

Programm November 2020

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



07./08. November: Plötzlich Witwe - mit vier Kindern - Talk

ERF 481

Elisabeth Bühler verliert ihren Mann bereits mit 41 Jahren an Krebs. Als Mutter von vier Kindern, die den Verlust ihres Vaters nur schwer verkraften können, ist sie oft am Limit. Sie kämpft mit Trauer, Überforderung, finanziellen Sorgen und Schuldgefühlen. Wie kann sie das alles nur bewältigen?

«Mir fehlt Roland wie ein wichtiges Körperteil, das plötzlich nicht mehr da ist. Ich vermisse ein Gegenüber, die Rückendeckung in Erziehungsfragen und Hilfe in ganz praktischen Dingen», sagt Elisabeth Bühler. Nachdem ihr Mann nach nur dreimonatiger Krankheitszeit mit 41 Jahren an Krebs verstorben ist, ist sie auf einmal Witwe und alleinerziehende Mutter von vier Kindern. Die 3- bis 10-Jährigen tun sich schwer damit, den Tod ihres Vaters zu verkraften und zu begreifen. Immer wieder tauchen Ängste auf, ganz plötzlich auch noch die Mutter zu verlieren. Der älteste Sohn übernimmt in den folgenden Jahren mehr und mehr Aufgaben, die früher der Vater hatte. Er möchte so gerne die Lücke schliessen. Kann das gut gehen? Elisabeth Bühler ist immer wieder am Limit. Die diplomierte Ernährungswissenschaftlerin und Fachjournalistin kämpft mit Überforderung, finanziellen Sorgen, Schuldgefühlen und Ängsten. Dennoch fühlt sie sich von Gott nicht verlassen. Sie erlebt Ermutigendes und geradezu Unglaubliches.

14./15. November: Wenn dein Glaube illegal ist - Magazin

AV 653

Die Religionsfreiheit ist eines unserer wichtigsten Güter. Sie in unserer Verfassung fest verankert. Doch in immer mehr Ländern wird dieses Grundrecht eingeschränkt. Häufig betroffen sind Christen, die damit leben müssen, dass ihre innere Überzeugung nicht legal ist und schwere Folgen haben kann.

In der Schweiz ist es selbstverständlich, dass wir selbst entscheiden können, wie wir die Welt sehen, was wir glauben - und was nicht. Niemand würde auf die Idee kommen, uns vorzuschreiben, ob und zu wem wir beten, mit wem wir uns treffen oder welche Meinung wir öffentlich äussern dürfen. Doch wie wäre es, wenn unsere inneren Überzeugungen nicht frei wären? Wenn wir fürchten müssten, gemobbt zu werden, unseren Job zu verlieren oder sogar mit Gewalt, Gefängnis und Tod rechnen müssten, weil wir nicht den richtigen Glauben haben? Für uns unvorstellbar, doch das Recht auf Gedanken-, Gewissens-, und Religionsfreiheit, wie es im Artikel 18 der Menschenrechtserklärung festgeschrieben ist, wird in vielen Ländern dieser Erde missachtet. Das spüren besonders die religiösen Minderheiten, zu denen in den meisten dieser Länder auch die Christen zählen. Der «Weltverfolgungsindex» der Hilfsorganisation «Open Doors» spricht mittlerweile von weltweit 260 Millionen Christen, die schweren Verfolgungen ausgesetzt sind – Tendenz steigend.

21./ 22. November: Hockey im Kopf - Talk

ERF 482

«Spitzensportler machen sich manchmal zu viele Gedanken. Als Mentaltrainer helfe ich, Ruhe in die Köpfe zu bringen und den richtigen Fokus zu finden», sagt Sport-Mentalcoach Daniel Hornecker, der den Schweizer Eishockey-Star Roman Josi und andere Sportler durch Höhen und Tiefen begleitet.

Daniel Hornecker, diplomierter Sport-Mentalcoach und Mitbegründer der Stiftung «Empowering Lives», kümmert sich aber nicht nur um die Besten der Besten. Er begleitet Spitzensportler unabhängig von ihrer Lebenslage. Das durfte auch der aufstrebende Eishockey-Nationalspieler Dominik Egli erleben, als er mit einer Nervenkrankheit im Spital lag. «Unser Credo ist die ganzheitliche Unterstützung auf sportlicher und persönlicher Ebene», sagt Mentalcoach Hornecker, der auch Fabio Högger durch seine Juniorenzeit begleitete, die von unzähligen Verletzungen geprägt war. Högger galt einst als Eishockey-Supertalent, beendete aber nach vier schweren Gehirnerschütterungen, drei Hüftoperationen, mehreren Bänderrissen und unzähligen Comebacks im Frühling 2020 seine Hockeykarriere: «Ich bin Daniel Hornecker für jede einzelne Sekunde dankbar, die er in mich investiert hat! Er zeigte mir auch, dass mein Wert als Mensch nicht von meiner Leistung abhängig ist.»

28./29. November: Never give up - Magazin

AV 654

Einfach alles hinwerfen, die Resettaste drücken, sich den Schwierigkeiten nicht mehr stellen müssen. Wer hat sich nicht schon einmal gewünscht, einfach aufgeben zu können und sich aus dem Staub zu machen? Für Roger und Anna Fenner war das keine Option.

Mal ganz unten und mal ganz oben, das beschreibt das Leben von Roger ziemlich gut. Roger hat es vom fleissigen Handwerker zum selbständigen Unternehmer gebracht. Dabei war er einmal ganz unten in der Gesellschaft. Er lebte auf der Gasse, nachts schlief er unter einer Brücke. Niemand glaubte mehr an ihn, ausser Anna. Sie selbst kämpft immer wieder mit ihrer Gesundheit. Als Adoptivkind aufgewachsen, ahnt sie lange nichts von der gefährlichen Erbkrankheit. Erst nach der Geburt ihres Sohnes erfährt sie von der unheilbaren Tumorerkrankung. Es folgt eine Odyssee von Operationen und Klinikaufenthalten, auch psychisch geht es ihr immer schlechter. Eine Situation, die auch die Beziehung von Anna und Roger belastet.