

Programm August 2026

Samstag, 16.35 Uhr auf SRF 1

Sonntag, ca. 12 Uhr auf SRF zwei

Wiederholungen auf SRF info



5./6. September: Rennfahrer sucht Ideallinie im Leben (Wiederholung vom 20.09.25) **Talk, ERF Medien**

Martin Koch lebt als Amateur-Rennfahrer und langjähriger Projektleiter beim Formel-1-Team Sauber für den Motorsport. Er führt ein Leben auf der Überholspur. Bis sein Motor wegen eines Burn-outs ins Stottern kommt. Auf einmal wird er gezwungen, sich mit seinen Gefühlen und Problemen auseinanderzusetzen.

Beim Formel-1-Team Sauber lebt Martin Koch seinen Traum. Als Projektleiter für die Entwicklung der Aerodynamik gehört er zu den Geburtshelfern des Windkanals in Hinwil. Er arbeitet von früh bis spät. Oft auch an den Wochenenden. Und das noch so gerne. Denn zu Hause erwarten ihn nur Einsamkeit und innere Leere. Als er Jahre später ausbrennt, hofft er auf einen kurzen Boxenstopp. Der Leiterin des «Casa Immanuel», das christliche Lebensberatung anbietet, sagt er: «Ihr habt 27 Tage Zeit, um mich zu flicken.» Daraus wurde dann insgesamt fast ein Jahr, in dem er sich intensiv mit seinen Gefühlen auseinandersetzt. Er merkt, dass das Feuer in ihm richtig geleitet werden muss. Dies bleibt eine stetige Herausforderung. Genau wie die Suche nach der Ideallinie auf der Rennstrecke. Dort ist er als Amateurfahrer so erfolgreich, dass er 2024 die GT2 Pro-Am Europameisterschaft gewinnt.

12./13. September: Wann ist ein Mann ein Mann?

Magazin, ALPHAVISION

Rollenbilder im Wandel, veränderte gesellschaftliche Erwartungen und neue Lebensentwürfe haben das klassische Bild des Mannes ins Wanken gebracht. Heute hört man vielerorts von maskuliner Verunsicherung, doch was bedeutet Männlichkeit eigentlich?

Schon 1984 stellte Herber Grönemeyer in seinem Lied «Männer» die Frage: «Wann ist ein Mann ein Mann?» Seither hat sich die Gesellschaft stark verändert und die Frage scheint aktueller denn je. Stark, sensibel, erfolgreich, dominant, lebenswürdig oder kantig? Wie soll der Mann denn heute sein? Oder gibt es gar keine Rollenbilder mehr? Viele Männer scheinen jedenfalls ihrer eigenen Identität nicht mehr sicher zu sein, da die Gesellschaft weniger klare Vorgaben macht. Doch das lässt Raum für neue Entwürfe, die möglicherweise nicht weniger mit Männlichkeit zu tun haben als die traditionellen Konzepte. Diese Sendung geht der Frage nach, was «Männlichkeit» im innersten ausmacht und was für eine Rolle die Gesellschaft und der Glaube dabei spielen. Männer unterschiedlicher Generationen sprechen über ihren Weg zu sich selbst und was Männlichkeit für sie bedeutet.

19./20. September: Als Intro und Extro durch die Krise

Talk, ERF Medien

Er ist sehr extrovertiert, sie introvertiert und hochsensibel. Als Debora und Rolf Sommer ein Buch darüber schreiben, bekommt Rolf plötzlich akute Herzprobleme. Als darauf Deboras Vater unerwartet stirbt, wird «Loslassen» zur neuen Herausforderung.

«Du weisst, dass du sterben wirst. Aber wenn es so weit ist, bist du nicht bereit.» Rolf Sommers Herz setzt immer wieder aus, dazwischen rast es. Auf dem Weg in den Notfall denkt er: «Jetzt ist es fertig! Mein Herz stellt ab.» Der Gedanke trifft ihn hart. Schon sein Bruder und sein Vater hatten früh einen schweren Herzinfarkt. Deshalb achtet der Steinstösser umso mehr auf seine Gesundheit und Fitness. Im Spital zeigt sich: Eine zu spät erkannte Gürtelrose hat sein Herz aus dem Takt gebracht. Nach ein paar Tagen wird er entlassen. Kurz darauf verstirbt völlig unerwartet sein Schwiegervater. Drei Wochen nach Rolfs Zusammenbruch muss seine Frau Debora ihren Vater beerdigen. Später verstirbt auch ihre Mutter. «Loslassen» wird zur vorherrschenden Herausforderung für das Ehepaar. Wie gibt man die Kontrolle über den eigenen Körper ab und verabschiedet sich von früherer Leistungsfähigkeit? Wie lässt man Lebensabschnitte und Menschen los? Dass Rolf und Debora damit aufgrund ihrer unterschiedlichen Charaktere verschieden umgehen, beschreiben sie in ihrem neuen Buch «Intro liebt Extro».

26./27. September: Verkauft und ausgenutzt

Magazin, ALPHAVISION

Die Schweiz ist als wohlhabendes Land ein Ziel- und Transitland für Menschenhandel. Frauen und Männer werden unter falschen Versprechungen in die Schweiz gelockt, wo sie in Ausbeutungssituationen geraten.

Menschen werden zur Prostitution, Arbeit auf dem Bau, in der Gastronomie oder in Haushalten gezwungen. Jährlich kommen rund 1000 Fälle ans Licht, gemäss Expertenorganisationen dürfte die Dunkelziffer weit höher sein. Wir schauen hin und besuchen einen Anlass im Grossmünster mit Podium, Kunst und Musik, treffen Experten und Engagierte und sprechen mit direkt Betroffenen, die den Ausstieg in die Freiheit geschafft haben.