

Unsere Top-Themen vom 21.10.2024 – 25.10.2024 (KW 43)

Moderation: Fatma Mittler-Solak

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

*Bitte beachten Sie, dass es bei aktuellen Entwicklungen zu kurzfristigen
Änderungen in unserem geplanten Programm kommen kann.*

MONTAG, 21.10. 2024

16.06 Uhr

Diese Pflanzen bieten Tieren Nahrung und Unterschlupf im Garten

Mit Carsten Weber, Naturschützer aus Leibertingen

Ca. 16.15 Uhr

Vogelfutterhaus bauen - so geht's

Mit Martin Klatt, Artenschutz-Referent beim NABU Baden-Württemberg

Ca. 16.35 Uhr

Live kochen: Lauchkuchen mit Joghurt

Mit Serkan Güzelcoban, Spitzenkoch aus Kupferzell

Ca. 16.50 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz

Telefonnummer 0180 229 2000

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

Unterschlupfmöglichkeiten für Tiere im Garten

Mit Carsten Weber, Naturschützer aus Leibertingen

Telefon für Zuschauer-Fragen: 0180-229-1545
(6 Cent pro Anruf aus allen deutschen Netzen)

Ca. 17.25 Uhr

Gesunde Ernährung: So bereichern Kerne und Samen den Speiseplan

Mit Melina Ebert, Fachzentrum Ernährung Rheinland-Pfalz

Ca. 17.35 Uhr

Menschen im Südwesten: Heißluftballonfahrer

Mit Dieter Ackermann aus Schluchsee, der Teil der deutschen Nationalmannschaft im Heißluftballonfahren ist.

DIENSTAG, 22.10.2024:

Ca. 16.06 Uhr

Eigener Feldsalat: Jetzt säen oder pflanzen

Mit Frank Lutz, Bio-Gärtner aus Sinzheim

Ca. 16.45 Uhr

Herren-Hüte für Wind und Wetter

Mit Sylvia Faller, Hutfachhändlerin aus Mannheim

Ca. 16.50 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz

Telefonnummer 0180 229 2000 (6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil evtl. abweichende Kosten)

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

Damen-Hüte für die kühle Jahreszeit

Mit Sylvia Faller, Hutfachhändlerin aus Mannheim

Telefon für Zuschauer-Fragen: 0180-229-1545
(6 Cent pro Anruf aus allen deutschen Netzen)

Ca. 17.20 Uhr

Live kochen: Rösti mit Rote Bete und Walnüssen

Mit Martin Gehrlein, Koch aus Neupotz in der Pfalz

Ca. 17.40 Uhr

Menschen im Südwesten:

Mit Kai Bosch aus Stuttgart, Comedian und selbsternannter
"Inklusionsbotschafter".

Kai Bosch wurde mit einer Tetraspastik und Stottersymptomatik geboren. 2023 erhielt er den baden-württembergischen Kleinkunstpreis.

MITTWOCH, 23.10.2024

16.06 Uhr

Live kochen: Süßkartoffel-Nudeln mit Spinat
Mit Rainer Klutsch, Koch aus Stuttgart

Ca. 16.35 Uhr

Gut schlafen - welches verschreibungsfreie Medikament eignet sich für mich?

Mit Franziska Bieringer, Apothekerin aus Bruchsal

Ca. 16.50 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz

Telefonnummer 0180 229 2000

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

Gut schlafen mit Badezusatz, Tee, Ohrstöpseln und Schlafmaske

Mit Franziska Bieringer, Apothekerin aus Bruchsal

Zuschauer-Fragen zum Thema an:

studio@kaffee-oder-tee.de

Ca. 17.25 Uhr

Gesunder Schlaf: Welche Bettdecke passt zu mir?

Mit Stephanie van der Meyden, Betten-Fachhändlerin aus Pfalzgrafenweiler

Ca. 17.35 Uhr

Unser Südwesten: Schlafen in der Jugendherberge

Mit Katharina und Sebastian Watrin, Herbergseltern in Pforzheim und Karlsruhe

DONNERSTAG, 24.10.2024:

16.06 Uhr

5 Minuten Fitness für Hüfte und Po

Mit Florian Michel, Physiotherapeut

Ca. 16.10 Uhr

Selber machen: 3D-Naturbild

Mit Miriam Becker, Waldpädagogin und Kreativ-Kursleiterin aus Karlsruhe

Ca. 16.20 Uhr

Wochenend-Wetter

Mit Harry Röhrle, SWR Wetterreporter

Ca. 16.40 Uhr

Mit Yoga das Immunsystem stärken

Mit Regina Saur, SWR Sportredaktion

Ca. 16.50 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz

Telefonnummer 0180 229 2000

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

Yoga für eine bessere Körperhaltung

Mit Regina Saur, SWR Sportredaktion

Telefon für Zuschauer-Fragen: 0180-229-1545
(6 Cent pro Anruf aus allen deutschen Netzen)

Ca. 17.20 Uhr

Live backen: Kleine pikante Kürbis-Walnuss-Muffins

Mit Claudia Hennicke-Pöschk, Bäcker- und Konditormeisterin aus Zuzenhausen

Ca. 17.40 Uhr

Vereine im Südwesten

Gespräch mit Ernst Kauer vom Akkordeonclub Ludwigshafen-Niederfeld e.V., der sein 50jähriges Jubiläum feiert.

FREITAG, 25.10.2024:

16.06 Uhr

Floristik: Herbstliche Deko mit Blumen, Samenständen und Korken

Mit Jasmin Centner, Floristmeisterin aus Weisenheim am Berg

Ca. 16.30 Uhr

Sammlerstücke: Wein als Wertanlage

Mit Ferdinand Eppli, Auktionator aus Stuttgart

Ca. 16.50 Uhr



Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz

Telefonnummer 0180 229 2000

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

Live backen: Knusprige Plunder mit Kürbis, Vanillecreme und Kürbiskern-Streusel

Mit Robert Schorp, Bäcker- und Konditormeister aus Döggingen

Ca. 17.40 Uhr

Promiklatsch

Neuigkeiten aus der Welt der Prominenten und der Royals

**KAFFEE
ODER TEE**
SWR»



SWR-Fernsehen Baden-Baden
Abteilung Serviceprogramm,
Kontakt per Mail: kaffee-oder-tee@swr.de

<https://www.facebook.com/ARDLebenUndGeniessen/>
<https://www.swrfernsehen.de/kaffee-oder-tee>