45 SAT.1 :newstime

20.15 Die besten Comedians Deutschlands (2/4) Show, D 2024 Mitwirkende: Paul Panzer, Tahnee. Torsten Sträter, Markus Krebs, Rüdiger Hoffmann, Luke Mockridge, Cindy aus Marzahn, Okan Seese 22.55 Die perfekte Minute ▶ J Show. D 2023

0.45 Die besten Comedians Deutschlands (2/4) Show (v. 20.15) 2.50 Mein Mann kann

20.15 DOKU-SOAP

Unglaublich! ...

9.40 Die Simpsons III 10.30 How I Met Your Mother (19+20/20) 呵 Finale d. 3. Staffel 11.25 Scrubs □T 12.20 Two and a Half Men ☐ Comedyserie 14.10 The Middle ut 15.10 Big Bang Theory III

18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons III 19.05 Galileo ▶ Magazin

17.00 taff ▶ Magazin

20.15 Unglaublich! Spektakuläre Momente vor laufender Kamera णा Doku-Soap, GB 2021 22.20 Darüber staunt die Welt Show, D 2023 Die unglaublichsten Pannen @ Home 0.40 Unglaublich! Spektakuläre Momente vor lau-

fender Kamera 🖽 Doku-Soap, GB 2021 2.35 Galileo D

Magazin, D 2022

20.15 FANTASYFILM Seventh Son

7.35 CSI: Den Tätern

auf der Spur 11.10 CSI: Miami (1-3/24) Wh. der 1. Staffel 14.00 Mein Kind, ... **•** 15.00 Shopping Queen 🗈 16.00 Das Duell - Zwisch. Tüll und Tränen 🕞 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 🕑 Doku 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner Doku-Soap

20.15 Seventh Son Fantasvfilm, USA/GB/CDN/ TIPP CHN 2014 · Mit Ben Barnes, Jeff Bridges. Alicia Vikander u.a. Regie: Sergei Bodrov 22.20 Riddick - Überleben

ist seine Rache Actionfilm, USA/CDN 2013 · Mit Vin Diesel, Jordi Mollà u.a. 0.55 vox nachrichten

1.15 Medical Detectives ▶ Doku · U.a.: Ein zweites Leben / Spuren des Blutes

SWR BR HR **NDR WDR**

2.25 Kaffee oder Tee

punkt 2.00 Reisetipp Südwest Haindling "und überhaupts ..." 1.00 Startrampe COVERED

hr-Bigband · Konzert, D 2024

(1+2/13) Wh. der 1. Staffel

13.25 Meister des Alltags 13.55 14.10 WaPo Bodensee 15.00 16.00 hallo hessen 16.45 hes- 18.00 Regional 18.15 Krabben, 13.00 Giraffe & Co. 13.50 15.15 Wer weiß denn sowas? Wer weiß denn sowas? 14.40 aktiv und gesund 15.30 Schnitt- sensch. 17.00 hallo hessen Kutter und junge Kapitäne – Ge- Nashorn & Co. 14.20 Die jungen 16.00 MDR um vier 17.45 Aktu-Giraffe, Erdmännchen & Co. gut 16.00 BR24 16.15 Wer weiß 17.45 hessensch. 18.00 Main- nerationswechsel in Ostfries- Ärzte 16.00 Aktuell 16.15 Hier ell 18.10 Brisant Classix 18.54 15.10 Elefant. Tiger & Co. 16.05 denn sowas? 17.00 Unter un- tower 18.25 Brisant 18.45 Die land 18.45 DAS! 19.30 Regional und heute 18.00 Aktuell / Lokal- Sandmännchen 19.00 Regional Kaffee oder Tee 18.00 Aktuell serem Himmel 17.30 Regional Ratgeber 19.15 alle wetter 20.00 Tagesschau 20.15 Aben- zeit 18.15 Grenzenlos köstlich 19.30 Aktuell 19.50 Der Job-18.15 Landesschau 19.30 Aktu- 18.00 Abendschau 18.30 BR24 19.30 hessensch. 20.00 Ta- teuer Mauretanien – Zu Fuß mit Björn Freitag und Tamina tester (4/5) 20.15 Lebensretter ell 20.00 Tagesschau 20.15 Wer 19.00 mehr/wert 19.30 Dahoam gess. 20.15 Alles Wissen 21.00 durch die Sahara 21.00 Marok- Kallert 18.45 Aktuelle Stunde 21.00 Visite 21.45 Aktuell 22.10 weiß denn sowas XXL 23.25 is ... 20.00 Tagesschau 20.15 Ressource Wasser 21.45 Ille- ko - Ein Königreich zwischen 19.30 Lokalzeit 20.00 Tages- Urlaubsträume in Beton 22.40 Ireens Reise 0.45 Die härtesten Gipfeltreffen 21.00 Schlacht- gal-scheißegal – Ich konnte nur Meer und Wüste 21.45 Info schau 20.15 Wunderschön! Zwischen Recht und Gerechtig-Jobs von damals – Florian We- hof – Das Beste 21.45 BR24 Graffiti 22.15 hessenschau 22.00 ె Der Kroatien-Kri- 21.45 Aktuell 22.15 ె Nord keit – Die Geschichte einer ber schuftet sich durch die 22.00 Vereinsheim Schwabing 22.30 HundeMenschen 23.00 mi: Die Patin von Privonice bei Nordwest Sandy Krimi, D Flüchtlingsanwältin 23.10 Alfred Geschichte (1+1/3) 1.30 Treff- 22.45 Z'am rocken 23.30 Besser leben ohne Kinder? Krimi, D 2021 23.30 Großstadt- 2017 23.40 📖 Nord bei Brehm – Der Tierforscher aus 23.45 Dianne Reeves meets revier 0.20 Hamburg Transit Nordwest Waidmannsheil · Kri- Thüringen 23.40 Elefant, Tiger & mi, D '17 1.10 Die jungen Ärzte Co. – Spezial 1.10 Lebensretter

MDR

RBB 3SAT

ARTE Night Komödie, CDN/CH '22 NEU Staffel 1.00 Mein Mailand

dam TV-Komödie. D 2017 16.00 Flussgeschichten 13.50 Thai- mer Im Eifer des Gefechts · Kri- aller Freundschaft 14.00 [IIII] Duell der Gartenprofis 10.35 Pan – Neue Abenteuer 12.55 rbb24 16.15 Die jungen Ärzte lands faszinierende Wildnis mi, S 2015 16.30 [IIIIII] Mord im McLenBurger – 100% Heimat Bares für Rares 12.20 Death in Zoom 13.30 logo! 13.40 Tiere 17.05 Panda, Gorilla & Co. (1/2) 14.35 Faszinierende Erde Mittsommer (1/4) Gefährliche TV-Komödie, D 2022 15.30 De- Paradise (1+2/8) Wh. der 10. bis unters Dach 14.10 Schloss 17.53 Sandmännchen 18.00 (1-6/6) 19.00 heute 19.20 Gal- Verbindungen Krimi, S 2020 tektiv Rockford – Anruf genügt Staffel 14.05 The Rookie 15.30 Einstein 15.00 H20 15.45 Mia rbb24 18.15 Übern Tellerrand leripky: Fotografie mit Paul Rip- 18.00 Der Wüstenzug - Die Le- 16.15 Großstadtrevier 17.05 Death in Paradise (1+2/8) 17.15 and me 16.35 Der kleine Prinz 18.45 Brisant 19.30 Abend- ke (4/4) 19.50 Die Hauda & die bensader Mauretaniens 18.35 Rote Rosen 18.40 Sturm der The Rookie 18.35 Duell der Gar- 17.00 Simsalagrimm 17.25 Yaschau 20.00 Tagesschau 20.15 Kunst 20.00 Tagesschau 20.15 Naturparadies Armenien (1/2) Liebe 20.15 Das Gipfeltreffen tenprofis 19.20 Bares für Rares kari 17.50 Pinocchio im ZauberLitti Das Beste kommt zum Litti Totengebet TV-Thriller, D 19.20 Journal 19.40 Re 20.15 20.45 Powerplay – Smart Girls 20.15 The Rookie 21.35 Litti dorf 18.10 Die Biene Maja 18.35
Schluss Tragikomödie, USA 2019 21.45 Madeira – Juwel im Vorsicht Verführung (1+2/2) Do- Go for President (5+6/6) Finale Sinn und Sinnlichkeit Liebes- Pip und Posy 18.47 Baumhaus 2007 21.45 rbb24 22.00 Die Atlantik 22.00 ZIB 2 22.25 📖 ku 21.40 Versteckt im hohen der 1. Staffel 22.35 Der Tatort- film, USA/GB 1995 23.45 👊 18.50 Sandmännchen 19.00 Die Heiland – Wir sind Anwalt 23.40 Brandnacht Krimi, D/CH 1992 Gras (1–3/3) Dramaserie · Wh. reiniger (4–6/6) Finale der 5. Bram Stoker's Dracula Horror- Schlümpfe 19.25 Löwenzahn Something You Said Last 0.00 Wilder (6/6) Finale der 4. der 1. Staffel 0.15 Zimmer 108 Staffel 0.05 Vorstadtweiber film, USA/GB 1992 1.45 Exit 19.50 logo! 20.00 KiKA Live 3.45 28 Minuten Samstag (5/8) (6–10/10) Finale der 2. Staffel (1–6/8) Wh. der 2. Staffel

ZDF NEO

14.30 🔣 Verliebt in Amster- 13.25 Entlang der Donau – 15.45 👊 Mord im Mittsom- 11.00 Sturm der Liebe 12.35 In 9.05 Die Küchenschlacht 9.50 11.05 Leo da Vinci 11.50 Peter

20.10 Checkpoint

ONE

ZDF DAS ERSTE **RTL** SAT.1 **PRO 7** VOX 20.15 TV-KOMÖDIE 19.20 OLYMPIA 20.15 SHOW 20.15 SHOW 20.15 KOMÖDIE 20.15 KRIMISERIE Toni, männlich, ... Olympische ... 40 Jahre RTL ... **Murmel Mania** The Man from Toronto Magnum P.I. 15.30 Willkommen 7.25 Olympische Som-9.30 Unter uns D 5.05 Auf Streife D 11.00 How I Met Your 9.25 CSI: Den Tätern auf in Kölleda ▶ ण merspiele Paris '24 10.00 Ulrich Wetzel D 5.30 SAT.1-Frühstücks-Mother (1/24) UT der Spur (1+4/24) TV-Komödie, D 2012 U.a.: Fußball: Herren. 11.00 Barbara Salesch D fernsehen Magazin Wh. der 4. Staffel Wh. der 9. Staffel 17.00 Tagesschau u Finale 7.30 Frei-12.00 Punkt 12 Magazin 10.00 Auf Streife D 11.30 Scrubs III 11.10 CSI: Miami wasserschwimmen 17.15 Brisant ▶ ज 15.00 Barbara Salesch 13.00 Auf Streife -12.25 Two and a Half Men 14.00 Mein Kind. ... 🖪 9.05 Golf, Taekwondo 16.00 Ulrich Wetzel D Die Spezialisten 🕞 15.00 Shopping Queen ▶ 18.00 Gefragt - Gejagt E ਯਾ Comedyserie □ Quizshow 10.05 Leichtathletik 17.00 Verklag mich doch! 15.00 Auf Streife D 14.15 The Middle III 16.00 Das Duell - Zwisch. 18.50 Quizduell - Olymp 10.30 Kanusprint 17.30 Unter uns **•** 17.00 Lebensretter haut-15.15 Big Bang Theory III Tüll und Tränen 🗈 **▶ ज** Show 12.25 Sportklettern 18.00 Explosiv ▶ Magazin nah um Reportage 17.00 taff ▶ Magazin 17.00 Zwischen Tüll und 19.45 Wissen vor acht -14.00 Hockey 18.30 Exclusiv 18.00 Notruf **I** 18.00 Newstime Tränen ▶ Doku 16.00 Volleyball 18.45 RTL Aktuell 19.00 Die Landarztpraxis 18.10 Die Simpsons U.a.: 18.00 First Dates 7ukunft ⊾ ਯ 丞 19.50 Wetter / Wirtschaft 17.05 Handball 19.05 Alles was zählt 🖪 ₪ Dramaserie Quatsch mit Soße 19.00 Das perfekte Dinner 20.00 Tagesschau um 19.00 heute / Wetter III 19.40 GZSZ ▶ Daily Soap 19.45 SAT.1 :newstime 19.05 Galileo ▶ Magazin Doku-Soap 20.15 Murmel Mania 20.15 The Man from 20.15 Toni, männlich. 19.20 Olympische Som-20.15 40 Jahre RTL - Das 20.15 Magnum P.I. Hebamme – Baby merspiele Paris '24 TIPP große Jubiläums-Show, D '24 · Gäste: Toronto vi Komödie. Krimiserie, USA im Korb ▶ ज ॾ TV-U.a.: Bahnradsport auiz Show. D 2023 Mareile Höppner. USA '22 · Mit Woody 2023 · Ein haariger Komödie, D '24 · Mit 19.30 Leichtathletik: Rateteam: Günther Panagiota Petridou. Harrelson, Kevin Fall / Paar oder nicht Leo Reisinger, Wolke Ringen 20.00 Ho-Jauch, Ilka Bessin. Jeannine Michaelsen Hart u.a. · Regie: Paar? / Familieniuwe-Hegenbarth u.a. NEU ckey: Damen, Finale Frauke Ludowig, 22.20 Mein Mann kann Patrick Hughes NEU Ien / Panikraum 21.45 Tagesthemen um 20.15 Taekwondo Wolfgang Bahro, Show, D 2022 · U.a.: 22.35 Central Intelligence Mit Jay Hernandez 22.20 Aenne Burda - Die 21.30 Handball Oliver Geissen, Daniel Mitwirkende: Dagi FILM um Actionkomödie. 0.00 vox nachrichten Wirtschaftswun-22.00 heute-journal um Hartwich, Bruce Bee, Eugen Kazakov, USA/CHN 2016 · Mit 0.20 Snapped - Wenn derfrau (2/2) ▶ III Ø 22.15 Olympische Som-Darnell, Wigald Stefanie Hertel, Lan-Frauen töten Dwayne Johnson u.a.

SWR BR HR **NDR WDR** MDR

Boning, Olivia Jones

0.00 RTL Nachtiournal

1.15 CSI: Miami 🗈

0.35 40 Jahre RTL - Das

aroße Jubiläums-

auiz (Fort. v. 20.15)

oder Tee 4.15 Landesschau

TV-Drama, D 2018

Staub und Schatten

TV-Krimireihe, I 2018

Mit M. Giallini (-1.25)

23.50 Der Kommissar und

die Alpen ▶ ፴ Ø

mödie, GB/USA 1964

merspiele Paris '24

Handball: Herren.

Halbfinale 22.30

Beachvolleyball:

Damen, Finale

0.00 heute journ. update

13.25 Meister des Alltags 13.55 16.00 BR24 16.15 Wer weiß 13.40 Familie Dr. Kleist 14.30 15.30 Mergel, Schlick und volle 13.50 Nashorn & Co. 14.20 Die 12.30 Faxis mit NDR Talk Show **0.00** Verurteilt! Dinner **0.30** Die VIVA-Story (1/3) Kühne: Okay, mein Fehler!

ny Lanner. Stefanie

Sick, Antoine Monot

Show, D '24 (v. 20.15)

0.55 Murmel Mania

2.35 Knallerkerle Come-

dyshow, D 2017

Wer weiß denn sowas? 14.40 denn sowas? 17.00 Unter unse- ៲ im Baby zum Verlieben Schaufeln – Mehr Tiefe für jungen Ärzte (41+42/42) Finale Meerblick – Willkommen auf Giraffe, Erdmännchen & Co. rem Himmel 17.30 Regional TV-Liebeskomödie, D 2004 Rostocks Hafen 16.00 Info der 9. Staffel 16.00 Aktuell Rügen TV-Familienfilm, D 2017 15.10 Elefant. Tiger & Co. 16.05 18.00 Abendschau 18.30 BR24 16.00 hallo hessen 16.45 hes- 16.15 Wer weiß denn sowas? 16.15 Hier und heute 18.00 Ak- 14.00 MDR um zwei 14.25 Ele-Kaffee oder Tee 18.00 Aktuell 19.00 Unser Land 19.30 Lecker senschau 17.00 hallo hessen 17.00 Info 17.10 Leopard & Co. tuell / Lokalzeit 18.15 Mit dem fant, Tiger & Co. 15.15 Wer weiß 18.15 Landesschau 19.30 Aktu- aufs Land – Kulinarische Schät- 17.45 hessenschau 18.00 18.00 Regional 18.15 Hofge- Camper durch Kanada 18.45 denn sowas? 16.00 MDR um ell 20.00 Tagesschau 20.15 ze 20.00 Tagesschau 20.15 Maintower 18.25 Brisant 18.45 schichten 18.45 DAS! 19.30 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit vier 17.45 Aktuell 18.10 Brisant Expedition in die Heimat 21.00 Watzmann ermittelt 21.50 BR24 Die Ratgeber 19.15 alle wetter Regional 20.00 Tagesschau 20.00 Tagesschau 20.15 Ex- 18.54 Sandmännchen 19.00 Stadt – Land – Quiz 21.45 Aktu- 22.05 FAKING BAD – Besser als 19.30 hessenschau 20.00 Ta- 20.15 Ungewöhnliches Wohnen: tremwetter in NRW – Trockene Regional 19.30 Aktuell 19.50 ell 22.00 Nachtcafé 23.30 Krau- die Wahrheit 22.50 💷 Der gesschau 20.15 Lissabon – die Hinguckerhäuser in Mecklen- Sommer und die Folgen 21.00 Elefant, Tiger & Co. 20.15 Somse kommt! 0.15 🞹 State of rosarote Panther Krimikomö- Štadt, der Fluss und das Meer burg-Vorpommern 21.15 Yared Der Jahrhundertsommer – Hit- merhits am Wörthersee 21.45 the Union Komödie, GB 2021 die, USA 1963 0.40 ELL Ein 21.00 Teneriffa – Im Bann des kommt rum 21.45 Info 22.00 zewelle über NRW 21.45 Aktuell Aktuell 22.00 Riverboat – Klas-1.55 Eisenbahn 2.25 Kaffee Schuss im Dunkeln Krimiko- Teide 21.45 hessenschau 22.00 NDR Talk Show 0.00 Käpt'ns 22.00 Kölner Treff 0.00 Ingrid siker 0.00 🞹 Spuren der

0.55 Prey @ Z Horrorfilm,

Midthunder (v. So.)

USA '22 · Mit Amber

2.50 Conan I Actionfilm,

USA/BUL/D/IND 2011

Mit Jason Momoa

Rache (1/2) TV-Thriller, D 2016

Dokureihe, USA 2019

Theresa Voss /

Judy Flanagan

2.00 Medical Detectives

▶ Doku · U.a.:

Brandgefährlich

KIKA **RBB** ARTE ONE

3SAT Loveparade – Als die Liebe tan- stadtweiber (1-4/10) Drama- das Pony 1.25 Zimmer 108 Fair – Jahrmarkt der Eitelkeiten (8/8) Finale der 2. Staffel 0.10 19.30 Dein Wunschserie, A 2016 · Wh. der 2. Staffel (9+10/10) Finale der 2. Staffel (1+2/7) Wh. der 1. Staffel

13.40 Rentnercops (6/6) Finale 13.55 Thailands faszinierende 14.15 🔣 Ali Biografie, USA 10.45 Sturm der Liebe 12.20 In 8.25 Stadt, Land, Lecker 9.10 12.55 Zoom – Der weiße Delfin der 7. Staffel 14,30 💷 Der Wildnis (2/2) 14,35 Faszinieren- 2001 16,45 Nadia Comaneci – aller Freundschaft 13,50 Die Die Küchenschlacht 9,50 Duell 13,30 Iooo! 13,40 Tiere bis un-Schwarzwaldhof - Lauter Lie- de Erde 19.00 heute 19.20 Ins- Die Turnerin und der Diktator glückliche Familie 15.25 Detek- der Gartenprofis 10.35 Bares für ters Dach 14.10 Schloss Einbe (6/6) TV-Familienfilm, D 2012 pired – Die Kunst-Challenge: 17.40 Im Reich der Frauen (5/5) tv Rockford – Anruf genügt Rares 12.25 Death in Paradise stein 15.00 H20 – Plötzlich 16.00 rbb24 16.15 Die jungen Nikis Nanas ganz neu 19.50 Die 18.35 Naturparadies Armenien 16.15 Großstadtrevier 17.05 14.10 The Rookie (21+22/22) Meerjungfrau 15.45 Mia and me Ärzte 17.05 Panda & Co. 17.53 Hauda & die Kunst 20.00 Tages- (2/2) 19.20 Journal 19.40 Re: Rote Rosen 18.40 Sturm der Finale der 5. Staffel 15.30 Death 16.35 Der kleine Prinz 17.00 Sandmännchen 18.00 rbb24 schau 20,15 ె Honecker 20,15 ె Long Walk Home Liebe 20,15 Ladies Night 21.00 in Paradise 17,15 The Rookie Simsalagrimm 17,25 Yakari 18.15 Hilfe in der Not 18.45 und der Pastor TV-Drama, D Drama, AUS 2002 21.40 Ludwig 🖭 Bloch: Tod eines Freun- (21+22/22) 18.35 Duell der 17.50 Pinocchio im Zauberdorf Brisant 19.30 Abendschau 2022 22.00 ZIB 2 22.25 📖 van Beethoven: 9. Sinfonie des Krimi, D '09 22.30 Fußball: Gartenprofis 19.20 Bares für 18.10 Die Biene Maja 18.35 Pip 20.00 Tagesschau 20.15 Die Papillon Abenteuerfilm, USA/F 23.05 Beethovens Neunte – 2. Bundesliga 23.00 Die Nacht, Rares 20.15 Father Brown und Posy 18.47 Baumhaus TOP HITS - Berlin und Branden- 1973 0.50 10vor10 1.20 Ode an die Menschlichkeit 0.30 als Laurier erwachte (1-5/5) 21.40 Deadly Tropics (1+2/8) 18.50 Sandmännchen 19.00 burgs längste Hitparade 23.30 Reschke Fernsehen 1.50 Vor- Connemara: Wie das Land, so Wh. der 1. Staffel 4.00 Vanity Wh. der 3. Staffel 23.30 Exit Die Schlümpfe 19.25 logo!

Exit (1-8/8) Wh. der 3. Staffel

film-Sommer Kinderfilm, D '24



Zahlenkreuzworträtsel

Gleiche Zahlen bedeuten gleiche Buchstaben.

1	2	3	4	5	6	7	8 9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19 2	20 2	1 22	23
23	2	5	19	3		6	12	15	16	15		10	23	11	10	5	19	14		13
4	16	19	13	23	21		14		19	22	9	15	18		19		21	23	12	5
8	23	5		21		4	15	5	21	15		15		2	12	15	16		3	19
	18		8	15	12	16	15		14		15	5	13	7	21	14	15	21		8
S	19 A	16	19 Δ	8 T		19		3	7	16	3		19	16	15		12		10	15
8	21		21		2	8	19	15	21	14	12	18		8		11	10	16	23	5
12		2	8	23	19		11	8	18		5		22	19	11	10	15		5	
3	19	13	5	15	16	15		5		9	19	22	15	21		12		22	5	19
3	19	17	19		23		2	7	1	15	8		4		15	20	12	16	23	18
7		16		18	23	16	15	3		10		1	19	22	2		10	15	5	5
21	15	16	2	23	21		10		4	5	19	7	16	12	11	10		11		19
18	23	19		21		18	5	19	6		19	16	16		10		11	10	23	5

Querdoku

Wie beim Sudoku dürfen die Zahlen von 1 bis 9 nur einmal je Spalte und Zeile vorkommen. Jedoch gibt es keine 3x3-Quadrate sondern kleinere Aufteilungen, in denen jeweils ein Ergebnis und eine Rechenart vorgegeben ist. Die einzufügenden Zahlen müssen mit der jeweiligen Rechenart das vorgegebene Ergebnis erzielen. Innerhalb einer Aufteilung darf eine Zahl mehrfach vorkommen, solange diese sich nicht in derselben Zeile bzw. Spalte befinden.

63x		8+	6	12x		6+		8:
4-		13+		20+	16+	7+	4	
30x		210x				11+	6+	
10+			12+	9+			8+	
5+	9+				11+	24+		9
		22+				26+		5+
11+				6:				
12+		6+		3	7+	378x		
8+	1	120x				19+		

Auflösungen aus dem vorigen Heft

A B M E X A K T M E M H E F E Z O P F M F L O I R E M E M B R U E C H I G M L M A L T X M I M C H I A M F K M D M S A K R A L M S C H A L T E N M T M J A P A N M E K A X T M A D E M R M N O V U M M L M I S O S T E W M D M A I V A R M R M B I E N M N T M R M E I E R N M T M B A R O N E S S M B E I E M M T M A R I E M O L E M E M E S A O M D M M E T H O D I K M Z M K L U B P H M J U D O M I N M M R M B I M M E N M E I S O N M R M A N M M W T O M D M U N M U T M B M S L A W E

So funktioniert es Jede Spalte, jede Zeile und jeder 3x3-Block muss mit den Ziffern von 1 bis 9 ergänzt werden. Jede Ziffer kommt dabei je Spalte, je Zeile und je 3x3-Block nur einmal vor.

Bons	sai = e	infac	h					
	9	7				5		6
	6			1		3		4
			8	9			2	1
					3			7
	2	3	1		9	4	6	
5		6	2			8		
6	3			7	8			
4		1		3			5	
8		2				9	7	

Sam	urai =	mitt	el					
5				2		4		3
			9	5	6			
	7						2	
		1	6		5	2		
	4						9	
		2	4		7	3		
	5						4	
			5	3	1			
9		8		7				1

Sum	o = sc	hwer						
6	9	7	2					
	5							9
8	2		3	1		6		
2					1	3	6	
				7				
	6	1	9					7
		6		2	7		9	8
7							4	
					4	7	3	1

	IIICALO		II SCII			
		7			4	
			1	7		
8			4	9		6
8 6		8			3	1
		9	2	3	5	
3		1			9	7
1			3	4		9
			3 5	6		
		3			7	

Kamikaze = sehr schwer

3	2	5	9	1	4	6	7	8
6	4	9	3	7	8	2	5	1
7	1	8	6	2	5	3	9	4
4	7	2	5	6	9	1	8	3
5	9	1	2	8	3	4	6	7
8	3	6	7	4	1	9	2	5
9	8	7	1	3	2	5	4	6
2	6	3	4	5	7	8	1	9
1	5	4	8	9	6	7	3	2

1	9	8	6	5	7	4	2	3
3	7	4	9	2	8	1	6	5
6	5	2	1	4	3	8	7	9
7	8	9	3	6	1	5	4	2
5	6	1	2	8	4	3	9	7
4	2	3	5	7	9	6	8	1
9	3	6	4	1	2	7	5	8
8	1	5	7	9	6	2	3	4
2	4	7	8	3	5	9	1	6

Sudoku-Auflösungen aus dem vorigen Heft

	7	4	3	1	2	6	8	5	9
	5	2	9	4	3	8	6	1	7
·=	6	8	1	5	7	9	2	4	3
Samurai	2	7	5	8	4	1	9	3	6
ĭ	1	6	8	7	9	3	5	2	4
ar	3	9	4	2	6	5	7	8	1
S	4	1	7	9	5	2	3	6	8
	9	5	6	3	8	4	1	7	2
	8	3	2	6	1	7	4	9	5

	7	6	1	9	2	5	8	4	3
	8	9	2	4	3	1	6	5	7
ze	4	3	5	6	7	8	1	9	2
Ö	9	5	7	1	6	2	4	3	8
E E	6	1	4	8	9	3	2	7	5
<u>_</u>	3	2	8	5	4	7	9	1	6
Ž	1	8	3	2	5	9	7	6	4
	5	4	9	7	8	6	3	2	1
	2	7	6	3	1	4	5	8	9

SCHWEDENRÄTSEL

Geist- licher	west- germa- nisches Volk	Iden- titäts- papier	latein.: Sache, Ding	ab- schlie- ßen	▼	▼	im Heft stecken- der Klin- genteil	▼	See- fahrts- zeichen	süd- afrik. König- reich	kleine Deich- schleuse	Berlins Groß- biblio- thek	Fisch- fang- geräte	gene- tischer ,Finger- abdruck`	Nervo- sität	•	engli- sche Schu stadt
-	VOIR	V	٧				Fisch- konserve	-		Telcii	•	IIIGK	V	UDUITUK			Siddi
flegel- hafter Mensch	-						Ober- flächen- form		Beson- derheit	-							
-				Profes- sor im Ruhe- stand		Kraft- fahr- zeug	- V								Gerichts- schreiber		
engl. Anrede (Fräu- lein)			früherer österr. Adels- titel	- V				lautes Lachen (Chat- sprache)	-			Roulette- feld		Stamm- vater	-		
nauti- sches Längen- maß	-								falsche Annahme		Milben- art	- V					Verai stal- tungs ort
-						Halb- leiter- typ (Abk.)		persön- liches Fürwort	- *					tragen- der Dach- balken		chem. Zeichen für Rho- dium	\
schaden- roh grinsen			prähisto- risches Stein- werkzeug		Druck- vorbe- reitung (Kw.)	- *					mut- maßen		Wall- fahrts- ort der Hindus	-		V	
medizi- nisch: ohne Puls	ein Schul- leiter	Figur in Brechts ,Mutter Courage`	- 1					Blüten- stand (Mz.)		Ahnherr	- V						
-	٧				sommer- liche Fußbe- kleidung		berliner.: enger Freund	-				Teil von akadem. Titel (Abk.)	-			ent- spannt	
Rachen- entzün- dung		ugs.: Hahn		schrub- ben, heffig reiben	> V								Fein- sand		europ. Staaten- bündnis (Abk.)	- V	
-		•				Maß des elektr. Wider- stands	-			exoti- sches Beeren- obst		gefeierte Künstler	-				
Rohr- palme	-						Reli- gions- gemein- schaft		päpst- liche Zentral- behörde	V					Zier- fisch, Farb- karpfen		
-				Kapitän bei Jules Verne †		orient. Volks- ange- höriger	-					chem. Zeichen für Radium		Düsseld. Ein- kaufs- straße	- 1		
zähes Erdöl- produkt			knabbern	- V					kostbar	-		V					
ehem. Berliner Flug- hafen	•					Welt- organi- sation (Abk.)		Papier- größen- norm (2 W.)	•				Kunst- wort: nicht durstig	-			
-			Hunde- schar bei der Jagd	-		V						GR	Q	S	U	E	S
gefan- gene Fisch- menae		Zusam- men- hang	-					OTVO 400		SI	<u>ש</u>	T E C	Q V U E D A X L	P U I A N L	N K T (T R U E A E S S	B B S A	C F

Impressum

menge

Gruner + Jahr Deutschland GmbH Am Baumwall 11, 20459 Hamburg

Vorsitzender der stern Chefredaktion

Gregor Peter Schmitz (V.i.S.d.P.)

Product Manager

Eva Zaher (verantwortlich für Anzeigen)

So erreichen Sie uns

briefe@stern.de

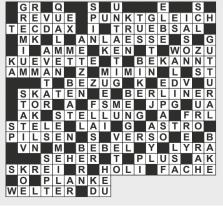
REDAKTION (Text & Layout)

teleschau - der mediendienst GmbH Kai-Oliver Derks, Chefredakteur Landsberger Straße 336, 80687 München www.teleschau.de

DRUCK

appl druck GmbH Senefelder Straße 3, 86650 Wemding

dem vorigen Heft **Auflösung aus**





MIT GEO DIE WELT VERSTEHEN



Jetzt Wunsch-Magazin aus der Vielfalt von GEO portofrei kennenlernen + Prämie sichern!









Deutschlands Reportagemagazin Nr. 1 mit opulenten Bildern und starken Geschichten, die einen die Welt mit anderen Augen sehen lassen.

3x GEO für 19,50€

Vergangenheit wird lebendig: Meilensteine der Geschichte werden ohne Staub und Zahlenkolonnen packend erzählt.

3x GEO EPOCHE für 19,-€

Zeigt Kindern ab 3 Jahren die Welt. Zum Vorlesen, Anregen, Selbstentdecken und Mitspielen.

7x MEIN ERSTES GEOLINO für 28,–€

Das innovative Kindermagazin ab 9 Jahren vermittelt charmant und lebendig Wissen und Werte rund um Mensch, Tier und Umwelt.

4x GEOLINO für 21.20€



01 GEO Baumspende

Für jede Spende pflanzt GEO einen Baum im Regenwaldprojekt in Nepal Ohne Zuzahlung



02 LEGO CLASSIC "Kreative Monster" Kreativ-Set in Regenbogenfarben Altersempfehlung: ab 4 Jahren Zuzahlung: nur 1,-€



GUTSCHEINGOLD Universal-Gutschein Wert: 5,-€

Ohne Zuzahlung

Diese und weitere GEO-Magazine + Prämien zur Wahl unter:

www.geo.de/familie +49(0)40/55558990

Bitte Bestell-Nr. angeben: GEO 200 8326 | GEO EPOCHE 200 8866 | MEIN ERSTES GEOLINO 201 5206 | GEOLINO 200 8486

Alle Preisangaben inklusive MwSt. und Versand (ggf. zzgl. einmaliger Zuzahlung für die Prämie). Änderungen vorbehalten. Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht. Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Anbieter des Abonnements ist Gruner+Jahr Deutschland GmbH. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

Oder sofort per QR-Code bestellen → Scannen Sie den Code mit der Kameraoder QR-Code-App Ihres Smartphones und sichern Sie sich alle GEO-Vorteile!

