



Unsere Top-Themen vom 25.02. – 01.03.2019 (KW 9)

Moderation: Martin Seidler

Kaffee oder Tee gibt's immer **Montag bis Freitag von 16.05 Uhr bis 18 Uhr**, dazwischen fünf Minuten Landesnachrichten um 17 Uhr.

Montag, 25.02.2019

Mo. ca. 16:06 Uhr **So helfen Sie bedrohten Vogelarten - Nist- und Brutplätze schaffen**
Mit Carsten Weber, Naturschützer aus Leibertingen

Mo. ca. 16:27 Uhr **Live-Kochen: Deftiger Eintopf mit Graupen, Gemüse und Speck**
Mit Simon Tress, Spitzenkoch aus Hayingen-Ehestetten

Mo. ca. 16.39 Uhr **Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz**
Bis zu 500.- Euro Gesamtsumme für 2 Mitspieler
Telefonnummer 0180 229 2000
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.45 Uhr

Mo. ca. 16:49 Uhr **Fastnachts-Ratsche selbst bauen**
und ca. 17:17 Uhr **Heimwerker-Sprechstunde:**
Ihre Fragen rund ums Wände-Streichen in Wohnräumen
Mit Stephan Schürer, SWR Service-Redaktion

Tel.Nr.: 0180-229-1545
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Mo. ca. 17.31 Uhr **Gesunde Ernährung - das richtige Öl für die Küche**
Mit Nadine Hoffmann, Ernährungswissenschaftlerin aus Bühl

Mo. ca. 17.46 Uhr **Menschen und ihre Geschichten**
Mit den Deutschen Meistern im Gardetanz Sarah Meise und Calvin Knopp

Dienstag, 26.02.2019

Di. ca. 16:06 Uhr **Kakteen richtig umtopfen für optimales Wachstum**
und ca. 17:18 Uhr **Ihre Fragen rund um die Kakteenpflege**
Mit Matthias Uhlig, Gärtnermeister aus Kernen

Tel.Nr.: 0180-229-1545

(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

- Di. ca. 16.45 Uhr Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz!
Bis zu 500.- Euro Gesamtsumme für 2 Mitspieler**
Telefonnummer 0180 229 2000
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.45 Uhr

- Di. ca. 16:50 Uhr Bluttest auf Brustkrebs**
Mit Dr.med. Ina Ilkhanipur, Frauenärztin aus Gernsbach
- Di. ca. 17:31 Uhr Live Kochen: Gefüllte Krapfen mit Schichtkäse und Kresse**
Mit Rainer Klutsch, Spitzenkoch aus Stuttgart
- Di. ca. 17:47 Uhr Menschen und ihre Geschichten: Beruf Steinmetzin**
Mit Saskia Bartel aus Kehl

Mittwoch, 27.02.2019

- Mi. ca. 16:06 Uhr Frühbeet: Die erste Salaternte**
Mit Peter Berg, Gärtnermeister aus Binzen
- Mi. ca. 16:26 Uhr Klassisch und lecker kochen: Gulasch mit Nudeln**
Mit Markus Buchholz, Spitzenkoch aus Guldental
- Mi. ca. 16.39 Uhr Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz
Bis zu 500.- Euro Gesamtsumme für 2 Mitspieler**
Telefonnummer 0180 229 2000
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.45 Uhr

- Mi. ca. 16:47 Uhr und ca. 17:18 Uhr Das hilft bei Nasennebenhöhlenentzündungen
Ihre Fragen zu Heuschnupfen**
Mit Dr. med. Andreas Blum, HNO-Facharzt aus Mannheim
- Telefon für Zuschauer-Fragen: 0180-229-1545
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)
- Mi. ca. 17:32 Uhr Die besten Küchen- und Haushaltsscheren**
Mit Christoph Engelhardt, Fachhändler aus Bühl
- Mi. ca. 17:48 Uhr Menschen und ihre Geschichten:
Exoskelett – Mit einem Roboteranzug wieder gehen lernen**
Mit Dirk Schmitz aus Lutzerath in der Eifel

Donnerstag, 28.02.2019

- Do. ca. 16:07 Uhr** **Dekorative Pflanzgefäße für den kleinen Balkon**
Mit Helmut Tränkle, Gärtnermeister aus Bad Krozingen
- Do. ca. 16:17 Uhr** **Die Wetteraussichten fürs Wochenende**
Mit Michael Kost, SWR Wetterreporter
- Do. ca. 16.44 Uhr** **Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz**
Bis zu 500.- Euro Gesamtsumme für 2 Mitspieler
Telefonnummer 0180 229 2000
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.45 Uhr

- Do. ca. 16:50 Uhr** **Brauchtum im Südwesten: Der Schmutzige Donnerstag**
Mit Prof. Werner Mezger, Professor für Volkskunde an der Universität Freiburg
- Do. ca. 17:13 Uhr** **Wohntrends – so peppen Sie Ihre Küche auf**
Mit Angelika Hinz, Einrichtungsberaterin aus Waiblingen
- Telefon für Zuschauer-Fragen: 0180-229-1545
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Freitag, 01.03.2019

- Fr. ca. 16.06 Uhr** **Duftender Strauß mit Mimosen**
Mit Jasmin Centner, Floristmeisterin aus Weisenheim am Berg
- Fr. ca. 16.44 Uhr** **Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz**
Bis zu 500.- Euro Gesamtsumme für 2 Mitspieler
Telefonnummer 0180 229 2000
(6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.45 Uhr

- Fr. 16:50 Uhr** **Lustigen Fastnachts-Schirm selbst kreieren**
Mit Martina Lammel, Designerin aus Ettlingen
- Fr. ca. 17:15 Uhr** **Leckerer selbst backen: Konfetti-Törtchen**
Mit Stefanie Biedermann, Tortendesignerin aus Brackenheim

... und außerdem jede Menge andere spannende Themen aus dem Südwesten, Heimat zum Genießen, täglich frisch!