

Programm März 2020

Samstag, 16.40 Uhr auf SRF 1
Sonntag, ca. 12 Uhr auf SRF zwei
Wiederholungen auf SRF info



07./08. März: Plötzlich Krebs - Magazin

AV 635

Sie kommt meist wie aus heiterem Himmel. Von heute auf morgen stellt sie das Leben auf den Kopf. Unvermittelt konfrontiert sie den Betroffenen mit einer düsteren Realität, vor der sich wohl jeder Mensch insgeheim fürchtet – die Diagnose «Krebs».

Im Leben von Matthias Eyer läuft alles wie gewünscht. Der 33-Jährige hat eine wunderbare Familie mit vier herzigen Kindern und einer liebenden Frau. Die Familie lebt in Brig, mitten im schönen Wallis unweit der Skipisten. Der Apotheker arbeitet teilweise auch als Lehrer und kann so seine Begabungen voll ausleben. Eines Tages spürt Matthias Schmerzen im Bein. Zuerst denkt er an nichts Schlimmes, doch als die Beschwerden nicht abnehmen steht er plötzlich völlig unvorbereitet vor der Diagnose Krebs. Christoph Marti erblindet bereits im Jugendalter aufgrund eines Gendefekts. Dann erkrankt seine erste Frau Ruth an Krebs. Die beiden haben soeben ihr erstes Kind bekommen. Innerhalb von kurzer Zeit stirbt Ruth mit nur 26 Jahren. Christoph steht plötzlich als alleinerziehender und sehbehinderter Vater alleine da. «Wie kann Gott das zulassen?», fragt er sich. Zum Glück findet er mit Barbara bald eine neue Frau. Doch dann schlägt der Krebs wieder zu - und zwar gleich mehrfach. In all den Rückschlägen sehen er und seine Frau aber auch immer wieder die Güte Gottes durchscheinen.

14./15. März: Wenn du nicht schlafen kannst ... - Talk

ERF 468

Laut aktueller Forschung gibt es mehr als 80 verschiedene Schlafkrankheiten. Gemäss Schlafmedizinerin Katharina Stingelin sind Ein- und Durchschlafstörungen die am meisten verbreiteten Schlafkrankheiten.

Immer erreichbar, immer verfügbar! Fachleute sprechen von der schlaflosen 24-Stunden-Gesellschaft. Im Zeitalter der Digitalisierung und Dauererreichbarkeit ist Schlaf ein kostbares Gut. Die Qualität des Tages misst sich nicht zuletzt an der Qualität der Nacht. Rund ein Viertel der Schweizer Bevölkerung kämpft mit Schlafstörungen. Doch wie viel Schlaf braucht eigentlich ein Mensch? Ab wann hat man überhaupt ein Schlafproblem? Für Katharina Stingelin von der Klinik für Schlafmedizin ist klar, dass Aufklärung am Anfang jeder Therapie steht: «Der menschliche Schlaf ist eine individuelle Sache und die Ursachen für Schlafstörungen sind sehr unterschiedlich. Viele Schlafprobleme können durch sehr praktische Massnahmen gelöst werden.» Am meisten verbreitet sind die Ein- und Durchschlafstörungen. Darunter litt auch Lehrerin Simone Schläpfer mehr als vier Jahre. Durch eine Schlaftherapie und viel Selbstdisziplin hat sie in langsamen Schritten wieder zu einem gesunden Schlaf zurückgefunden – und zu einem normalen Leben.

21./ 22. März: Sehnsucht nach Stille - Magazin

AV 637

Stille, gemäss althochdeutscher Definition «Still, ohne Bewegung, ruhig, ohne Geräusch», beschreibt in der Deutschen Sprache jegliche Abwesenheit eines Geräusches, die empfundene Lautlosigkeit und auch die Bewegungslosigkeit.

Die tägliche Informationsflut mit unzähligen Reizen, aber auch die vielen Begegnungen, Verabredungen und Verpflichtungen lassen im Alltag die Stille in Vergessenheit geraten. So ist es nicht erstaunlich, dass sich in der heutigen schnelllebigen Zeit immer mehr Menschen dieser Sehnsucht nach Stille bewusst werden und die Stille gezielt suchen. Jens Kaldewey bietet seit mehreren Jahren Stille-Wochen für Männer an. Er persönlich hat die Sehnsucht nach Stille durch einen Unfall kennen und schätzen gelernt. Seither gehören tägliche Stille-Auszeiten und jährlich eine Stille-Woche zu seinem festen Programm. Auf der Suche nach Freiheit findet Daniel Zingg die Stille. In Schweden entdeckt er einen neuen Zugang zur Natur und Gott dem Schöpfer und bemerkt, dass die Stille manchmal ganz schön laut sein kann.

28./29. März: Glaube – nur ein Placebo? - Talk

ERF 449

Eine rätselhafte Krankheit lässt das Leben von Thomas Kotulla wie ein Kartenhaus zusammenstürzen. Plötzlich ist der Tod wahrscheinlicher als die angestrebte Karriere. Der atheistische Wissenschaftler fragt sich, wohin er gehen wird. Ist der Glaube an Gott vernünftig? Oder ist es nur Wunschdenken?

Gutes Abitur, Studium an privater Hochschule und Eliteunis: Dem blitzgescheiterten Thomas Kotulla steht eine glänzende Karriere als Investmentbanker bevor. Doch mit 26 Jahren bekommt er eine rätselhafte Krankheit, die schwerwiegende Nierenprobleme auslöst und ihn beinahe in die Magersucht treibt. Die Ärzte finden die Ursache nicht und raten Kotulla, sich mit dem Sterben auseinanderzusetzen. Plötzlich werden Fragen für den Atheisten existenziell: Gibt es ein Leben nach dem Tod? Ist ein Glaube an Gott vernünftig? Oder nur ein Mittel, um sich besser zu fühlen? Ungefähr zwei Jahre lang geht Kotulla dem auf den Grund. Rational und kritisch. «Ich bin schliesslich Wissenschaftler», sagt Kotulla, der später im Bereich Wirtschaftswissenschaften promoviert. Auf seiner Suche erfährt er Dinge, die er niemals für möglich hielt. «Und das Verblüffende ist: Die Antworten auf die grossen Lebensfragen scheinen so naheliegend, dass ich nicht weiss, wie ich sie jahrelang übersehen konnte.»