MEHR ERLEBEN MIT *PRISMA*

Themenumfelder
Reise und Freizeit

PRISMA MACHT LUST
AUF HEIMAT:
INDIVIDUELLE
COVERMOTIVE FÜR
REGIONAL-
AUSGABEN

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
4.1. - 10.1.
Nr. 1/2020
DAS BOOT
Unter neuer Sender-Flagge
Seite 6
FASZINATION MUSEUM
Wo Kunst lebendig wird – die Ausstellungs-Highlights
Seite 4
JETZT JEDE WOCHE aktuelle Streaming-Tipps
S. 13
Unsere neuen Kataloge sind da!
Kostenlose Bestellung unter:
service@reisenaktuell.com
oder 0261-29351919
ReisenAKTUELL.COM
EHRLICH GÜNSTIG VERREISEN!

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
4.1. - 10.1.
Nr. 1/2020
DAS BOOT
Unter neuer Sender-Flagge
Seite 6
FASZINATION MUSEUM
Wo Kunst lebendig wird – die Ausstellungs-Highlights
Seite 4
JETZT JEDE WOCHE aktuelle Streaming-Tipps
S. 29

S
prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
4.1. - 10.1.
Nr. 1/2020
DAS BOOT
Unter neuer Sender-Flagge
Seite 6
FASZINATION MUSEUM
Wo Kunst lebendig wird – die Ausstellungs-Highlights
Seite 4
JETZT JEDE WOCHE
aktuelle Streaming-Tipps
s. 23

R
prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
4.1. - 10.1.
Nr. 1/2020
FASZINATION MUSEUM
Wo Kunst lebendig wird – die Ausstellungs-Highlights
Seite 4
DAS BOOT
Unter neuer Sender-Flagge
Seite 6
JETZT JEDE WOCHE
aktuelle Streaming-Tipps
s. 19

N
prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
11.7. - 17.7.
Nr. 28/2020
Neue Chance auf 10 000 €
beim großen prisma-Rätsel
Seite 36
ReiseLaune
mit prisma
REIN INS BLAUE
Urlaub an den schönsten
Seen Deutschlands -
mit Gewinnspiel
Seite 4
ANZEIGE
Der
Almased
Mythos
Lesen Sie auf
Seite 10/11
TIPPS FÜR DIE
PERFEKTE GARTENPARTY
Seite 5

O
prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
11.7. - 17.7.
Nr. 28/2020
TIPPS FÜR DIE
PERFEKTE
GARTENPARTY
Seite 5
Neue Chance auf 10 000 €
beim großen prisma-Rätsel
Seite 36
ReiseLaune
mit prisma
REIN INS BLAUE
Urlaub an den schönsten
Seen Deutschlands -
mit Gewinnspiel
Seite 4
Hotel Aquamarin
Ostseebad Kühlungsborn
Ein Traumhotel, moderne Fewos und viel Mee(h)r...
Preise inkl. reichhaltigem Frühstück, HP,
Schwimmbad- und Saunalandschaft,
WLAN p.P. im DZ
Herrliche Sommertage -
12.09.20: 7/14 ÜN ab 708/1.288,- €
Spätsommer
13.09. - 24.09.20: 7/14 ÜN ab 616/1.120,- €
Aquamarin Hotel GmbH | Hermannstr. 33
18225 Kühlungsborn
Tel. 03 82 93 - 40 20 www.hotel-aquamarin.de
oder www.ferienwohnungen-aquamarin.de

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
11.7. - 17.7.
Nr. 28/2020
TIPPS FÜR DIE PERFEKTE GARTENPARTY
Seite 38
ReiseLaune mit prisma
REIN INS BLAUE
Urlaub an den schönsten Seen Deutschlands - mit Gewinnspiel
Seite 4
ANZEIGE
Der Almased Mythos
Lesen Sie auf Seite 10/11
Neue Chance auf 10 000 € beim großen prisma-Rätsel
Seite 38

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
11.7. - 17.7.
Nr. 28/2020
Neue Chance auf 10 000 € beim großen prisma-Rätsel
Seite 36
ReiseLaune mit prisma
REIN INS BLAUE
Urlaub an den schönsten Seen Deutschlands - mit Gewinnspiel
Seite 4
TIPPS FÜR DIE PERFEKTE GARTENPARTY
Seite 5
ANZEIGE
Der Almased Mythos
Lesen Sie auf Seite 10/11

R

prisma

www.prisma.de

Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung

TV-PROGRAMM
30.5. - 5.6.
Nr. 22/2020

Gewinnen Sie **10 000 €**
beim großen *prisma*-Rätsel!
Seite 13

ReiseLaune
mit prisma

DER ETWAS ANDERE REISESOMMER 2020
Mit Gewinnspiel – Seite 4

DER LETZTE SCHREY
Nora Tschirner und Christian Ulmen ermitteln im Tatort aus Weimar
Seite 15

HALLO WOCHENENDE!
Für unseren Newsletter anmelden und dieses Bambusfahrrad gewinnen!
Seite 5

S

prisma

www.prisma.de

Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung

TV-PROGRAMM
30.5. - 5.6.
Nr. 22/2020

Gewinnen Sie **10 000 €**
beim großen *prisma*-Rätsel!
Seite 13

HALLO WOCHENENDE!
Für unseren Newsletter anmelden und dieses Bambusrad gewinnen!
Seite 5

ReiseLaune
mit prisma

DER ETWAS ANDERE REISESOMMER 2020
Mit Gewinnspiel – Seite 4

DER LETZTE SCHREY
Nora Tschirner und Christian Ulmen ermitteln im Tatort aus Weimar
Seite 15

FERNWEH GEWINNT:
UNSERE LESER
WÄHLEN DAS
COVER DES JAHRES

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
25.1. - 31.1.
Nr. 4/2020

DUO MIT DOPPELTALENT

Im Gespräch: Vanessa Mai und Axel Prahl

Seite 6

FIT MIT *prisma*

Neue Serie

Seite 4/5

Gewinnen Sie **10 000 €** beim großen *prisma*-Rätsel!

Seite 72

COVER DES JAHRES 2019:

Abstimmen und gewinnen!

Seite 8

MULTIVISIONSSHOW
NAMIBIA & SÜDAFRIKA
SONNTAG, 02.02.2020
um 15:00 Uhr in unserem Reisezentrum
Eintritt p.P. 5,– € · Begrenzte Platzzahl – Anmeldung erforderlich
Ausreichend kostenfreie Parkplätze vorhanden
Kostenfreie Rufnummer 0800-3636366
E-Mail: post@blitz-reisen.de
www.blitz-reisen.de
Blitz Reisen
RHEINISCH-BERGISCHES REISEZENTRUM
Blitz-Reisen GmbH · Diepenbroich 51 · 51491 Overath

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
22.2. - 28.2.
Nr. 8/2020

Gewinnen Sie **10 000 €** beim großen *prisma*-Rätsel!

Seite 44

DAS *prisma*-COVER 2019

So haben Sie gewählt

Seite 33

ANRUF INS EWIGE EIS

Dirk Steffens und seine Erlebnisse in der Antarktis

Seite 4

Astoria Kreuzfahrten-Zentrale
Traum-Reisen zu Sonderpreisen!
Ihre Kreuzfahrten-Spezialisten
☎ 0541 - 33 09 30
www.kreuzfahrten-zentrale.de
www.flussreisen.de
Astoria Reisebüro GmbH
Dielingerstr. 1-5 · 49074 Osnabrück

MULTIPOLSTER
WIR WOLLEN IHR ALTES SOFA

MACHEN LUST AUF URLAUB:

UNSERE REISECOVER

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
29.8. - 4.9.
Nr. 35/2020
REISEN IN CORONA-ZEITEN
Experten beantworten Leserfragen
Seite 3 + Gewinnspiel auf Seite 11
Gewinnen Sie 10 000 € beim großen prisma-Rätsel
Seite 5

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
1.8. - 7.8.
Nr. 31/2020
Gewinnen Sie 10 000 € beim großen prisma-Rätsel!
Seite 32
SOMMERZEIT IST LESEZEIT
prisma-Buchtipps
Seite 6
BESONDERE MOMENTE
Urlaubserlebnisse abseits der Massen
Seite 4 + Verlosung auf Seite 5
ReiseLaune mit prisma
DAS NEUE FINANZ- UND VERSICHERUNGSMAGAZIN
Was tun, Rebecca?
Montag bis Freitag um 18:30 Uhr auf sonnenklarTV
VR meine Raiffeisenbank eG
sonnenklar.TV
SIE MÖCHTEN MEHR ERFAHREN?
Hotline: 08671 - 505 222
www.rv-direkt.de/rebecca

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
18.7. - 24.7.
Nr. 29/2020
Neue Chance auf 10 000 €
beim großen prisma-Rätsel
Seite 36
VON DER REALITÄT EINGEHOLT
Wotan Wilke Möhring über die Pandemie-Serie „Sløborn“
Seite 10
In dieser Ausgabe:
EXTRA RÄTSEL
DER BERG RUFT
Urlaub in den Alpen und auf der Alm - mit Gewinnspiel
ReiseLaune mit prisma
Seite 4
Bald wieder raus aus dem Home-Office.
Bodrum ab 68,99 €
SunExpress Airlines

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
25.7. - 31.7.
Nr. 30/2020
AUF ENTDECKUNGSREISE
Städtetrips und Gruppentouren
ReiseLaune mit prisma
Seite 4
Chance auf 10 000 €
beim großen prisma-Rätsel
Seite 34
prisma-
TELEFONAKTION
Experten beantworten Leserfragen rund um den Urlaub
Seite 5
Anzeige
Noch nicht bereit für einen Immobilien-Vollverkauf?
Mehr dazu auf Seite 13.
wertfaktor
Ihre Immobilie zahlt sich aus.

R/W
prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
16.5. - 22.5.
Nr. 20/2020
ZURÜCK ZUR NATUR
Felix Klemme zeigt Übungen für draußen
Seite 3
Gewinnen Sie 10 000 € beim großen prisma-Rätsel!
Seite 4
GEFANGEN
Ermittler Max Ballauf neben der Spur
Seite 5
ANZEIGE
Der Almased Mythos
Lesen Sie auf Seite 10/11

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
14.3. - 20.3.
Nr. 11/2020
Gewinnen Sie 10 000 € beim großen prisma-Rätsel!
Seite 48
GANZ NAH AN DER BUNDESLIGA
1 000. Sendung Doppelpass in Sport1
Seite 8
EIN MAGISCHES THEATERSTÜCK
Harry Potter verzaubert auf der Bühne in Hamburg
Seite 14
Astoria
Traum-Reisen zu Sonderpreisen!
Ihre Kreuzfahrten-Spezialisten
☎ 0541 - 33 09 30
www.kreuzfahrten-zentrale.de
www.flussreisen.de

R/W

prisma

www.prisma.de

Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung

TV-PROGRAMM
11.4. - 17.4.
Nr. 15/2020

BÜCHER, BÜCHER!
Lesetipps plus Gewinnspiel
Seite 5

TATORT SAARBRÜCKEN:

DAS NEUE TEAM

Zwei Freunde aus Kindertagen ermitteln zusammen
Seite 4

Neue Chance auf **10 000 €** beim großen *prisma*-Rätsel
Seite 30

prisma

www.prisma.de

Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung

TV-PROGRAMM
23.5. - 29.5.
Nr. 21/2020

Gewinnen Sie **10 000 €** beim großen *prisma*-Rätsel
Seite 9

REISELUST
prisma verlost Urlaub mit dem Wohnmobil
Seite 3

DER GUTE BULLE

Nele Kiper ermittelt an der Seite von Armin Rohde
Seite 3

Anzeige

»Noch nicht bereit für einen Immobilien-Vollverkauf?
Mehr dazu auf Seite 17.

wertfaktor
Ihre Immobilie zahlt sich aus.

Anzeige

Lifta – gerade jetzt für Sie da.
Mehr dazu auf der Heftrückseite

ECHTES FERNWEHPROGRAMM:

DIE THEMENREIHE »REISELAUNE MIT *PRISMA*«

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
30.5. - 5.6.
Nr. 22/2020
Gewinnen Sie 10 000 €
beim großen prisma-Rätsel!
Seite 13
ReiseLaune
mit prisma
DER ETWAS ANDERE
REISESOMMER 2020
Mit Gewinnspiel – Seite 4
DER LETZTE SCHREY
Nora Tschirner und Christian Ulmen
ermitteln im Tatort aus Weimar
Seite 15
HALLO WOCHENENDE!
Für unseren Newsletter anmelden und
dieses Bambusfahrrad gewinnen!
Seite 5

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
13.6. - 19.6.
Nr. 24/2020
Gewinnen Sie 10 000 €
beim großen prisma-Rätsel!
Seite 30
BLÜHENDE
LANDSCHAFTEN
Mit prisma über die
Landesgartenschau
Kamp-Lintfort flanieren
Seite 4
ReiseLaune
mit prisma
FERIENWOHNUNGEN
Urlaub machen mit
einem sicheren Gefühl
Seite 5

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
20.6. - 26.6.
Nr. 25/2020
Gewinnen Sie 10 000 € beim großen prisma-Rätsel!
Seite 32
ReiseLaune
mit prisma
CARAVANING TROTZ CORONA
Was man jetzt beachten muss!
Seite 4
ROADTRIP MIT HINDERNISSEN:
Bastian Pastewka im Interview
Seite 5

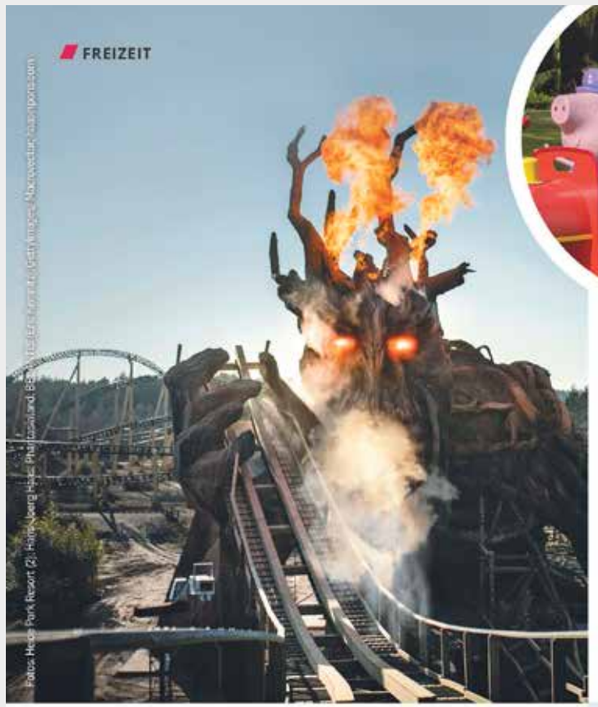
prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
27.6. - 3.7.
Nr. 26/2020
Gewinnen Sie 10 000 € beim großen prisma-Rätsel!
Seite 35
ReiseLaune
mit prisma
SICHER UNTERWEGS
Was bei der Urlaubsanreise zu beachten ist
Seite 5
AB INS MUSEUM
Welche Ausstellungen sich jetzt lohnen
Seite 4
Bald wieder raus aus dem Home-Office.
SunExpress Airlines
Bodrum ab 68,99 €
sonnenklar.TV

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
4.7. - 10.7.
Nr. 27/2020
HANGMAN
Tödliches Spiel mit Al Pacino
Seite 13
LUST AUF MEER
Urlaub an der Nord- und Ostseeküste
Seite 4 + Gewinnspiel „Reisesommer“ Seite 5
ReiseLaune
mit prisma
Bald wieder die Kinder woanders toben lassen.
Your ticket to happiness
Antalya ab 68,99 €
SunExpress Airlines
sonnenklar.TV

prisma
www.prisma.de
Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung
TV-PROGRAMM
11.7. - 17.7.
Nr. 28/2020
TIPPS FÜR DIE PERFEKTE GARTENPARTY
Seite 38
ReiseLaune
mit prisma
REIN INS BLAUE
Urlaub an den schönsten Seen Deutschlands - mit Gewinnspiel
Seite 4
ANZEIGE
Der Almased Mythos
Lesen Sie auf Seite 10/11
Neue Chance auf 10 000 € beim großen prisma-Rätsel
Seite 38

WECKT DIE NEUGIER:

UNSER FREIZEITPARK-SPECIAL



Fotos: Heide Park Resort (2), Hattenberg Heide Phantasialand, BELANTIS, Europa-Park, Getty Images, Kokswetter, nasa/sporstein

Adrenalin und Abenteuer

von Anne Richter

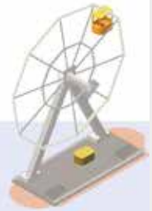
Langsam rattert das Boot die lange Rampe hinauf, von oben kann man die Menschen betrachten, die von unten zusehen und winken. Das Bötchen schwappt um die nächste Ecke – und dann geht es schwungvoll abwärts. Mit einem Swooosh, einer Wasserfontäne und mehr oder weniger nasser Kleidung endet die Fahrt mit der Wildwasserbahn. Sie gehört für viele Freizeitparkbesucher genauso dazu, wie die Fahrt mit der rasanten Achterbahn – insbesondere zur warmen Jahreszeit. Doch die meisten Parks haben noch viel mehr zu bieten, sowohl für jüngere als auch für ältere Besucher. So gibt es häufig eigene Areale für die ganz kleinen Besucher, es werden spannende Shows gezeigt, und auch kulinarisch ist meist nicht bei der einfachen Portion Pommes Schluss. Die größeren Freizeitparks haben zudem meist eigene Hotels, sodass Besucher direkt mehrere Tage dort verbringen können, ohne die bunten Themenwelten zwischendurch verlassen zu müssen. Wir haben eine kleine Übersicht für Sie.

Heide Park Soltau

Wo: Heide Park 1, 29614 Soltau
Anfahrt: mit dem Auto über die A 7, Ausfahrt Soltau-Ost
ÖPNV: Bahnhof Soltau, von dort weiter mit dem Bus oder Bahnhof Wolterdingen, von dort aus etwa 20 Minuten Fußweg
Öffnungszeiten: in der Saison vom 28. März bis 1. November ab 10 Uhr, abends unterschiedlich bis 18, 19, 20 oder 22 Uhr
Regulärer Eintritt: Kinder 3 bis 11 Jahre 39 Euro, ab 12 Jahre 49 Euro. Verschiedene Ermäßigungen werden angeboten.
Info: ***www.heide-park.de***

Was ist neu? 2019 feierte die große Holzachterbahn „Colossos" ihr Comeback mit dem „Kampf der Giganten". Ab dieser Saison gibt es ein neues Fahrgeschäft für die jungen Besucher: Im „Peppa Pig Land" wartet „Peppas Ballonfahrt" auf die Fahrgäste.

Im Heide Park kommen Adrenalin-Junkies dank vieler Achterbahnen voll auf ihre Kosten. Wer es zwischendurch etwas ruhiger mag, kann die Fahrt mit der „Panoramabahn" oder den „Käpt'ns Törn" genießen. Besondere Events wie die „Pyro Games" am 29. August oder das Special zu Halloween bieten besondere Momente für die Besucher.



Europa-Park Rust

Wo: Europa-Park-Straße 2, 77977 Rust
Anfahrt: mit dem Auto über die A 5, Ausfahrt 57b Rust
ÖPNV: Bahnhof Ringsheim, von dort weiter mit dem Bustransfer
Öffnungszeiten: Sommersaison: 9 bis 18 Uhr, Wintersaison 11 bis 19 Uhr
Regulärer Eintritt: Erwachsene 55 Euro, Kinder 4 bis einschließlich 11 Jahre 47 Euro. Verschiedene Ermäßigungen werden angeboten.
Info: ***www.europapark.de***

Was ist neu? Ab dem Sommer öffnet die neue gestaltete Attraktion „Piraten in Batavia". Ebenfalls noch nicht lange in Betrieb ist „Snorri Touren", eine Themenfahrt im Bereich Skandinavien. Infotainment bietet ab Frühjahr der „Nord Stream 2 Dome", der sich mit dem gleichnamigen Infrastrukturprojekt beschäftigt.

Der Europa-Park bietet in verschiedenen Themenbereichen Attraktionen für jede Altersklasse an. Vom Bobby-Car-Parcours bis zum Virtual-Reality-Abenteuer ist alles dabei. Abseits vom Freizeitparkgeschehen gibt es zahlreiche weitere Events, etwa zum St. Patrick's Day. Zudem wird die Show „Immer wieder sonntags" mit Moderator Stefan Mross aus dem Park gesendet.

Phantasialand Brühl

Wo: Berggeiststraße 31-41, 50321 Brühl
Anfahrt: mit dem Auto über die A 553, Ausfahrt Brühl-Süd
ÖPNV: Bahnhof Brühl (Rheinland), von dort weiter mit dem Shuttlebus
Öffnungszeiten: in der Sommersaison (4. April bis 1. November) ab 10 Uhr, abends je nach Monat bis 18, 19 oder 20 Uhr
Regulärer Eintritt: Kinder 4 bis 11 Jahre 42,50 Euro, ab 12 Jahre und Erwachsene 52, 50 Euro. Verschiedene Ermäßigungen zum Beispiel für Senioren werden angeboten.
Info: ***www.phantasialand.de***

Was ist neu? Fans warten momentan besonders auf den Eröffnungstermin für die neue Themenwelt „Rookburgh", die unter anderem einen Flying-Launch-Coaster bieten soll. Die Welt ist Ankündigungen nach im Steampunk-Stil gehalten.

Ansonsten bietet das Phantasialand mehrere Achterbahnen, sowohl drinnen als auch draußen, dazu Wildwasserbahnen und Klassiker wie ein Kettenkarussell. In den Shows wird familientaugliche Unterhaltung geboten. Veranstaltungen wie die Dinnershow „Fantissima" runden das Angebot ab.

Belantis – Das AbenteuerReich

Wo: Zur Weißen Mark 1, 04249 Leipzig
Anfahrt: mit dem Auto über die A 38, Ausfahrt Neue Harth/Belantis-Park
ÖPNV: S-Bahnhof Markkleeberg, von dort weiter mit dem Bus
Öffnungszeiten: in der Saison von April bis zum 1. November von 10 bis 17 oder 18 Uhr, zum Halloween-Spezial bis 20 Uhr
Regulärer Eintritt: Kinder 4 bis 10 Jahre 33,50 Euro, ab 11 Jahre 38,50 Euro. Ermäßigungen wie Familientickets werden angeboten.
Info: ***www.belantis.de***

Was ist neu? Belantis setzt schon länger auf Schulkinder als Gäste. Mit Angeboten wie Freitickets für gute Schulnoten oder dem Zuckertütenfest für Schulanfänger wird die Zielgruppe in den Blick genommen.

Im AbenteuerReich gibt es verschiedene Shows und Theaterstücke, die zwischen 15 und 30 Minuten dauern. Bei vielen davon können die jungen Gäste sogar mitmachen. Passende Fahrgeschäfte und Spielmöglichkeiten runden das Angebot für die Kleinen ab. Ältere Besucher haben zum Beispiel Spaß an der Wildwasserbahn „Fluch des Pharao" - inklusive Abfahrt aus der 31 Meter hohen Pyramide.

Weitere Freizeitparks

In Deutschland und dem angrenzenden Ausland gibt es viele weitere attraktive Ausflugsziele für Freizeitparkfans. Hier eine Auswahl:

Legoland Deutschland
Resort Günzburg (Bayern);
www.legoland.de

Sealife
(deutschlandweit an acht Standorten);
www.visitsealife.com/de/

Movie Park Germany
(Bottrop, NRW);
www.movieparkgermany.de

Toverland
(Sevenum, Niederlande);
www.toverland.com/de/

Erlebnispark Tripsdrill
(Cleebronn, BaWü);
www.tripsdrill.de

Steinwasen Park
(Oberried, BaWü);
www.steinwasen-park.de

Karls Erlebnis-Dorf
(Rövershagen, Mecklenburg-Vorpommern);
www.karls.de

Hansa-Park
(Sierksdorf/Ostsee, Schleswig-Holstein);
www.hansapark.de

Fort Fun Abenteuerland
(Bestwig (Wasserfall)/ Sauerland, NRW);
www.fortfun.de

Serengeti-Park
(Hodenhagen, Niedersachsen);
www.serengeti-park.de

Playmobil FunPark
(Zirndorf, Bayern);
www.playmobil-funpark.de

Ravensburger Spieleland
(Meckenbeuren/Liebenau, BaWü);
www.spieleland.de

Holiday Park
(Haßloch/Pfalz, Rheinland-Pfalz);
www.holidaypark.de

Freizeitpark Plohn
(Lengenfeld, Sachsen);
www.freizeitpark-plohn.de

Mehr Infos zu Freizeitparks
Weitere Infos und Videos finden Sie unter:
www.prisma.de/magazin –
oder einfach den QR-Code scannen.

SETZEN IHR ANGEBOT GEKONNT IN SZENE:

ADVERTORIALS

Der Wörthersee ist der größte See Kärntens und einer der wärmsten Alpenseen.

Ein Wochenende *am Wörthersee*

Mediterranes Lebensgefühl und Abwechslung pur – der Wörthersee im Kärntner Dreiländereck zwischen Österreich, Italien und Slowenien ist das ganze Jahr über ein beliebtes Ziel für Erholungssuchende und Erlebnisurlauber.

von Sarah Schneidereit

Einsame Buchten, angesagte Beachclubs, idyllische Halbinseln und eine streng begrenzte Anzahl an Motorbooten: Der österreichische Wörthersee vereint Gegensätze. „Hier ist es reizend, allerliebst und außerdem ist man am Eingang zum Schönsten und Großartigsten." So beschrieb der deutsche Komponist Johannes Brahms seinen Lieblings-Sommerort Pörtschach am Wörthersee. Noch heute ist der 17 Kilometer lange See ein beliebtes Ausflugsziel – nicht nur im Sommer.

Unberührte Naturlandschaften wie im Vier-Seental Keutschach laden zu ausgedehnten Wanderungen ein, während sich Touristen im mondänen Pörtschach auf Brahms Spuren begeben können. Auf einem gut anderthalb Stunden langen Wanderweg über gerade einmal 150 Höhenmeter erfahren Spaziergänger mehr über dessen Zeit in Kärnten. Zu Ehren des berühmten Gastes am Wörthersee findet im Herbst immer der Internationale Brahms Wettbewerb statt.

Berühmt durch Fernsehserie mit Roy Black

Dass der Tourismus rund um den See so floriert, ist auch dem Wiener Porzellanfabrikanten Ernst Wahliss zu verdanken, der Ende des 19. Jahrhunderts auf der Pörtschacher Halbinsel das Parkhotel und eine Villenanlage errichten ließ. 1890 kaufte er zudem das Schloss Velden, aus dem er eine exklusive Hotelanlage machte. Das Schloss war Namensgeber für die bekannte und in mehr als 40 Ländern ausgestrahlte Fernsehserie „Ein Schloß am Wörthersee" mit Roy Black und Uschi Glas.

Wesentlich beschaulicher geht es im Wallfahrtsort Maria Wörth zu, dem der See seinen Namen verdankt. Die zwei Kirchen, die auf der Halbinsel quasi mitten im Wasser liegen, werden auch „Herz vom Wörthersee" genannt. Das Gewässer punktet mit seiner Trinkwasserqualität, weshalb der Wörthersee-Fisch bestens gedeiht und ausgezeichnet schmeckt.

Ein kulinarischer Höhepunkt steht auch Ende April an, wenn das See-Ess-Spiele Kulinarik Festival am Wörthersee stattfindet. Vom 24. April bis zum 3. Mai startet die Region geschmackvoll in die neue Saison, und die Kärntner zeigen, dass ihnen die Gastfreundschaft im Blut liegt.

INFO

Anreise: Mit dem Fernbus nach Klagenfurt oder Villach, mit der Bahn bis Velden, Pörtschach oder Klagenfurt. Ab den Bahnhöfen verkehren günstige Shuttles, die über die Website ***www.bahnhofshuttle.at*** gebucht werden können. Wer mit dem Flugzeug anreisen möchte, kann beispielsweise von Hamburg oder Köln-Bonn aus zum etwa 20 Kilometer vom Wörthersee entfernten Flughafen Klagenfurt fliegen.

Lage: Der zweitgrößte See Kärntens ist dank seiner besonderen klimatischen Lage einer der wärmsten Alpenseen.

Beste Reisezeit: Der Wörthersee lohnt sich ganzjährig als Urlaubsziel. Winterurlauber sind in rund 30 Minuten in den Kärntner Skigebieten. Badeurlauber und Wassersportler kommen dank der hohen Wassertemperaturen (bis zu 27 Grad Celsius) von Mai bis September auf ihre Kosten. Von April bis Oktober ist die beste Reisezeit für Wanderer und Radfahrer.

Mehr Informationen:
www.woerthersee.com/de

Fotos: Wörthersee Tourismus/Gert Steinthaler; Stepmap

Hotel-Tipps

ANZEIGE

Glücksmomente im Hotel Balance

Eine kleine Auszeit genießen und die Seele baumeln lassen: Das Hotel Balance Vier-Sterne Superior Spa & Golf Hotel bietet kulinarische Highlights, traumhafte Golfplätze sowie Wellness- und Verwöhnprogramme in einem atemberaubenden Ambiente. Der Familienbetrieb am Wörthersee in Pörtschach setzt auf ein außergewöhnliches Vier-Elemente-Konzept, sodass jeder Gast sich nach seinen individuellen Vorlieben wohlfühlen kann.

Vor Kurzem entstand im Hotel Balance eine attraktive Wellness-Oase mit vielen Neuheiten. Ein Highlight ist der 23 Meter lange In- und Outdoor-Pool. Auch die Römische Steinsauna, das Mineralerde-Dampfbad und der Feuer-Ruheraum bieten den Gästen pure Entspannung.

Hotel Balance
Familie Andrea und
Karl Grossmann
Winklerner Straße 68
9210 Pörtschach
Telefon +43 4272 2479
www.balancehotel.at

Traumhafte Urlaubstage am Wörthersee

Wellness und Erholung direkt am See erwartet die Urlauber im Werzer's Hotel Resort in Pörtschach. Der 3000 Quadratmeter große Badestrand mit Liegewiese und das 2000 Quadratmeter große Panorama-Spa & Werzer's Badehaus mit beheiztem In- und Outdoor-Pool im See garantieren Entspannung bei jedem Wetter.

Zahlreiche Aktivitäten am, im und um den See bringen Abwechslung in den Urlaub. Die neuen Design-Zimmer des Hotels sorgen für elegantes, mediterranes Flair. Die ausgezeichnete Küche rundet das Angebot ab und lässt das Werzer's zum perfekten Ort zum Abschalten und Energietanken werden.

Werzer's Hotel Resort Pörtschach
Werzerpromenade 8
9210 Pörtschach
Telefon +43 4272 2231
www.werzers.at

Exklusive Inselage

Das Parkhotel Pörtschach aus den 60er Jahren befindet sich in malerischer Umgebung direkt am größten See Kärntens. In exklusiver Halbinsellage warten zahlreiche Sporteinrichtungen und Freizeitangebote sowie ein privater Badestrand auf die großen und kleinen Feriengäste.

Das Design-Hotel vereint Tradition, Erholung und neue Trends. Der 40.000 Quadratmeter große Hotelpark sowie 195 exklusive Zimmer und Suiten machen den Aufenthalt im Parkhotel Pörtschach zu jeder Jahreszeit zu einem besonderen Erlebnis.

Parkhotel Pörtschach
Hans Pruscha Weg 5
9210 Pörtschach
Telefon +43 4272 2621 0
www.parkhotel-poertschach.at

Ein Schatz am See

Inmitten der schönsten Bucht Pörtschachs liegt das Seehotel Dr. Jilly mit atemberaubendem Panoramablick. Das mit 35 Zimmern ausgestattete Boutique-Hotel bietet Entspannung pur. Die Vier-Sterne Superior Unterkunft in Familienbesitz wurde erst kürzlich komplett modernisiert und ist barrierefrei. Ein hauseigener Badestrand und ein Wellnessbereich sind die perfekten Rückzugsorte für die Gäste.

Besonders praktisch: Das Feriendialyseinstitut Dr. Jilly ist nur wenige Schritte vom Hotel entfernt. Dialyse-Patienten dürfen sich über modernste technische Ausstattung und hohen Komfort, vereint mit Kompetenz und Erfahrung, freuen.

Seehotel Dr. Jilly
Alfredweg 5-7
9210 Pörtschach
Telefon +43 4272 2258
www.hotel-jilly.at

ANZEIGE

Mit AIDA sind Sie sicher unterwegs

Vorfreude auf den Sommer am Meer

TRAUMROUTEN zwischen Skandinavien und Mittelmeer: Wer jetzt bucht, profitiert vom AIDA Versprechen.

Sehnsucht nach Urlaub? Mit AIDA können Sie sich jetzt schon auf den Sommer 2021 freuen. Durch ein umfassendes Gesundheitskonzept und die vielen Inklusivleistungen, die Sie an Bord der Schiffe erwarten, steht einem entspannten Urlaub nichts im Wege. Wer bis zum 31. Januar 2021 bucht, profitiert vom AIDA Versprechen mit größtmöglicher Flexibilität bei der Reiseplanung und nur 50 Euro Anzahlung pro Person*.

AIDA verbindet faszinierende Metropolen und Landschaften mit Meer und entspanntem Bordleben

In der Sommersaison von März bis Oktober wird Abwechslung geboten. Mit AIDAmar geht es beispielsweise zehn Tage auf die Ostsee ab **1.699 Euro** p.P.**. Hier kann die zauberhafte Altstadt Tallins mit ihren Gildehäusern und dem gotischen Rathaus bestaunt oder in der historischen Innenstadt von Sankt Petersburg mit ihren prächtigen Palästen von vergangenen Zeiten geträumt werden.

Oder darf es doch lieber das Mittelmeer sein? AIDAstella startet von Mallorca aus die Route durchs Mittelmeer. Rom, Barcelona und weitere aufregende Destinationen – es gibt jede Menge zu entdecken. Ganz gleich, für welche der zahlreichen Routen zwischen Skandinavien und Mittelmeer Sie sich entscheiden – die tollen AIDA Inklusivleistungen sind immer im Reisepreis enthalten. Dazu gehören ein kulinarisches Verwöhnprogramm inklusive ausgewählter Getränke, abwechslungsreiche Angebote für Kinder, Entertainment, Fitness sowie Sonnen und Baden auf den großzügigen Außendecks.

Die Gesundheit von Gästen und Crew steht für AIDA an oberster Stelle. Deshalb ist vor Reiseantritt ein COVID-19-Test verbindlich, der kostenfrei beim AIDA Partner Helios Kliniken gemacht werden kann. Das abwechslungsreiche Bordleben wurde an das Gesundheitskonzept angepasst, um den Gästen eine sichere, schöne und entspannte Reise bieten zu können.

Atemberaubende Architektur in St. Petersburg

Das Mittelmeer bietet eine überraschende Vielfalt

Bei AIDA dauert der Sommer von März bis Oktober mit vielen tollen Routen in den schönsten Regionen Europas – vom hohen Norden bis zum sonnigen Süden. Auch Kurzreisen ab Norddeutschland sind buchbar. **Mehr Informationen auf www.aida.de oder im Reisebüro.**

AIDA

*Gültig für alle Reisen mit Abfahrt bis 31.10.2021; **AIDA PREMIUM ALL INCLUSIVE Preis pro Person bei 2er-Belegung (Innenkabine IB) für die Route „Ostsee ab Warnemünde 2" im Reisezeitraum Mai-Oktober 2021. inkl. 180 Euro Frühbucher-Plus-Ermäßigung bei Buchung bis 31.01.2021. jeweils limitiertes Kontingent

ANZEIGE

Foto: SKD/HLC Kraas

In der Gemäldegalerie Alte Meister im Semperbau im Dresdner Zwinger ist unter anderem italienische Malerei vom 14. bis 17. Jahrhundert zu sehen.

Foto: Heidi Diehl

Wer Wandern und Wein verbinden möchte, ist am Weinberg „Goldener Wagen" in Radebeul genau richtig.

Kulturschätze und Naturwunder - eine faszinierende Kombination

Was haben das Gemälde „Die Sixtinische Madonna" und die markanten Felsen der Basteibrücke gemeinsam? Sie sind einzigartig auf der Welt und nur in Sachsen zu finden.

Sachsen hat Einzigartiges zu bieten: Meisterwerke der Kunst in der Gemäldegalerie Alte Meister im Dresdner Zwinger und Wunderwerke der Natur im Nationalpark Sächsische Schweiz. Hinzu kommen eine Musiklandschaft, die ihresgleichen sucht, sakrale Kunstschätze in Kirchen und Klöstern, Schlösser und Burgen, Traditionshandwerk, historische Städte, zwei Unesco-Welterbestätten und landschaftlicher Reichtum in vier Mittelgebirgen. Und alles ist dicht beieinander.

Dresden: Kunst muss man können

Die Vorstellung, an einem sonnigen Herbsttag das bunte Treiben rund um die Frauenkirche zu erleben, auf der Brühlschen Terrasse oberhalb der Elbe mit den stolz am Ufer liegenden historischen Schaufelraddampfern entlang zu flanieren, Residenzschloss, Hofkirche und Semperoper in Augenschein zu nehmen, ist verlockend. In der wiedereröffneten Gemäldegalerie Alte Meister verführen rund um Raffaels „Sixtinische Madonna" Skulpturen und Bilder zu einem unnachahmlichen Rundgang durch die europäische Kunstgeschichte bis 1800. Die Ausstellungen zum 500. Todestag des „göttlichen" Raphael machen die Staatlichen Kunstsammlungen Dresden zu einem attraktiven Anziehungspunkt. Im März 2021 wird mit „Vermeer" eine der spektakulärsten Schauen in ihrer Geschichte und zugleich die größte Ausstellung über den Maler in Deutschland zu sehen sein. Glänzend zeigen sich die neuen Paraderäume wie zu Zeiten August des Starken im Residenzschloss Dresden und die Kaiserzimmer im Schloss Pillnitz.

Klassisch, modern und hipp: Leipzig

Leipzig gehört derzeit zu den angesagtesten, lebendigsten Metropolen Europas. Klassische Erlebnisse werden perfekt inszeniert durch das Gewandhausorchester, ältestes bürgerliches Konzertorchester im deutschsprachigen Raum. Das beliebte „Grosse Concert" wird derzeit an drei Tagen hintereinander gespielt, um so viele Klassikfans wie möglich zu erreichen. Für Mai 2021 ist ein Mahler-Festival geplant. Und 2022 sollen in Leipzig alle Opern von Richard Wagner ins Repertoire aufgenommen und bei einem dreiwöchigen Festival im Juni und Juli aufgeführt werden. Zeitgenössische Kunst wie im Museum der Bildenden Künste oder im Industriearchitektur-Denkmal Alte Spinnerei, Radwege und Kanäle im Grünen bilden eine harmonische Einheit und machen Leipzig modern und hip. Wo sonst kann man den Tönen von Bachs Sinfonien oder Mendelssohns Werken lauschen und kurz darauf mit dem Kanu direkt bis zum Cospudener See paddeln?

Und Chemnitz? Die Bewerberin für Europas Kulturhauptstadt 2025 hat mindestens drei außergewöhnliche Museen, die man gar nicht so recht im Fokus hat: das Sächsische Industriemuseum, die Villa Esche als eine Station der Europäischen Henry-van-de-Velde-Route und das Museum Gunzenhauser mit der bedeutendsten Expressionisten-Sammlung in Deutschland. Die Kunstsammlungen der Stadt schmücken zum 100. Geburtstag ihre vier Museen mit repräsentativen Ausstellungsstücken.

Sachsens Unesco-Welterbestätten kennenlernen

„Glück auf!" ruft das Erzgebirge zur Begrüßung – eine der reizvollsten Mittelgebirgslandschaften Europas, geprägt vom Silbererz-Bergbau. Wer hier wandert, findet ein Unesco-Welterbe. Die coolsten Typen sind im Erzgebirge aus Holz geschnitzt: Nussknacker, Räuchermännchen und Co. Sachsen hat auch „Görliwood", einen schiefen Turm, ein Stones-Museum, das erste Histopad in einem deutschen Schloss, Senf und Sorbische Ostereier, Musikinstrumente und Wein. Und wer die größte Dichte an weihnachtlichen Erlebnissen, Traditionen und Bräuchen in Deutschland sucht, wird ebenfalls in Sachsen fündig: auf Weihnachtsmärkten, bei Bergparaden, in Schauwerkstätten, Manufakturen, Museen und Ausstellungen. Ein Muss sind Dresdner Christstollen und Pulsnitzer Pfefferkuchen. Stimmungsvolle Kirchenkonzerte der berühmten Knabenchöre Thomanerchor Leipzig und Kreuzchor Dresden bringen Besinnlichkeit und Ruhe.

www.erlebe-dein-sachsen.de

DRAMA 20.15 ARTE

Mädchen in Uniform

Potsdam, 1910: Im Mädcheninternat leidet die 14-jährige Manuela (Romy Schneider, Foto) unter der militärischen Härte der Direktorin. Sie verliebt sich in eine Lehrerin und provoziert damit einen Skandal. **bis 21.45 Uhr** ★★

DRAMA 21.45 ARTE

Oktober in Rimini

Aushilfslehrer Daniele (Alain Delon, Foto) verliebt sich in Rimini in seine Schülerin Vanina, eine 19-jährige Schönheit mit melancholischen Augen. Die Beziehung ist von vornherein zum Scheitern verurteilt. **bis 23.55 Uhr** ★★

WDR

8.20 Wissen macht Ah! **8.45** Erlebnisreisen **8.55** Beste Heimatkäppchen **9.10** Der Vorkoster **9.40** Aktuelle Stunde **10.25** Westpol **10.55** Planet Wissen **11.55** Eisbär, Affe & Co. **12.45** WDR aktuell **13.05** Pinguin, Löwe & Co. **13.55** Hogräfer & Binkenstein. Doku-Reihe

14.25 Verrückt nach Camping Camperglück mit Hunden
15.10 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte (25/42) ○○ Arztserie. Unter die Haut
16.00 WDR aktuell
16.15 Hier und heute Moderation: Miriam Lange. Einblick in den Alltag von Menschen aus NRW.
18.00 WDR akt. / Lokalzeit
18.15 Servicezeit
18.45 Aktuelle Stunde
19.30 Lokalzeit
20.00 Tagesschau

20.15 Der Vorkoster Weihnachtsgebäck
21.00 Ausgerechnet – Weihnachten Weihnachtsbaum
21.45 WDR aktuell
22.15 Die letzte Instanz Der Meinungstalk
23.15 Kroymann Show Sketch-Comedy / Die Entgiftung
0.25 Nicht dein Ernst! Die lieben Kinder

SWR SR

8.00 In aller Fr. – Die jungen Ärzte **8.45** In aller Freundschaft **9.30** Eisenbahn-Romantik **10.00** Treffpunkt **10.30** Tiermythen **11.15** Planet Wissen **12.15** Meister des Alltags **12.45** ★★ ... und dann kam Wanda. Komödie, D 2014 **14.15** Eisenbahn-Romantik

15.15 Winterzauber in den Ahrntaler Bergen
16.00 Aktuell RP / Aktuell
16.05 Kaffee oder Tee
18.00 Regionales RP Aktuell / 18.15 Brisant / 18.45 Wetter / 18.50 Wir im Saarland – Grenzenlos / 19.20 aktueller bericht / 19.57 Wetter
20.00 Tagesschau

20.15 rundum gesund Gesunder Darm – gutes Bauchgefühl
21.00 Abenteuer Diagnose Best-of-Ausgabe
21.45 Aktuell RP / Aktuell
22.00 Sag die Wahrheit
22.30 Meister des Alltags Show
23.00 Gefragt – Gejagt
23.45 Stadt – Land – Quiz Das Städteduell
0.30 Quizduell Show

NDR RB

9.00 Regionalmagazine **11.55** Giraffe, Erdmännchen & Co. **12.25** In aller Freundschaft **13.10** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte **14.00** NDR Info **14.15** Gefragt – Gejagt **15.00** die nordstory **16.00** NDR Info **16.20** Mein Nachmittag **17.10** Leopard & Co.

18.00 Ländermagazine
18.15 Die Nordreportage
18.45 DAS!
19.30 Ländermagazine
20.00 Tagesschau

20.15 Markt Wildfleisch
21.00 Der große Urlaubscheck Norwegen im Winter
21.45 NDR Info
22.00 45 Min Aufstand der Corona-Helden
TIPP
22.45 Kulturjournal
23.15 ★★ Bonnie & Bonnie ○○ Drama, D 2019

BR

12.40 Familie Dr. Kleist **13.30** Gefragt – Gejagt **14.15** Aktiv und gesund **14.45** Die Rettung der Pinguininsel **15.30** Schnittgut. Alles aus dem Garten **15.58** Sternstunden-Adventskalender **16.00** Rundschau **16.15** Wir in Bayern **17.30** Regional **18.00** Abendschau

18.30 Rundschau
19.00 Unkraut
19.30 Dahoam is Dahoam (2647) ○○ Soap
20.00 Tagesschau

20.15 Landfrauenküche Nicole Roth aus Unterfranken
21.00 Bayern erleben
21.45 Rundschau Magazin
22.00 Lebenslinien I bin i – Wolfgang Fierek
22.45 Der Millionenbauer (7/7) Ein Mann unseres Vertrauens
23.35 Kabarett aus Franken
0.20 Ringlstetter Talkshow

HR

18.00 Maintower **18.25** Brisant **18.45** Die Ratgeber **19.15** alle wetter **19.30** hessenschau **20.00** Tagesschau **20.15** Die Gesundmacher. Doku-Reihe **21.00** Essgeschichten **21.30** hessenschau **21.45** ★★ Tatort. Klingelingeling. Krimireihe, D 2016 **23.10** heimspiel! **23.55** Das hr Comedy Festival **0.40** ★★ 1:0 für das Glück. Komödie, D 2008 (Wh.)

RBB

17.55 Sandmännchen **18.00** rbb UM6 **18.27** zibb / Wetter **19.30** Regionales. Abendschau (B) / BB aktuell **20.00** Tagesschau **20.15** Super.Markt **21.00** Ring frei! Abenteuer A10 **21.45** rbb24 **22.15** Der Sandmann für Erwachsene **22.18** TIPP ★★ Tatort. Der Spezialist. Krimireihe, D 1996 **23.45** ★★ Polizeiruf 110. Der Tod des Professors. Krimireihe, DDR 1974

Sommer, Sonne, Campingplatz

Urlaub mit Gebetsroither an den schönsten Stränden Kroatiens und Italiens ist mit Abstand die schönste Form, die Ferien zu verbringen. Sparen Sie jetzt 100 Euro bei Ihrer Buchung.

Traumurlaub 2021: Wie finde ich nur meinen Traumurlaub für das nächste Jahr? Mit einem Hauch von Luxus und Freiheit – bei Gebetsroither in Italien oder Kroatien, in einem eigenen kleinen Ferienhäuschen am Campingplatz. Wir nennen es Mobilheim. Oder ganz klassisch Campingurlaub im Wohnwagen. Fix und fertig ausgestattet, mit allen notwendigen Dingen für einen entspannten Urlaub. Sie haben eine Auswahl von 2200 Unterkünften auf mehr als 110 Campingplätzen. Einfach entscheiden, Urlaub buchen und sich ab heute auf die schönste Zeit des Jahres freuen.

CAMPING BOOMT

Urlaub am Campingplatz liegt voll im Trend, besonders bei Familien mit Kindern, aber auch bei Pärchen, die Zweisamkeit genießen wollen. Egal, ob im Sommer, im Frühling in Italien oder im Herbst an der kroatischen Küste. Jede Jahreszeit hat ihre speziellen Reize, die Entscheidung liegt ganz bei Ihnen. Kein Urlaub ist so unkompliziert, so preisgünstig und mit so viel Abstand möglich wie der mit Gebetsroither. Gebetsroither verspricht beste Lage, maximale Freiheit bei optimalem Komfort. Für jeden Urlaubstyp das passende Angebot, Urlaub für jede Geldbörse.

Jetzt 100 Euro sparen

Gebetsroither schenkt Ihnen für Ihren nächsten Urlaub 100 Euro. Bei einer Buchung bis 31.01.2021 auf ***www.gebetsroither.com*** mit dem Code „PRISMA" wird Ihnen automatisch ein Urlaubsgutschein in Höhe von 100 Euro abgezogen.

i Love CAMPING

Gebetsroither – Urlaub am Campingplatz
Gebetsroitherweg 1,
A-8940 Weißenbach bei Liezen
Tel.: +43 (0) 3612 / 26300
office@gebetsroither.com
www.gebetsroither.com

gebetsroither

DOKU 22.15 3SAT

Kaminer inside

Wladimir Kaminer (Foto) erhält exklusive Einblicke in die Abläufe der Spanischen Hofreitschule in Wien. Seit über 450 Jahren wird dort die Hohe Schule der klassischen Reitkunst in Perfektion gepflegt. **bis 23.00 Uhr**

SPORT-HIGHLIGHTS

Formel 1: Großer Preis der Eifel Qualifying, live (14.45, RTL)
Tennis: French Open Finale Damen, live (14.55, Eurosport)
Volleyball: Bundesliga der Damen 2. Spieltag: Palmberg Schwerin – Münster, live (17.00, Sport1)
Fußball: Bundesliga der Frauen 5. Spieltag: Duisburg – Turbine Potsdam, live (18.00, Eurosport)

ONE

9.45 ★★ Unsichtbare Jahre ○○ Drama, D 2015 **11.15** kinokino **11.30** extra 3 **12.00** Hustle – Unehrlich währt am längsten **12.50** Die Mockridges – Eine Knallerfamilie. Comedyserie

17.35 ★★ Mackie Messer ○○ Drama, D/B 2018
19.40 Brisant
20.15 ★ Der Kommissar und die Alpen Ein Tag im Juli Krimireihe, I 18
21.45 Seriös Ein Talk über Serien
22.00 ★★ Der große Gatsby Drama, USA 1974 (bis 0.25)

RTL ZWEI

12.20 Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim. Doku-Soap **14.20** „Die Schnäppchenhäuser" Spezial **16.20** Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken Doku-Soap

20.15 Dickes Deutschland Sofa oder Job – Arbeiten mit Übergewicht
22.15 Der Jugendknast Doku-Soap
0.15 Hartes Deutschland

KABEL 1

8.15 Hawaii Five-0 Krimiserie **9.05** Without a Trace Krimiserie **11.00** Castle Krimiserie **15.30** Scorpion. Das Amazonas-Virus **16.25** News **16.35** Scorpion Zwei am Stahlseil

17.30 Scorpion U. a.: Der Asteroid / Kein Leben auf dem Mars
20.15 Hawaii Five-0 Von Wohl- und Übeltätern / Heiße Spur
22.10 Lucifer Einmal Hölle und zurück / Versteckte Gefahren
0.05 Hawaii Five-0

sonnenklar.TV

15.15 Fantastische Länder – entdecken **15.30** Fernweh Besiegen **16.00** Die Top 3 des Tages **16.15** Nächste Ausfahrt Urlaub **16.30** AdW Show: Angebot **17.00** Reisebazar **18.00** AdT Show

18.15 Urlaubsockt.
19.15 Urlaub für ALLE
19.30 Reisecharts
20.00 AdT Show

20.15 Labranda Urlaubsqualität in hohem Maße
21.00 Urlaubsträume Magazin
21.30 Infomercial Innovative Produkte zu einem attraktiven Preis.

ZDF INFO

18.45 Mythos auf dem Prüfstand **19.30** Skandal! Doku-Reihe **20.15** Aufgeklärt – Spektakuläre Kriminalfälle **21.45** Die Biografie des Bösen **22.30** Dem Verbrechen auf der Spur (bis 3.00)

TELE 5

18.20 Relic Hunter **20.15** ★★ Die Schöne und das Biest. Fantasyfilm, F/D/E 2014 **22.25** ★ The Curse of Sleeping Beauty. Horrorfilm, USA 2016 **0.10** The Handmaid's Tale

SAT.1 GOLD

9.55 Remington Steele **11.40** Quincy **13.20** Diagnose: Mord **15.05** Mord ist ihr Hobby **20.15** Grantchester – Ermittler im Auftrag des Herrn **22.05** Doc Martin **23.55** Kommissar Rex (bis 1.30)

EUROSPORT

14.55 LIVE Tennis: French Open **17.30** Game, Schett & Mats **17.45** BL der Frauen **18.00** LIVE Fußball: BL der Frauen. Duisburg – Potsdam **20.00** Rad: Giro d'Italia **22.00** Mountainbike: WM

WELT

18.05 „Edda Freya" **19.00** Nachrichten **19.05** Große Inspektion **20.00** Nachrichten **20.05** Technik der Welt **21.05** SEK Moskau **22.05** Black Ops **23.05** Große Inspektion **0.05** Dashcam

SERVUS TV

19.10 Terra Mater **20.10** Wetter **20.15** ★★ Silence. Drama, USA/GB/MEX/TWN/J/I 2016, mit A. Garfield **23.15** ★★★ Die üblichen Verdächtigen. Thriller, USA/D 1995 (bis 1.00)

RTL PLUS

10.05 Das Jugendgericht **13.30** Das Familiengericht **16.50** Das Strafgericht. Show **20.15** Im Namen des Gesetzes. Götterdämmerung / Graffiti **22.00** Law & Order. Krimiserie (bis 2.05)

SPORT 1

17.00 LIVE Volleyball: Bundesliga der Damen **19.00** Porsche Carrera Cup **19.30** ADAC MX Masters **20.00** Teleshopping **23.00** Pretty Woman – Die Sexparodie. Erotikfilm, USA 2012

N-TV

20.00 Nachrichten **20.15** Mega-Projekte der Nazis **21.00** Nachrichten **21.05** Mega-Projekte der Nazis **22.00** Nachrichten **22.10** Mega-Projekte der Nazis **23.00** Nachr.

NITRO

16.05 Die Profit-Profis **16.55** American Pickers **18.30** Das A-Team **20.15** Medical Detectives **21.05** Anwälte der Toten **22.05** Born to Kill **23.55** Anwälte der Toten

SIXX

13.40 Jamie's 5-Zutaten-Küche **14.40** Sweet und Easy – Enie backt **16.40** Charmed **18.20** Sailor Moon **20.15** The Taste **23.15** Killer-Paare – Tödliches Verlangen

DMAX

18.15 Die Aquarium-Profis **20.15** Die Modellbauer **21.15** NEU Die Modellbauer – The Next Generation **22.15** Steel Buddies **0.15** Poker Players Championship

alber
Elektrischer Zusatzantrieb
e-fix®
Klein. Leicht. Wendig.
- Der manuelle Rollstuhl wird zum leichten Elektrorollstuhl
- Einfach zu bedienen und zerlegbar
- Erstattungsfähiges Hilfsmittel
Gratis-Prospekt anfordern: 0800 1224567 (Geb.-frei)
Alber GmbH, Vor dem Weißen Stein 14, Abt. 111, 72461 Albstadt, www.alber.de

schon ab 3.400 €
Vertrauen Sie 20 Jahren Erfahrung!
TREPPENLIFTE
Neu und Gebraucht
Beratung • Montage • Service
www.fischer-treppenlifte.de
Tel.: 02443 - 90 27 83 0 • 0231 - 55 98 47 1

Luftkissen-Badelifte
Prospekte anfordern
0800 960 1000
gebührenfrei 24h / 7 Tage erreichbar
www.idumo.de
KEINE Installation nötig
Absenkbar bis zum Wannenboden
Auch als Tuch-Lifter!
iDuMo

Treppenlifte ab 2.999 €
06201 / 25 60 61 91
D.Missner • 32429 Minden • An der Dorfeiche 1
www.missner-treppenlifte.de

ANZEIGE
Die Landesgartenschau in Kamp-Lintfort
im Herbst erleben

Gute Nachrichten: Die Landesgartenschau in Kamp-Lintfort wurde um zwei Wochen verlängert! Bis zum 25. Oktober 2020 haben alle Gartenfans noch die Möglichkeit, den floralen Herbstzauber im Zechenpark und Kamper Gartenreich zu erleben.
Auf dem 40 Hektar großen Gelände erwartet die Besucher neben neuesten Gartentrends und bunt blühenden Stauden-und Gräserbepflanzungen ein besonderes Erlebnis: Genießen Sie das ZechenParkLeuchten mit spektakulären Lasershows vor historischer Industriekulisse und einen abendlichen Rundweg durch den mit Lichtinstallationen geschmückten Park. Das abendliche ZechenParkLeuchten findet täglich vom 16. bis 24. Oktober statt*.
Für die kleinen Gartenschaugäste bietet das Grüne Klassenzimmer für die anstehenden Herbstferien ein spannendes Programm zum Lernen und Staunen.

Laga Kamp-Lintfort 2020
Landesgartenschau noch bis zum 25. Oktober
täglich von 9 bis 18 Uhr
Weitere Infos zu dem Herbstferienprogramm unter:
www.kamp-lintfort2020.de
Email: landesgartenschau@kamp-lintfort2020.de
Facebook @laga2020***; Instagram*** @landesgartenschau2020

* (Einlass 19:00 Uhr bis 21:30 Uhr)

LESEGENUSS, DER WIRKT:
REISEUMFELDER

Mehr Infos unter:
www.prisma.de/reise

Abgefahren: An Bord der Mardi Gras wird es eine Achterbahn geben.

Das bringt das ***Kreuzfahrt-Jahr 2020***

Mehr als zwei Dutzend neue Schiffe und eine ungebrochene Nachfrage: Kreuzfahrten erfreuen sich nach wie vor großer Beliebtheit.

von Sarah Schneidereit

Ein Kreuzfahrtschiff mit einer Achterbahn an Bord – was nach Science-Fiction-Film klingt, wird im Sommer 2020 Realität. Wenn die Mardi Gras ab August auf hoher See ist, wird sie eine rund 220 Meter lange Achterbahn an Deck haben. Die Passagiere können in einem Motorradartigen Wagen die Aussicht über das Meer genießen. Das Besondere: Die Achterbahnwagen werden elektrisch betrieben, und die Mardi Gras wird komplett mit dem umweltfreundlicheren Flüssiggas (LNG) statt mit Schweröl angetrieben.

Mehr als zwei Dutzend neue Kreuzfahrtschiffe stechen in diesem Jahr in See. Nicht alle davon sind so luxuriös und hochmodern ausgestattet wie die Mardi Gras. Doch eins beweist die lange Reihe der Indienststellungen: Die Faszination Kreuzfahrt ist ungebrochen. Trotz häufig diskutierter Umweltbelastung und Folgen durch Massentourismus zieht es die Menschen auf See. 2018 unternahmen laut Branchenverband Clia (Cruises Lines International Association) insgesamt 2,23 Millionen Deutsche eine Kreuzfahrt. Pünktlich zur ITB im März sollen die neuen Zahlen vorgestellt werden. Der Verband erwartet eine weiterhin positive Entwicklung.

Wer eine Kreuzfahrt bucht, muss nicht zwangsläufig ein schlechtes Gewissen haben. Immer mehr Reedereien setzen auf nachhaltigere Schiffsreisen. „Die Kreuzfahrtindustrie nimmt ihre Verantwortung für die Umwelt sehr ernst. Sie ist Vorreiter im maritimen Umweltschutz, obwohl sie weniger als ein Prozent der weltweiten Schifffahrt ausmacht“, sagt Helge Grammerstorf, National Director von Clia Deutschland. Weltweit habe die Kreuzfahrtindustrie bereits mehr als 20 Millliarden Euro in neue Technologien und sauberere Kraftstoffe gesteckt, um die Luftemissionen der Schiffe deutlich zu reduzieren. „So investiert die Branche beispielsweise in Technologien wie Abgasreinigungssysteme, Katalysatoren und Filter oder entwickelt gänzlich neue Antriebskonzepte“, sagt Grammerstorf. Hurtigruten stellt mit der Fridtjof Nansen ab April beispielsweise einen Neubau mit Hybridantrieb über Akkupacks in Dienst. Die Hotelkette Ritz Carlton präsentiert im Februar eine von drei neuen Jachten: die Evrima, die dank ihrer geringen Größe auch kleinere Stadthäfen ansteuern kann.

Zu den beliebtesten Zielen zählt laut Clia nach wie vor Nordeuropa. Knapp 30 Prozent der Kreuzfahrttouristen entscheiden sich für eine Reise Richtung Skandinavien. Das westliche Mittelmeer folgt mit rund 25 Prozent. Im Schnitt dauert eine Kreuzfahrt neun Tage.

Dass sich Kreuzfahrten längst nicht mehr nur bei Rentnern großer Beliebtheit erfreuen, ist auch den Anbietern bewusst. „Aktuell liegt das Durchschnittsalter der deutschen Kreuzfahrtpassagiere bei 49 Jahren. Aber wir sehen, dass Kreuzfahrten gerade bei jungen Menschen der Generation Z immer beliebter werden,“ sagt Helge Grammerstorf. Es werden verstärkt spezielle Touren für Alleinreisende, Instagram-Touristen und Frauengruppen angeboten. Es besteht zudem die Möglichkeit, auf Expeditionsschiffen bei Forschungsreisen dabei zu sein. Das mit Wind- und Sonnenenergie betriebene Eco Ship, das im April 2020 an den Start gehen soll, ermöglicht die Teilnahme an derartigen umweltschonenden Bildungsreisen.

Doch so ganz ohne Superlative geht es nicht, wenn man die Kreuzfahrtbranche betrachtet. Bereits für das kommende Jahr wurde eine weitere Sensation angekündigt: Mit der Global I soll das größte Kreuzfahrtschiff der Welt in See stechen. Und das natürlich auch mit einer Achterbahn an Bord.

Mehr zum Thema
Welche Kreuzfahrtschiffe dieses Jahr neu sind, erfahren Sie auf Seite 22.

Foto: Carnival Cruise Line

„Kreuzfahrt-Quartett“

Neue Schiffe 2020 – eine Auswahl

Name: Crystal Endeavor
Reederei: Crystal Cruise
Fertigstellung: spätestens Mitte 2020
Besonderheit: Nur 200 Passagiere sollen auf dem neuen Luxus-Expeditionsschiff mit Eisbrecher Platz finden.
Einsatz: Im August bricht das Schiff zur 17-tägigen Jungfernfahrt von Tokio aus in den fernen Osten Russlands und zu den japanischen Inseln auf.

Name: Ecoship
Reederei: Peace Boat
Fertigstellung: April 2020
Besonderheit: Das moderne Schiff wird unter anderem mit Wind- und Sonnenenergie angetrieben.
Einsatz: Der Name hält, was er verspricht: Das Ecoship wird nicht für klassische Kreuzfahrten, sondern für Forschungs- und Bildungsreisen eingesetzt.

Name: Fridtjof Nansen
Reederei: Hurtigruten
Fertigstellung: Anfang 2020
Besonderheit: Das Schiff, das in polaren Gebieten eingesetzt werden soll, wird über einen Hybridantrieb mit Akkupacks angetrieben.
Einsatz: Die ersten Reisen führen ab April von Hamburg aus an der norwegischen Küste entlang.

Name: Lady Diletta
Reederei: Inti Ligabue/ Plantours Kreuzfahrten
Fertigstellung: Die Indienststellung erfolgt im Mai 2020.
Besonderheit:
Das Flusskreuzfahrtschiff im italienischen Stil bietet 172 Passagieren Platz.
Einsatz: Geplante Zielgebiete sind Rhein und Mosel sowie Holland und Flandern.

Name: Mardi Gras
Reederei: Carnival Cruise Line
Fertigstellung: Die Auslieferung ist für August 2020 geplant.
Besonderheit: Als erstes US-amerikanisches Kreuzfahrtschiff wird die Mardi Gras komplett mit Flüssiggas (LNG) angetrieben. An Bord wird es eine Achterbahn geben.
Einsatz: Das Schiff soll ab Kopenhagen auf Jungfernfahrt gehen.

Name: Enchanted Princess
Reederei: Princess Cruises
Fertigstellung: Die Indienststellung ist für Juni 2020 angesetzt.
Besonderheit: Das Schiff ergänzt die sogenannte Royal-Klasse von Princess Cruises und ist für 3660 Passagiere ausgelegt.
Einsatz: Zuerst wird die Enchanted Princess von Rom nach Southampton fahren.

Name: MSC Virtuosa
Reederei: MSC
Fertigstellung: Die MSC Virtuosa ist bereits seit dem November 2019 im Einsatz.
Besonderheit: Die einzelnen Decks sind nach Musikinstrumenten benannt. Im Schiffsinneren befindet sich eine Promenade unter einem knapp 100 Meter langen LED-Himmel.
Einsatz: Ihre erste Saison verbringt sie im Mittelmeer.

Name: Evrima
Reederei: Ritz Carlton
Fertigstellung: Sommer 2020
Besonderheit: Das Schiff der Hotelkette soll bis zu 298 Passagiere fassen. Da es verhältnismäßig klein ist, kann es in vielen Stadthäfen liegen.
Einsatz: Mitte Juni soll die Evrima ab Barcelona in See stechen.

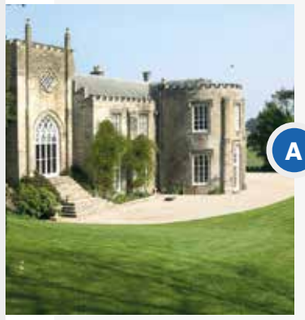
Fotos: Hurtigruten, Ecoship, MSC Ivan Sarfatti/MSC Rights, Princess Cruises, Plantours Reisen, The Ritz-Carlton Hotel Company, L.C.C., Carnival Cruise Line, Crystal Cruises

Cornwall -
Auf den Spuren von Rosamunde Pilcher

Am 6. Februar jährte sich der Todestag der Bestseller-Autorin Rosamunde Pilcher zum ersten Mal. Die Verfilmungen ihrer Romane begeistern seit über 25 Jahren ein Millionenpublikum – und immer mehr Fans begeben sich auf eine Reise zu den berühmten Drehorten. Cornwall lockt mit romantischen Küstenlandschaften, idyllischen Fischerorten und prächtigen Landsitzen.

von Brigitte Bonder

Rosamunde Pilcher: Schlangen im Paradies
Samstag, 8. Februar, 13.45 Uhr
ZDF



A

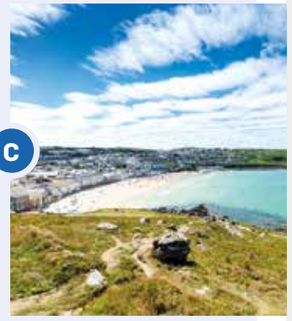
Prideaux Place bei Padstow

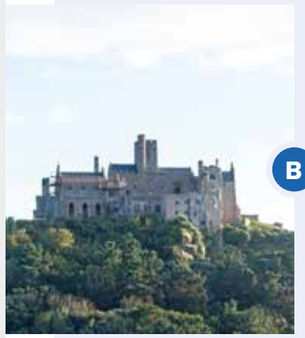
Das denkmalgeschützte Herrenhaus im Norden Cornwalls ist ein Muss für Fans der Rosamunde-Pilcher-Verfilmungen, denn es diente schon oft als Kulisse für die romantischen Geschichten. Seit über 400 Jahren wird das imposante Gebäude von der Familie Prideaux bewohnt, von Frühjahr bis Herbst finden einstündige Führungen zum Teil in deutscher Sprache statt.

St. Ives

Traumhaft weißen Sand und kristallklares Wasser findet man nicht nur in der Karibik, sondern auch an den Stränden der Künstlerkolonie St. Ives. Fans von Rosamunde Pilcher ist der Ort unter dem Namen „Porthkerris“ bekannt. In dem einst wichtigsten Fischereihafen der Region servieren die Restaurants noch heute frische Fischspezialitäten. Zahlreiche Ateliers laden zum Stöbern ein.

C





B

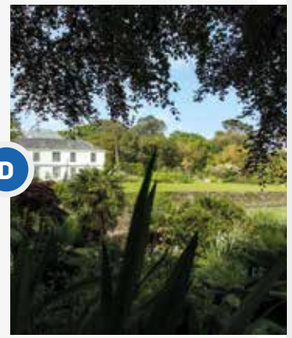
St Michael's Mount

Die Gezeiteninsel ist das Gegenstück zum französischen Mont Saint-Michel und spielte in den romantischen Filmen von Rosamunde Pilcher schon häufiger eine Rolle. Ein ehemaliger Pilgerpfad führt bei Ebbe hinüber zum Schloss, von dessen Zinnen sich ein traumhafter Blick über die Küste eröffnet. Sehenswert sind auch die Kapelle aus dem 12. Jahrhundert und der historische Schlossgarten.

Trebah Garden

Der prachtvolle Schluchtwaldgarten beeindruckt dank des milden Klimas in Cornwall mit zahlreichen exotischen Pflanzen. Im Frühling stehen Magnolien, Kamelien und hundertjährige Rhododendren in voller Blüte, im Sommer ist der Mammutbaum die größte Attraktion, und im Herbst leuchten die Hortensien. Verwunschene Pfade führen durch die exotische Pracht bis hinunter zum Strand.

D



Fotos: ©VisitBritain/ Adam Burton/ Ben Selway/Matt Jessop; Stepmap(2); imago stock&&people; Visit Cornwall, Matt Jessop

INTERVIEW
Mehr Tipps zum Thema nachhaltiges Reisen von TourCert-Geschäftsführer Marco Giraldo unter
www.prisma.de/reise

Fotos: GettyImages/ Thomas Jackson; EU Ecolabel; Blaue Schwalbe; Viabono; TourCert

Es muss nicht zwangsläufig die Flugreise in die Ferne sein: Auch in der näheren Umgebung gibt es attraktive Reiseziele.

Reisen *mit gutem Gewissen*

Es gibt einige Siegel im Bereich nachhaltiger Tourismus. Doch viele Urlauber wissen gar nicht, was sich hinter den Auszeichnungen verbirgt. Dabei können solche Zertifizierungen bei der Wahl eines Urlaubsortes oder einer Unterkunft durchaus eine Entscheidungshilfe sein.

von Sarah Schneidereit

Das European Ecolabel ist das offizielle Umweltzeichen der Europäischen Union, das an Unterkünfte und Campingplätze vergeben wird. Nationale Partnerorganisationen wie beispielsweise Umweltministerien kümmern sich um die Prüfung und die Vergabe. Eine unabhängige Prüfung vor Ort findet alle drei bis fünf Jahre statt.

Die Blaue Schwalbe ist eines der ältesten Öko-Label. Seit 1989 wird sie bereits von der „fairkehr Agentur“ und dem Magazin „Anderswo“ an Hotels, Pensionen, Gasthöfe und Campingplätze mit ökologischer Ausrichtung verliehen. Die Auszeichnung wird nach einer Selbsteinschätzung der jeweiligen Unterkünfte erteilt, die von der „fairkehr Agentur“ telefonisch, anhand von Bewertungen und Recherchereisen vor Ort überprüft wird. Zertifiziert werden vor allem Unterkünfte in Regionen, die ohne eigenes Auto oder Flugreisen erreichbar sind. Das Label gibt es in Deutschland, Österreich, Frankreich, Griechenland, Irland, Italien und der Schweiz.

2001 wurde Viabono als GmbH auf Initiative des Bundesumweltministeriums, des Umweltbundesamtes und verschiedener führender Branchenverbände gegründet – mit dem Ziel, nachhaltigen Tourismus in Deutschland zu fördern. Im Rahmen der Viabono-Zertifizierungen werden die betriebsspezifischen Kennzahlen in den Bereichen Endenergie, CO_2, Wasser und Abfall ermittelt und dann mit denen ähnlicher Betriebe verglichen. Für eine erfolgreiche Zertifizierung müssen die Vergleichswerte unterschritten werden. Lebensmittel aus der Region und aus fairem Handel sind eine zusätzliche Voraussetzung.

Das Siegel von TourCert wird nachhaltigen Reiseveranstaltern, Reisebüros, Unterkünften und auch Destinationen in Deutschland, Österreich, der Schweiz sowie weiteren Ländern weltweit verliehen. Alle zwei bis drei Jahre findet eine unabhängige Prüfung vor Ort statt. TourCert berät und begleitet zudem Tourismusunternehmen und Destinationen bei der Umsetzung von Nachhaltigkeitszielen.

Weitere Touren finden Sie unter:
www.prisma.de/magazin

Auf zwei Rädern die Idylle erobern

Fotos: JannHuizenga; Hanna_photo; Michael Schelbert / EyeEm; Martijn Adegeest / EyeEm; Cavlado GmbH; StepMap (2)

Wenn einer eine Reise tut... dann besteigt er heutzutage eher den Flieger oder ein Kreuzfahrtschiff. Nostalgiker fahren auch schon mal Bahn oder steuern gar den eigenen Pkw ins Urlaubsdomizil. Wir machen's diesmal ganz anders.

von Marcus Italiani

In Zeiten des Klimawandels und der zunehmend hektischen Lebensführung müssen Ferien vor allem das Ziel des Ausgleichs, des Herunterkommens verfolgen. Was steigert den Gedanken an Urlaubsidylle und Naturverbundenheit da mehr als ein Radurlaub? Rund 5,5 Millionen Deutsche hatten nach der Radreiseanalyse des Allgemeinen Deutschen Fahrrad Clubs (ADFC) 2019 diese Idee. Wir wollten das Abenteuer Zweiradreise testen und suchten uns drei Strecken heraus, die auch Anfänger stemmen können.

Zunächst steht die Vorbereitung an. Nach der favorisierten Tour muss man das geeignete Rad aussuchen und überprüfen, ob es überhaupt reisetauglich ist. Einen solchen Check-up kann man in jeder Fahrradwerkstatt durchführen lassen. Kette, Zahnrad, Bremsen, Bereifung, Gepäckträger, Packtaschenhalter – alles muss sich im besten Zustand befinden. Mit einem Termin sollte der Radreisende nicht bis zum letzten Tag warten, da gerade kurz vor und während der Ferienzeit ziemlicher Andrang in den Werkstätten herrscht und so manches Ersatzteil bestellt werden muss.

Auch sollte klar sein, mit welchem Fahrradtyp man welche Tour plant. Ein gutes Dreigang-Herrenrad mag eine gemäßigte Tour durch die Niederlande noch einigermaßen packen, aber in den Alpen nicht unbedingt für maximalen Fahrspaß sorgen. Dreiräder, die es mit und ohne Motor gibt, machen auch Menschen mit Bewegungseinschränkungen mobil, brauchen aber breitere Radwege oder gut ausgebaute Straßen. Vielleicht muss auch manches Wegstück per Zug oder anderem Transportmittel bewältigt werden. Auch hier sind Überraschungen wenig zweckdienlich.

Die Etappenplanung ist entscheidend, wenn man vorab Hotels buchen oder Campingplätze reservieren will. Stephanie Krone vom ADFC Deutschland sagt dazu: „Wir führen die ADFC-Radreiseanalyse schon seit über 20 Jahren durch – da zeichnet sich als langfristiger Trend ab, dass die von Radurlaubern zurückgelegten Distanzen insgesamt länger werden. Das liegt zum einen am Trend zum E-Bike, aber auch daran, dass immer mehr Menschen im Alltag Rad fahren und dadurch besser im Training sind. Durchschnittlich fahren Radreisende 69 Kilometer am Tag. Als Daumenregel würden wir Erwachsenen etwa 50 Kilometer am Tag empfehlen."

Das muss unbedingt mit!

Steht die Logistik, geht's ans Eingemachte: Die Packtaschen wollen befüllt werden – und zwar so, dass man an Dinge, die man oft braucht, leichter herankommt als an das Wechselspannbetttuch oder den Krimi, den man vor dem Einschlafen lesen will. Grundsätzlich gilt: Weniger ist mehr. Schließlich möchte man trotz des zusätzlichen Gewichts immer noch flott vorankommen. Einige Dinge sind hingegen unverzichtbar:

- Regenbekleidung
- Wechseloutfit
- Flickzeug/Werkzeug
- Sonnencreme
- Zecken-/Insektenschutz
- Getränke

Weitere Tipps gibt der ADFC Deutschland (*www.adfc.de*)

Mehr zum Thema
Reise lesen Sie auf:
www.prisma.de/reiselaune

Ob ruhiger Urlaub am Vorderen Gosausee in Österreich oder Erkundungstour in der Höllentalklamm in Bayern (r.) – es gibt viel zu entdecken.

Fotos: GettyImages/RomeoKim Photodiscfoto57/ Nick1982/ ru_

ReiseLaune mit prisma

Der Berg ruft

Wandervögel, Kletterbegeisterte und Panoramaliebhaber kommen in den nächsten Wochen wieder auf ihre Kosten, denn seit Mitte Juni ist die Corona-bedingte Reisewarnung für 27 EU-Staaten aufgehoben worden. Davon profitieren auch die alpinen Touristenmagneten Bayern und Österreich.

von Marcus Italiani

Ob auf dem Bauernhof, in der Ferienwohnung, der gemütlichen Pension oder im schicken Hotel: Oberbayern bietet für jeden Geschmack etwas und ist ein Volltreffer für Familien, die Natur, Berge, Kultur, tolles Essen und die pure Erholung genießen wollen. Das liegt vor allem an der Vielfalt der Region. Ob man zur schweren Bergtour aufbricht und beispielsweise die Höllentalklamm bei Grainau erkundet, lieber gemütlich mit dem Schiff zur Fraueninsel auf dem Chiemsee übersetzt oder vielleicht das berühmte Panorama vom Gipfel des Jenner am Königssee genießt: Es lässt sich viel erleben, aber auch gut ausspannen in Oberbayern.

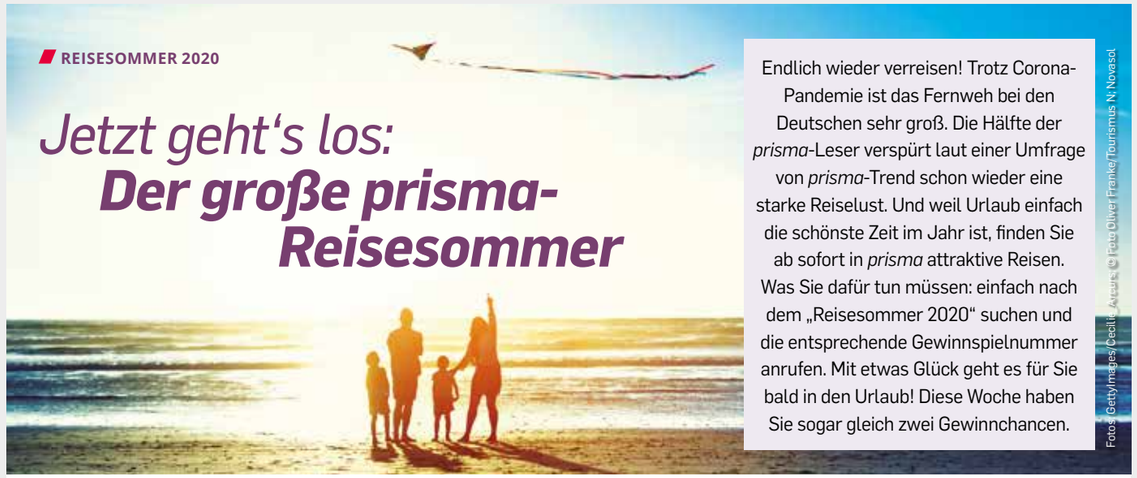
„Bayern hat in allen Regionen ausgezeichnete Wanderwege und -routen zu bieten", sagt Sylvia Freund von Bayern Tourismus. Eine ihrer Empfehlungen: eine Gipfeltour auf den Heuberg im oberbayerischen Inntal. Sehenswert soll auch der Kleine Falkenstein im Nationalpark Bayerischer Wald sein – besonders bei Sonnenuntergang. Ein guter Tipp für Familien ist laut Freund auch die erste vegetarische Berghütte von Wirtin Silvia Beyer bei Pfronten im Allgäu, denn der Weg ist auch mit dem Kinderwagen machbar. Oder der Wanderweg zum Weißmainfelsen unterhalb des Ochsenkopfs. Für weitere Ziele lohnt sich ein Blick auf *www.bayern.by*.

Natürlich ist Urlaub derzeit aufgrund von Corona-Vorsichtsmaßnahmen in einigen Bereichen speziell. „Auf den Wanderwegen sind Regeln zu Abstand und Hygiene einzuhalten, bei der Einkehr in die Hütten besteht Mund-Nasen-Schutz-Pflicht, und Hütten-Übernachtungen müssen reserviert werden. Das heißt, wir werden auch beim Wander- oder Hüttenurlaub in diesem Sommer mit Corona-Einschränkungen leben müssen. Aber wir sind überzeugt davon, dass das Erlebnis diese Einschränkungen bei Weitem wieder wett macht", sagt Sylvia Freund.

Im Nachbarland Österreich ist vor allem die Region Osttirol ein spannendes Ziel für Urlauber, die dem Bergruf folgen. Wandern, Klettern, Rafting, Mountainbiken oder einfach nur die Natur genießen: All das bietet das Tiroler Land. Und noch viel mehr: zum Beispiel den Wichtelpark bei Silian oder die „Sonnenstadt" Lienz mit ihrem Dolomitenbad und dem Kletterpark, die in unmittelbarer Nachbarschaft zur ausgegrabenen Römersiedlung Aguntum liegt.

Von der Pustertaler Höhenstraße aus kann man auf rund 30 Kilometern einen unvergleichlichen Blick auf das Pustertal und seine Schätze genießen. Natürlich sollte man sich auch einen Ausflug in das Zentrum des modernen Tiroler Lebens gönnen: Innsbruck bietet von allem etwas. Die Hauptstadt Tirols zeigt sich Touristen mit Goldenem Dachel, kaiserlicher Hochburg oder Hofgarten gerne von ihrer prachtvollen Seite. Weitere Infos bekommt man unter *www.tirol.at*. Die aktuellen Corona-Maßnahmen sind unter *www.austria.info* verfügbar.

WIN-WIN-SITUATION: GEWINNSPIELE



Jetzt geht's los: Der große prisma-Reisesommer

Endlich wieder verreisen! Trotz Corona-Pandemie ist das Fernweh bei den Deutschen sehr groß. Die Hälfte der *prisma*-Leser verspürt laut einer Umfrage von *prisma*-Trend schon wieder eine starke Reiselust. Und weil Urlaub einfach die schönste Zeit im Jahr ist, finden Sie ab sofort in *prisma* attraktive Reisen. Was Sie dafür tun müssen: einfach nach dem „Reisesommer 2020" suchen und die entsprechende Gewinnspielnummer anrufen. Mit etwas Glück geht es für Sie bald in den Urlaub! Diese Woche haben Sie sogar gleich zwei Gewinnchancen.

Fotos: GettyImages/Cecilie_Arcurs, © Foto Oliver Franke/Tourismus N. Novasol

Bad Salzuflen

prisma verlost einen Wohlfühl-Aufenthalt für zwei im „GlücksBad" der Gefühle.

Verlosung:
Einfach bis zum 10.7.2020 unter ***01379/885020**** anrufen und mit etwas Glück gewinnen.

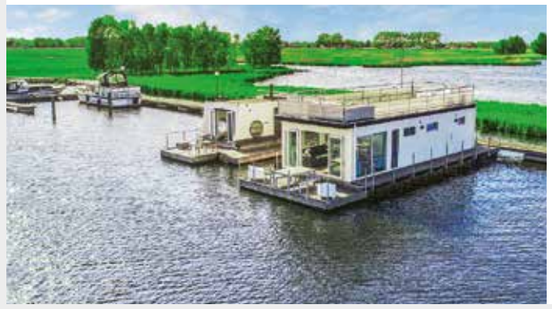
Ob beim Spazieren durch die Parkwelten, dem Besuch der neu eröffneten Wandelhalle oder beim Flanieren durch die Altstadt: In Bad Salzuflen lassen alle Besucher ihren Alltag hinter sich. *prisma* und die Tourist Information Bad Salzuflen verlosen zwei Kurzurlaube für jeweils zwei Personen. Das Reisearrangement „Weihnachtstraum" beinhaltet unter anderem drei Übernachtungen in einem Vier-Sterne-Hotel im Doppelzimmer mit Frühstück, ein adventliches Drei-Gänge-Menü im Restaurant und einen Thermenbesuch. Der Gewinn ist gültig zwischen dem 25. November und dem 18. Dezember 2020.
www.staatsbad-salzuflen.de

Niederlande

Gewinnen Sie einen NOVASOL-Ferienhaus-Gutschein im Wert von 1500 Euro.

Verlosung:
Einfach bis zum 10.7.2020 unter ***01379/885021**** anrufen und mit etwas Glück gewinnen.

Wo die Freiheit Holzschuhe trägt, machen Ferien jetzt besonders viel Spaß – in unserem relaxten, gastfreundlichen, lebensfrohen Nachbarland Holland: endlich wieder Wind im Haar beim Strandwandern, Wasser im Blick beim Radeln an Kanälen und Grachten und jede Menge Romantik.
Kinder werden über Nacht zu Strandpiraten und Abenteurern am Fluss, Eltern bekommen Kapitänsgefühle bei Bootstouren oder Kanu-Ausflügen. Und alle zusammen genießen die grenzenlose Freiheit im NOVASOL-Ferienhaus ohne Enge, ohne Nachbarn – dafür mit viel Natur.
www.novasol.de



*0,50 Euro/Anruf a. d. dt. Festnetz/Mobilfunk abweichend. Die Preise wurden *prisma* von den Kooperationspartnern unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Keine Barauszahlung der Preise möglich. Rechts- und Postweg sind ausgeschlossen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. *prisma*-Mitarbeiter und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Teilnahmebedingungen auf *www.prisma.de/agb*
Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Erhebung von Daten erfolgt ausschließlich zur Gewinnerziehung. Informationen zum Datenschutz unter *www.prisma.de/datenschutz*

prisma IMPRESSUM

Verlag: prisma-Verlag GmbH & Co. KG
Zülpicher Straße 10, 40549 Düsseldorf, Tel. 0211/505 28 666
info@prisma-verlag.de, *www.prisma-verlag.de*
Geschäftsführung: Christina Esser, Karsten Hundhausen
Chefredakteur: Stephan Braun (V.i.s.d.P.)
Digital/Crossmedia: Simon Goßen, Antje Rehse
Alle erreichbar unter redaktion@prisma-verlag.de
Verantwortlich für Anzeigen: Sven Retz
Herstellung: Claudia Tigges
Redaktion & Grafik: Rheinland Presse Service GmbH, Monschauer Str. 1, 40549 Düsseldorf, prisma@rheinland-presse.de **Redaktion:** Anja Kawohl (CvD), Felix Förster, Lara Hunt, Marcus Italiani, Sarah Schneidereit, Karin Werner
Grafik: SiMa-Design - Michael Sieger, Pascal Gerlach (AD)
Druck: Tiefdruck Schwann-Bagel GmbH & Co. KG, Grunewaldstraße 59, 41066 Mönchengladbach
Auflage: prisma Gesamt, Supplementverkauf wöchentlich: 6.689.742 Exemplare (IVW I/2020). Gültige Anzeigenpreisliste Nr. 45 vom 1.1.2020
Datenschutzbeauftragter: datenschutz@prisma-verlag.de

ReiseLaune mit prisma

Das Coronavirus hat die Reisepläne der meisten für das Jahr 2020 ordentlich durcheinandergebracht. So ganz auf Erholung und Abenteuer außerhalb der eigenen vier Wände müssen wir nicht verzichten. Der Reisesommer wird jedoch anders.

von Sarah Schneidereit

Schnell mal eben die Koffer packen und verreisen – in diesem Jahr gar nicht so einfach. Mindestens bis einschließlich 14. Juni gilt noch die weltweite Reisewarnung des Auswärtigen Amtes.

Doch die Lust zu verreisen, ist bei den Deutschen weiterhin vorhanden. Viele sehnen sich nach Erholung und wollen nach den Wochen in den eigenen vier Wänden wieder etwas anderes sehen. 69 Prozent der *prisma*-Leser wären einer Umfrage nach sehr wahrscheinlich dazu bereit, spontan eine Reise zu machen, wenn die Rahmenbedingungen stimmen würden.* Und die Tourismusbranche macht den Urlaubshungrigen Hoffnung, dass das Thema Reise in diesem Jahr noch nicht abgeschrieben werden muss. Erste Lockerungen und angepasste Hygienemaßnahmen sowie das Einhalten der Abstandsregeln in Hotels, Ferienanlagen und auf Campingplätzen machen es möglich.

„Der diesjährige Reisesommer wird sicherlich anders werden als die bisherigen", davon ist Norbert Fiebig, Präsident des Deutschen Reiseverbandes (DRV), überzeugt. Er blickt jedoch hoffnungsvoll in die Zukunft: „Zahlreiche Destinationen bereiten sich inzwischen auf Urlauber vor. Natürlich müssen wir immer genau hinschauen, was geht und was nicht geht und dabei die gesundheitlichen Gegebenheiten im Blick behalten. Daher sind die differenzierten Reisehinweise für uns so wichtig."

Die Bundesregierung müsse für Urlauber und Reisewirtschaft eine Perspektive schaffen und einen Zeitplan entwickeln, wann Auslandsreisen unter Einhaltung der Gesundheitsstandards möglich sein werden. „Dazu haben wir ein Positionspapier entwickelt, das Reisen in Corona-Zeiten sicherer machen soll. Es zeigt entlang der Reisekette – beginnend bei der Buchung im Reisebüro über Flughafen und Flugzeug, weiter mit dem Bustransfer bis ins Hotel – verschiedenste Maßnahmen auf, die helfen, das Infektionsrisiko auf das notwendige Mindestmaß zu reduzieren, indem die wichtigen Hygiene- und Abstandsregelungen eingehalten werden", erläutert Fiebig.

Statt Fernziele sind vor allem die Reisen innerhalb der Landesgrenzen gefragt. Sauerland, Eifel, Bayerischer Wald, Sächsische Schweiz sowie Nord- und Ostsee sind nur einige der Urlaubsregionen, die von der erhöhten Nachfrage profitieren dürften.

*von 849 Antworten einer Blitzumfrage Mitte Mai bei prismaTrend

Mehr Infos

Die Rechtslage kann sich sehr schnell ändern, und in den einzelnen Bundesländern gibt es teilweise unterschiedliche Bestimmungen, was Vermietungskonzepte und Vorsichtsmaßnahmen betrifft. Daher ist es sinnvoll, sich vor der Buchung und auch vor der Abreise bei den einzelnen Tourismusverbänden der Länder zu informieren, beispielsweise im Internet unter: ***deutschertourismusverband.de***

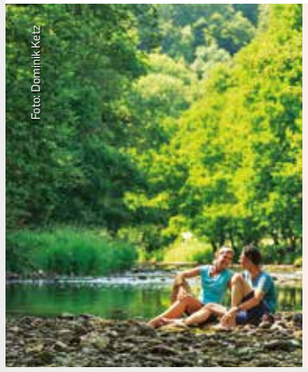


Foto: Dominik Ketz

VERLOSUNG

Mit prisma ins Bitburger Land

Gewinnen Sie Aktiv-Urlaub und Zeit zu zweit in der schönen Eifel.

Gemeinsam raus aus dem Alltag und rein in eine idyllische Umgebung, um sich als Paar neu zu finden oder um eine frische Beziehung zu festigen. Die Südeifel, genauer die Ferienregion Bitburger Land, bietet eine Landschaft wie ein Liebeszauber. *prisma* und die Tourist-Info Bitburger Land verlosen 1 x 2 Übernachtungen im DZ/Frühstück im Gasthaus Herrig in Meckel und 1 x 2 Übernachtungen im DZ/Frühstück im Dorint Seehotel & Resort in Biersdorf am See. Mehr unter
www.eifel-direkt.de/prisma

Verlosung:
Einfach bis zum 5.6.2020 unter ***01379/88 50 22**** anrufen und den Wunschpreis (zwei Übernachtungen im Gasthaus Herrig oder zwei Übernachtungen im Dorint Seehotel & Resort) nennen.

*0,50 Euro/Anruf a. d. dt. Festnetz/Mobilfunk abweichend. Die Preise wurden *prisma* vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Keine Barauszahlung der Preise möglich. Rechts- und Postweg sind ausgeschlossen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. *prisma*-Mitarbeiter und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Teilnahmebedingungen auf *www.prisma.de/agb*
Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
Die Erhebung von Daten erfolgt ausschließlich zur Gewinnerziehung. Informationen zum Datenschutz unter *www.prisma.de/datenschutz*

ACTIONTHRILLER **23.00 ZDF**

No Escape – Renn um Dein …

Der Ingenieur Jack Dwyer (Owen Wilson, Foto) ist mit seiner Familie nach Südostasien gezogen. Dort will er den Bewohnern Zugang zu sauberem Wasser verschaffen. Der Ort erweist sich als gefährlich. **bis 0.35 Uhr** ★★

SPORT-HIGHLIGHTS

Snooker: WM 2. Runde, live (11.00, Eurosport)

Formel 1: GP zum 70. Jubiläum Qualifying, live (14.45, RTL)

Leichtathletik: Deutsche Meisterschaften u. a. Stabhochsprung Damen, live (17.10, Das Erste)

Beachvolleyball: Road to Timmendorfer Strand 2. Tag, Herren, live (19.00, Sport1)

ONE

9.25 ★★ Urlaub mit kleinen Folgen. Liebeskomödie, D 2010 **10.55** ★★ Die Spätzünder. Tragikomödie, A/D 2010 **12.30** Brisant **13.10** extra 3 **14.25** Geld.Macht.Liebe. Familiensaga

18.10 ★★ **Miss Sixty** Komödie, D 2014, mit Iris Berben

19.45 NightWash

20.15 ★★ **Der Kroatien-Krimi: Der Mädchenmörder von Krac** Kriminalfilm, D 2019

21.40 ★★ **Das Lied in mir** Familiendrama, D/ARG 2010

RTL ZWEI

8.15 X-Factor: Das Unfassbare **10.15** Die Schnäppchenhäuser **12.15** Die Schnäppchenhäuser **14.15** „Die Schnäppchenhäuser" Spezial. Doku-Soap **16.15** Zuhause im Glück Doku

18.15 Zuhause im Glück – Unser Einzug in ein neues Leben Doku-Soap

20.15 Dickes Deutschland – Unser Leben mit Übergewicht Reportage

0.15 exklusiv – Die Reportage U. a.: Glatze, Glamour, Damenbart!

KABEL 1

8.10 Hawaii Five-0 Krimiserie **9.05** Without a Trace Krimiserie **11.00** Castle Krimiserie **15.30** Scorpion. Schiffe versenken **16.25** News **16.35** Scorpion Super Fun Guys / Der Wurm

18.25 Scorpion Actionserie. Brennendes Inferno / Auf Der Kontrolle

20.15 Hawaii Five-0 Ausgetanzt / Finstiche / Die Schöne und das Biest

1.05 Hawaii Five-0 Krimiserie Ausgetanzt Mit Scott Caan (Wh.)

sonnenklar.TV

15.30 Fernweh Besiegen mit sonnenklar. TV **16.00** Die Top 3 des Tages **16.15** Nächste Ausfahrt Urlaub **16.30** AdW Show: Angebot **17.00** Reisebazar **18.00** AdT Show **18.15** Urlaubscockt.. Magazin

19.00 Reisecharts

19.15 Urlaub für ALLE

19.30 Reisecharts

20.00 AdT Show

20.15 Labranda Entdecken Sie attraktive LABRANDA Hotels.

21.00 Urlaubsträume Finden Sie das passende Angebot bei sonnenklar.TV

21.30 Infomercial

ZDF INFO

15.45 Indonesien – ungezähmt **18.00** Faszinierende Erde **20.15** Wilder Planet. Erdbeben / Stürme / Vulkane **22.30** Vulkane in Neuseeland. Dokumentation **0.00** Indonesien – ungezähmt

TELE 5

18.20 Sea Patrol **20.15** ★ Fürst der Finsternis. Horrorfilm, RUS 2017 **22.05** ★ The Night Train. Horrorfilm, RUS 2015 **23.45** ★ Der Ritter der Apokalypse. Thriller, USA/CDN 1998

SAT.1 GOLD

16.50 Diagnose: Mord **20.15** ★★ Bis dass der Tod uns scheidet. Drama, D 2008 **22.00** ★★ Verbotenes Verlangen – Ich liebe meinen Schüler. Drama, D 2000 **23.50** Kommissar Rex

EUROSPORT

14.00 LIVE Radsport **15.30** Radsport: Mailand-San Remo **15.50** LIVE Radsport: Mailand-San Remo **18.45** Formel E **19.00** LIVE Formel E **20.00** LIVE Snooker: WM. 2. Runde **23.00** Snooker: WM

WELT

19.05 Harmony of the Seas **20.00** Nachrichten **20.05** Fast Food – Das Milliarden-Business **21.05** Die Megawohnblöcke **23.05** Megakonstruktionen **0.05** Hidden Places. Reportage

SERVUS TV

18.05 Arbeiten am Limit **18.10** Planet Erde **19.10** Terra Mater **20.10** Wetter **20.15** ★★ Crazy Heart. Drama, USA 2009, mit Jeff Bridges **22.15** ★★ Spurlos. Thriller, USA 93, mit J. Bridges

RTL PLUS

11.00 Das Jugendgericht **13.30** Das Familiengericht. Doku-Soap **16.50** Das Strafgericht. Show **20.15** Im Namen des Gesetzes. Der Diplomat / Tod im Netz **22.00** Law & Order

SPORT 1

16.00 Die PS-Profis **18.30** Motorsport: Porsche Supercup **19.00** LIVE Beachvolleyball: Road to Timmendorfer Strand **20.00** Sport-Quiz **23.00** Sexy Alm **0.30** Sport-Clips. Show

N-TV

20.15 Giganten der Geschichte. Doku-Reihe **21.05** Giganten der Geschichte **22.00** Nachrichten **22.10** Die ganze Wahrheit **23.00** Nachrichten **23.10** Die ganze Wahrheit

NITRO

17.35 Drehkreuz des Drogenschmuggels **18.25** Das A-Team **20.15** Medical Detectives. Doku **21.05** Born to Kill **22.00** Charles Manson **23.40** Born to Kill **0.30** Born to Kill

SIXX

12.50 Sweet & Easy **13.50** Sweet und Easy – Enie backt. Show **14.50** Promi Big Brother **18.20** Sailor Moon **20.15** Fixer Upper Doku **23.55** LIVE Promi Big Brother

DMAX

18.15 Die Aquarium-Profis **19.15** Die Baumhaus-Profis **20.15** Steel Buddies **22.15** NEU Aaron Kaufman: Der Extrem-Praktikant. Doku **23.15** Richard Hammond's BIG

VERLOSUNG

Mit *prisma* nach ***Bad Driburg***

Weite Landschaften, idyllische Rad- und Wanderwege, der imposante Gräfliche Park sowie die wohltuenden Quellen und das Naturmoor sind Garanten für einen erholsamen Urlaub in Bad Driburg. Wandern Sie durch den Naturpark Teutoburger Wald / Eggegebirge und sammeln Sie neue Kraft mit den natürlichen Heilmitteln inmitten des Heilgarten Deutschlands. Infos finden Sie unter ***www.bad-driburg.com*** und ***www.teutoburgerwald.de/gesundheit***

Verlosung:
prisma, die Bad Driburger Touristik GmbH und Teutoburger Wald Tourismus verlosen eine Moorwoche für zwei Personen in Bad Driburg. Einfach bis zum 14.8.2020 unter der Telefonnummer ***01379/888512**** anrufen und mit etwas Glück gewinnen. Der Gutschein ist während der Sommersaison 2020 oder 2021 gültig.

*0,50 Euro/Anruf a. d. dt. Festnetz/Mobilfunk abweichend. Der Preis wurde *prisma* vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Keine Barauszahlung des Preises möglich. Rechts- und Postweg sind ausgeschlossen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. *prisma*-Mitarbeiter und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Teilnahmebedingungen auf *www.prisma.de/agb*

Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Erhebung von Daten erfolgt ausschließlich zur Gewinnerziehung. Informationen zum Datenschutz unter *www.prisma.de/datenschutz*

Foto: Bad Driburger Touristik GmbH/Frank Grawe

Treppenlifte ab 2.999 €
☎ 06201 / 25 60 61 91
D.Missner • 32429 Minden • An der Dorfeiche 1
www.missner-treppenlifte.de

Badewannen-Lifte
Prospekte anfordern
☎ 0800 960 1000
gebührenfrei 24h / 7 Tage erreichbar
www.idumo.de
KEINE Installation nötig
Absenkbar bis zum Wannenboden
Auch als Luftkissen!
iDuMo

VITAL® vital-mobil.de
Elektromobile
Hersteller
18 verschiedene Modelle - Neu & Gebraucht
Prospekt-Tel: 02351/953060
Auch für den Golfplatz

Treppenlift
Service & Montage übernimmt unser Hersteller
Sehr preiswert
Neu oder gebraucht
Rufen Sie kostenlos an
0800-234 5655
www.minova-lift.de

MovingStar
LEICHTE FALTBARE ELEKTROMOBILE
STARK, WENN DIE BEINE SCHWACH WERDEN
JETZT 3 TAGE KOSTENFREI TESTEN!
Jetzt anrufen, morgen zu Hause testen!
0800 0 99 66 55
(kostenfrei)
www.moving-star.de

TV

Foto: ZDF/Uwe Frauendorf

Kim Mattern (Amy Mußul) und Janek (Dennis Kamitz)

Das komplette Interview lesen Sie auf: www.prisma.de/magazin

„Einen Plan B hatte ich nie"

Amy Mußul spielt Kommissarin Kim Nowak in SOKO Leipzig. *prisma* hat sie verraten, warum ihr gerade die Fehler ihrer Serienfigur so gut gefallen.

von Lara Hunt

Frau Mußul, Sie spielen bei SOKO Leipzig die Kommissarin Kim Nowak. Was schätzen Sie besonders an ihr?

Amy Mußul: Sie ist mir richtig ans Herz gewachsen, und ich kann viel von der Figur lernen – auch für mich und meinen Beruf. Man bekommt immer wieder neue Einblicke in ihre Persönlichkeit. Das macht es spannend, sie zu spielen, und ich schätze das sehr.

Gibt es auch etwas, das Sie an der Figur so gar nicht leiden können?

Nein, weil ich auch für ihre Fehler Empathie entwickelt habe. Gerade drehen wir eine Folge, in der Kim einen wirklich großen Fehler macht. Sie hat etwas getan, das moralisch falsch ist. Etwas, von dem man sagen würde: Das macht man nicht. Doch durch diesen Fehler wird die Figur facettenreicher, menschlicher und greifbarer, und ich fühle mich ihr so nah wie noch nie. Da fängt man an, tiefer zu graben und sich als Schauspieler zu fragen: Warum hat sie das getan? Was ist mit ihr passiert? Dadurch kann man die Rolle richtig entwickeln. Da tun sich Abgründe auf – das ist total spannend.

Sie stehen seit Ihrem sechsten Lebensjahr vor der Kamera. Es gab nie einen Moment in Ihrer Jugend, in dem Sie keine Lust mehr darauf hatten?

Nein, den gab es wirklich nie. Ich habe mich eher gefreut, so etwas Schönes zu machen und etwas gefunden zu haben, das mir wirklich Spaß bereitet. Meine Mitschüler hatten da Phasen, in denen sie unsicher waren und sich gefragt haben: Was will ich später nur werden? Und ich dachte: Geil, ich habe etwas gefunden, das ich machen will und das mich erfüllt. Einen Plan B hatte ich nie.

Sie spielen eine SOKO-Leipzig-Kommissarin, Ihr Partner Rick Okon spielt einen Tatort-Kommissar. Reden Sie privat viel über Ihre Arbeit?

Natürlich bespricht man schon mal, wie der Drehtag lief, wie man Szenen spielen könnte oder fragt sich gegenseitig Text ab. Aber wir beide haben auch ein Leben fernab der Arbeit, sodass der Ausgleich nicht zu kurz kommt.

Das ist Ihre erste Rolle als Kommissarin. Wie gefällt Ihnen die Verbrecherjagd?

Es macht einfach Spaß! Ich habe tolle Kollegen, wir arbeiten supergut und harmonisch zusammen, und ich freue mich jeden Tag, ans Set zu gehen und spielen zu können. Die Rolle der Kim Nowak ist für mich ein Geschenk, und auch die Vorbereitung war aufregend. Ich habe unter anderem ein Schießtraining absolviert. Es ist toll, in so einem abwechslungsreichen Beruf zu arbeiten.

SOKO Leipzig
Staffel 20,
ab 28. August,
21.15 Uhr

VERLOSUNG

Mit *prisma* ***nach Bad Sassendorf***

Bad Sassendorf hat sich neu aufgestellt. Der sauerländische Kurort bietet einen modern gestalteten Kurpark, dessen Zentrum das 73 Meter hohe Gradierwerk bildet. Die Wandelgänge des Werkes führen über drei Ebenen und sind auch barrierefrei erreichbar. Im Kopfbauwerk ist eine Bühne, auf der Veranstaltungen stattfinden können. In der benachbarten Börde-Therme können die Besucher entspannen. *prisma* verlost eine Reise für zwei Personen, die die neue Bade- und Saunalandschaft – darunter das einzigartige Sole-Schwebebecken in Bad Sassendorf – erleben können. Mehr Infos finden Sie unter ***www.badsassendorf.de***

Verlosung:
prisma und Bad Sassendorf verlosen eine Relax-Woche für zwei Personen inklusive sechs Übernachtungen mit Frühstück im Vier-Sterne-Hotel Der Schnitterhof. Einfach bis zum 28.8.2020 unter der Telefonnummer ***01379/885027**** anrufen und mit etwas Glück gewinnen.

Foto: Volker Beushausen

*0,50 Euro/Anruf a. d. dt. Festnetz/Mobilfunk abweichend. Die Preise wurden *prisma* vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Keine Barauszahlung des Preises möglich. Rechts- und Postweg sind ausgeschlossen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. *prisma*-Mitarbeiter und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Teilnahmebedingungen auf *www.prisma.de/agb*. Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Erhebung von Daten erfolgt ausschließlich zur Gewinnerziehung. Informationen zum Datenschutz unter *www.prisma.de/datenschutz*

Männer zeigen Bein

In diesem Sommer geht es auch bei den Herren recht luftig zu. Denn Männer dürfen Bein zeigen. Und das nicht nur in der Freizeit. Die kurzen Hosen halten ebenso in der Business-Welt Einzug. Während sie hier allerdings wie klassische Anzughosen geschnitten sind, sitzen sie nach Feierabend eher kurz, bequem und locker. Allerdings ist das coole Outfit am Arbeitsplatz nicht bei Unternehmen mit Dresscode gern gesehen: Also lieber erst mal den Chef fragen.

Poloshirts in kräftigen Farben sind genauso ein Muss wie lässige Blousons und weit geschnittene Reversehemden – gerne auch mit floralen Prints. Magnum lässt grüßen! Wer Anzüge bevorzugt und es cool mag, greift neben klassischem Blau und Grau zu Farben zwischen Gips und Off-White. Dazu eine Cross-Body-Bag – that's it!

Reversehemden sind wieder „in". Magnum (Tom Selleck) lässt grüßen.

VERLOSUNG

Urlaub in Schmallenberg

Genießer, Aktivurlauber und auch Familien kommen im Schmallenberger Sauerland auf ihre Kosten. Wanderer können beispielsweise den Rothaarsteig oder den WaldSkulpturenWeg erkunden, auf Radler wartet der familienfreundliche Sauerland-Radring. Wer gerne Golf spielt, wird sich über den hoteleigenen 18-Loch-Golfplatz des Ferienhotels Stockhausen in Sellinghausen freuen. Das familiengeführte Ferien-, Sport- und Wellnesshotel Stockhausen liegt idyllisch am Ortsrand. Die abwechslungsreiche Landschaft bietet ideale Voraussetzungen für einen erholsamen Urlaub. Gediegener Komfort, behagliche Zimmer und Kinderfreundlichkeit haben das Hotel zu einem beliebten Treffpunkt werden lassen.

www.ferienhotel-stockhausen.de

Verlosung:
prisma verlost einen Hotelgutschein für zwei Personen inklusive fünf Übernachtungen mit Halbpension im Ferienhotel Stockhausen.

Einfach bis zum 13.3.2020 unter ***01379/88 50 20**** anrufen. Viel Glück!

*0,50 Euro/Anruf a. d. dt. Festnetz/Mobilfunk abweichend. Die Preise wurden *prisma* vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Keine Barauszahlung des Preises möglich. Rechts- und Postweg sind ausgeschlossen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. *prisma*-Mitarbeiter und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Teilnahmebedingungen auf *www.prisma.de/agb* Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Erhebung von Daten erfolgt ausschließlich zur Gewinnerziehung. Informationen zum Datenschutz unter *www.prisma.de/datenschutz*

...natürlich gegen Sodbrennen

- wirkt schnell und anhaltend
- höchste Säurebindung ohne Nebenwirkungen
- wertvolle Mineralien und Spurenelemente
- reines Naturarzneimittel aus Deutschland, vegan

Luvos® HEILERDE

www.luvos.de

Adolf Justs Luvos® Heilerde 1 fein. Pulver zum Einnehmen. Wirkstoff: Heilerde. Traditionell angewendet als mild wirkendes Arzneimittel bei Sodbrennen, säurebedingten Magenbeschwerden und Durchfall. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilerde-Gesellschaft Luvos Just GmbH & Co. KG, Otto-Hahn-Straße 23, 61381 Friedrichsdorf.

VERLOSUNG

Wandererlebnis in Österreich

Dichte Wälder, eine ursprüngliche Hochgebirgslandschaft und mittendrin die 2454 Meter hohe Bischofsmütze. Das Salzburger Feriendorf Filzmoos in Österreich bietet eine Kulisse wie im Spielfilm. Vom Hotel Walchhofer's Alpenhof geht es täglich auf geführte Wanderungen durch die beeindruckende Natur. Außerdem erwartet die Hotelgäste ein Wellnessbereich mit Saunawelt und Badelandschaft, unter anderem mit Felsenbad und Naturschwimmteich.

www.alpenhof.com

Verlosung:
prisma und Walchhofer's Alpenhof verlosen sieben Übernachtungen im Doppelzimmer inklusive Halbpension für zwei Personen. Einfach bis zum 4.9.2020 unter der Telefonnummer ***01379/885028**** anrufen und mit etwas Glück gewinnen.

*0,50 Euro/Anruf a. d. dt. Festnetz/Mobilfunk abweichend. Der Preis wurde *prisma* vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Keine Barauszahlung des Preises möglich. Rechts- und Postweg sind ausgeschlossen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. *prisma*-Mitarbeiter und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Teilnahmebedingungen auf *www.prisma.de/agb*

Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Erhebung von Daten erfolgt ausschließlich zur Gewinnerziehung. Informationen zum Datenschutz unter *www.prisma.de/datenschutz*

Anzeige

Rund 50 Prozent der über 65jährigen Deutschen leiden unter Schlafstörungen

Neues aus der Wissenschaft

Schlafstörungen bei Senioren

Schlafstörungen nehmen mit dem Älterwerden zu. Man schläft nicht mehr so gut ein, die Tiefschlafphasen sind verkürzt und der Schlaf wird leichter gestört, beispielsweise durch Geräusche

Mit dem Alter wird es schwieriger, nachts ein- und durchzuschlafen. Wer deshalb zum Schlafmittel greift, muss informiert sein. Darauf weist auch Dr. Hans-Günter Weeß von der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) hin: Schlafstörungen sind eine Volkskrankheit, die oft nicht angemessen behandelt wird.*

Das intelligente Schlafmittel

Damit man schlafen kann, braucht das Gehirn ein Zeichen zum Runterfahren. Das erledigt der Körper im Normalfall mit seiner Gamma-Amino-Buttersäure, kurz GABA genannt. GABA leitet einen starken Entspannungs-Impuls zum „GABA-Rezeptor". Der gibt das Signal: Aktivität drosseln! Man kommt zur Ruhe, wird angenehm müde und der erholsame Schlaf stellt sich ein. Doch mit zunehmendem Alter gibt der Körper immer weniger GABA frei. Dadurch fehlt gerade Senioren der entscheidende Impuls für den Schlaf. Exakt hier setzt die Wirkung der Passionsblume an. Ganz natürlich fördert diese Heilpflanze den Schlaf, indem sie den Körper veranlasst, wieder genug GABA bereit zu stellen, untermauert die Wissenschaft.

GABA im Focus der Wissenschaft

US-Forscher haben erstmals entdeckt, dass Patienten mit Schlafstörungen niedrigere Werte des Botenstoffes GABA haben als der Durchschnitt. Je geringer die Werte, desto ausgeprägter waren die Schlafstörungen.*

Die Wirkung überzeugt

Lioran centra (Apotheke, rezeptfrei) ist das junge pflanzliche Schlafmittel aus der Passionsblume mit der wohltuenden Zweifach-Wirkung für die ganze Nacht. Einerseits kann man durch die abendliche Einnahme von 1 bis 2 Lioran centra-Dragees gut einschlafen. Andererseits findet man beim Aufwachen in der Nacht entspannt in den Schlaf zurück. „Nach langer Suche und anderen pflanzlichen Schlafmitteln, die ich eingenommen hatte, bin ich auf Lioran centra gestoßen. Ich bin begeistert über den Erfolg bei meinen Einschlaf- und Durchschlafproblemen, die sich merklich verbessert haben. Endlich habe ich das richtige Produkt gefunden", schreibt ein Apotheken-Kunde*.

Gut schlafen.
Gut durch den Tag.

*https://www.aerztezeitung.de, Lioran centra. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Anwendungsgebiet: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Förderung des Schlafes. Traditionelles Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Lioran. Anwendungsgebiete: Nervöse Unruhezustände. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Ihren Arzt oder Apotheker. Niehaus Pharma GmbH & Co.KG, 55218 Ingelheim

*quarz-apotheke.de, *aerztezeitung.de, *shop-apotheke.com

KAMPF DEM CORONA-BLUES: PRISMA GIBT TIPPS FÜR AHA-KONFORME FREIZEIT-GESTALTUNG

Tipps für **Daheim**

Gerade Kindern wird in der Wohnung auf Dauer schnell langweilig. Dabei gibt es tolle Beschäftigungsmöglichkeiten, die Spaß machen und für Abwechslung sorgen. *prisma* zeigt, wie Familien die Zeit daheim gut nutzen können, ohne dass Langeweile aufkommt. Leckere Tassenkuchen, lustige Spiele, bunte Knete und fantasievolle Ausmalbilder versprechen jede Menge Unterhaltung.

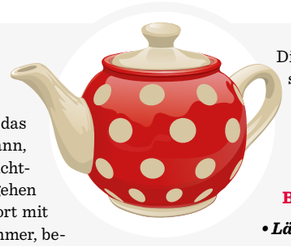
von Lara Hunt, Sarah Schneidereit und Mariel Bernert

Tassenkuchen

Auch die Küche bietet jede Menge Mittel gegen Langeweile. Wer es schnell und unkompliziert haben will, kann in der Mikrowelle Tassenkuchen backen. Dafür haben auch kleinere Kinder Geduld, es schmeckt auch den Großen und ist in ein paar Minuten fertig.

Zutaten: 1 Ei, 2 EL Zucker, 5 EL Mehl, 30 g Butter, ½ TL Backpulver
Zubereitung: Die Butter in eine Tasse geben und in der Mikrowelle schmelzen, die restlichen Zutaten unterrühren und in der Mikrowelle circa. 90 Sekunden bei 800 Watt backen. Fertig ist der Kuchen in der Tasse.
Tipp: Wer mag, kann Schokolade, Nüsse oder Obst unterrühren.

Spielanleitung Teekesselchen:



Das „Teekesselchen" ist im Spiel ein Wort, das zwei oder mehrere Bedeutungen haben kann, wie zum Beispiel die Birne: Obst und Leuchtmittel. Zwei Spieler werden ausgewählt, gehen aus dem Raum und überlegen sich ein Wort mit doppeltem Sinn wie Birne. Zurück im Zimmer, beginnen sie sich darüber zu unterhalten. Aber anstatt des Wortes Birne benutzen sie den Begriff „Teekesselchen":

Spieler 1: Mein Teekesselchen schmeckt lecker.
Spieler 2: Mein Teekesselchen macht alles hell.
Spieler 1: Mein Teekesselchen kann braun, manchmal grün oder gelb sein.
Spieler 2: Mein Teekesselchen kann leicht zerbrechen...

Die anderen Mitspieler müssen erraten, um welches Wort es sich handelt.

Sobald die Lösung gefunden wurde, darf der Sieger mit einem neuen Spielpartner ein neues Teekesselchen absprechen, und die nächste Runde beginnt.

Beispiele für das Teekesselchen:

- ***Läufer*** (schmaler Teppich – Sportler)
- ***Tor*** (Treffer beim Fußball – Pforte)
- ***Eselsohr*** (Ohr des Grautieres – Knick in der Buchseite)
- ***Fingerhut*** (Pflanze – Fingerschutz zum Nähen)
- ***Bank*** (Sitzgelegenheit – Geldinstitut)
- ***Fliege*** (Insekt – Schlips)
- ***Pony*** (Stirnfrisur – kleines Pferd)

Knete selbst herstellen

Wer mag, kann Knete ganz einfach selbst zu Hause machen. Achtung: Da hier viel Salz verarbeitet wird, sollte die Knete nicht gegessen werden.

Zutaten: 1 Tasse lauwarmes Wasser, 4 Tassen Mehl, ½ Tasse Salz, 2 EL Öl, Lebensmittelfarbe
Zubereitung: Alle Zutaten (bis auf die Farbe) miteinander vermengen und gut durchkneten. Aufteilen und mit der gewünschten Lebensmittelfarbe einfärben.
Tipp: Die Knete hält sich über mehrere Tage in gut verschlossenen Tupperdosen.

Ausmalbilder aus dem Netz

Um etwas gegen die Langeweile in den eigenen vier Wänden während der Kontaktsperre zu unternehmen, hat sich die freie Illustratorin Gisela Gramsch aus Raguhn-Jeßnitz (Sachsen-Anhalt) etwas Besonderes ausgedacht: Sie hat zahlreiche Ausmalvorlagen ins Internet gestellt, die kostenlos heruntergeladen und zu Hause mit der ganzen Familie coloriert werden können. Die Auswahl reicht von Motiven für Kinder, Landschaftsbildern, Fabelwesen bis hin zu Vorlagen aus der Architektur. Das Angebot „colorsvscorona" richtet sich ausdrücklich auch an Erwachsene. Mehrere Studien haben übrigens gezeigt, dass Ausmalen sich positiv auf das Gehirn auswirkt und einen ähnlichen Effekt wie Meditation haben kann.

www.colorsvscorona.com

Fotos: GettyImages/ Jean-Philippe Wallet/ OlgaDan/ Vladimir Godnik; CvsC

Noch mehr Gesundheitsthemen:
www.prisma.de/gesundheit

ARZT-KOLUMNE

Reisen während der **Corona-Pandemie**

„Ich plane, während der Sommerferien mit dem Wohnmobil zwei Wochen durch Europa zu reisen. Was muss ich beachten, um mich und meine Familie bestmöglich vor SARS-CoV-2 zu schützen?", mit dieser Frage wandte sich kürzlich ein 38-jähriger Familienvater an mich.

Grundsätzlich gilt: Reisende sollten sich vor Antritt der Reise unbedingt darüber informieren, welche Regeln in ihrem Urlaubsland und der besuchten Region gelten. Denn je nach aktuellem Infektionsgeschehen wird es regional sehr unterschiedliche Vorschriften geben. Auch die Regeln zur Einreise werden sich zum Teil kurzfristig ändern, wenn die Infektionszahlen sinken oder steigen.

In der aktuellen Situation rate ich, auch im Ausland die geltenden Hygieneregeln des Robert-Koch-Instituts (RKI) und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) unbedingt einzuhalten. Zu diesen zählt neben sorgfältigem und häufigem Händewaschen unter anderem auch die Abstandsregelung: Der Abstand zu Menschen, die nicht im gleichen Haushalt leben, sollte 1,5 Meter betragen. Wo dies nicht möglich ist – beispielsweise in Geschäften oder an belebteren Orten – empfiehlt sich das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes. Dieser ist in Europa oftmals, wie in Deutschland auch, vorgeschrieben und gehört in ausreichender Menge ins Reisegepäck. Denken Sie auch daran, dass bei höheren Temperaturen ein häufigerer Wechsel des Mund-Nasen-Schutzes nötig sein kann. Ebenso empfehle ich, Desinfektionsmittel für die Hände mitzuführen, falls unterwegs keine Waschmöglichkeiten bestehen.

Ob Reisen hinsichtlich Corona besonders risikoreich sind, hängt von Reiseziel, -weg und -art ab. Gibt es wenige COVID-19-Fälle in einer Region oder einem Land, ist das Risiko gering, bei höheren Fallzahlen besteht auch ein höheres Risiko. Bei einer Reise mit dem Wohnmobil quer durch Europa empfehle ich bei der Planung unbedingt zu berücksichtigen, dass sich die aktuelle Situation auch ändern kann. Der Reiseweg ist grundsätzlich sicherer, je mehr Isolation er ermöglicht, deshalb ist eine Reise mit Wohnmobil eine gute Möglichkeit, das Ansteckungsrisiko zu mindern.

Foto: Jens Klatt, DSGVO

ÜBER DEN AUTOR
Prof. Dr. med. Tomas Jelinek ist wissenschaftlicher Leiter des CRM Centrum für Reisemedizin in Düsseldorf.

REISE

Mehr zum Thema Reise lesen Sie auf:
www.prisma.de/reiselaune

Foto: Getty Images/iStockphoto

„Für die Gäste bieten sich momentan ungeahnte Möglichkeiten"

von Felix Förster

Reise Laune mit prisma

Ist Entspannungsurlaub in Zeiten von Hygienemaßnahmen sinnvoll? Relaxen mit Mundschutz? Mindestabstand in der Sauna? Wir haben zwei Experten befragt.

Silke Stich vom Kurzentrum Weißenstadt am See in der Oberpfalz in Bayern ermutigt die Gäste, dem Wellness-Urlaub eine Chance zu geben. „Wir haben die Gäste unseres Hotels befragt, und die überwältigende Mehrheit genießt ihren Urlaub und empfindet die Hygieneregeln nicht als störend", sagt sie. So sei die Maske für viele „selbstverständlich" geworden. Da die gesamte Infrastruktur des Hotels nutzbar sei und in Sauna und Schwimmbad keine Maskenpflicht bestehe, gäbe es gefühlt kaum Einschränkungen. Im Gegenteil: „Der Riesenvorteil ist, dass viele Destinationen im Wellnessbereich zurzeit nicht so überlaufen sind. So gibt es kaum Wartezeiten etwa bei Ausflügen, und viele Hotels sind nicht überbucht", sagt Silke Stich.

Stefan Wiegand, Geschäftsführer von „Spa-dich-fit Wellnessreisen", rät den Urlaubern, sich gewissenhaft über das Hotel der Wahl zu informieren. „Da sollte man nicht am falschen Ende sparen. Ab 4-Sterne-Hotels sinkt die Möglichkeit an mangelnden Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen vor Ort, da diese Hotels von vornherein hohe Hygienestandards besitzen." Auch die Größe des Hotels ist wichtig. „Die Urlauber sollten auf das Größenverhältnis des Spas zur Anzahl der Hotelzimmer achten. 80 bis 120 Zimmer und 2.000 qm Spa sind dabei ideal." Wiegand empfiehlt gerade jetzt im Sommer darauf zu achten, dass das Hotel einen attraktiven Außenbereich anbietet, mit Restaurant-Terrasse und am besten mit großen Außenpool und Außensauna.

Lesen Sie die ausführlichen Interviews mit unseren Experten online unter *www.prisma.de*

INSPIRIERT UND BEGEISTERT:

HALLO WOCHENENDE – DER *PRISMA*-NEWSLETTER

Freitag, 10. Juli 2020

prisma

HALLO WOCHENENDE!

Hallo Frau Mustermann,

auch wenn der Sommer sich aktuell ein wenig zurückhaltend zeigt, zieht es viele Menschen ins Freie. Zumal in einigen Bundesländern schon die Sommerferien begonnen haben. Was das für die Ausbreitung des Coronavirus' bedeutet und was man nun beachten sollte, erklärt der aus dem TV bekannte Arzt Doc Esser in einem Video-Interview.
Sie sind noch auf der Suche nach Inspiration für einen spontanen Urlaub oder Ausflug? Dann ist vielleicht die Wallonie etwas für Sie. In unserer Rubrik *"Fünf Dinge über (...), die Sie vielleich noch nicht wussten"* stellen wir Ihnen diesmal die Region in unserem Nachbarland Belgien vor.

Genießen Sie Ihr Wochenende!

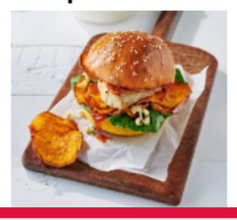
Ihre *prisma*-Redaktion

Zwei neue Kommissare in der ARD

Das Dortmunder "Tatort"-Team bekommt Verstärkung: Hauptkommissarin Rosa Herzog ist die neue Ermittlerin, die von Stefanie Reinsperger gespielt wird. Auch im "Polizeiruf 110" des rbb gibt es ein neues Gesicht: André Kaczmarczyk ermittelt ab 2021 als neuer Hauptkommissar an der Seite von Lucas Gregorowicz an der deutsch-polnischen Grenze.

ZUM ARTIKEL

Rezept: Süßkartoffel-Seelachs-Burger



Burger liegen auch in Deutschland voll im Trend. Aber es muss ja nicht immer die klassische Variante mit Rindfleisch und Bun aus Weizenmehl sein. Wir haben eine Alternative mit Fisch und selbstgemachten Buns aus Süßkartoffeln.

ZUM REZEPT

Fünf Dinge über die Wallonie, die Sie noch nicht wussten

Eine der kleinsten Städte der Welt, fabelhafte Natur-Ausblicke oder drei Schätze belgischer Braukunst auf einem Fernwanderweg: In der Wallonie gibt es vieles zu Entdecken und zu Erleben. *prisma* und Belgien-Tourismus Wallonie stellen fünf Dinge vor, die Sie vielleicht noch nicht über die Wallonie wussten.

ZUM ARTIKEL

Gesamter Artikel zum Newsletter-Teaser auf *prisma*.de

10.07.2020 REISELAUNE

Fünf Dinge über die Wallonie, die Sie vielleicht noch nicht wussten

1

Das Naturreservat der Domäne der Grotten von Han-sur-Lesse ist ein absolutes Muss für Naturliebhaber. Fotoquelle: © Guy Evrard

Eine der kleinsten Städte der Welt, fabelhafte Natur-Ausblicke oder drei Schätze belgischer Braukunst auf einem Fernwanderweg: In der Wallonie gibt es vieles zu Entdecken und zu Erleben. *prisma* und Belgien-Tourismus Wallonie stellen fünf Dinge vor, die Sie vielleicht noch nicht über die Wallonie wussten.

Wussten Sie, dass... Durbuy in den belgischen Ardennen eine der kleinsten Städte der Welt ist?

Durbuy ist ein Städtchen mit Romantikgarantie. Es liegt in einer Windung des Flusses Ourthe und beherbergt in seinem historischen Kern ein Labyrinth an schmalen, gepflasterten und gewundenen Fußgängerzonen. Diese sind gesäumt von alten Gebäuden aus dem für diese Region typischen Stein. Wer hier flaniert, sollte unbedingt die älteste dieser gepflasterten Straßen besuchen: Die Rue Daufresne de la Chevalerie. Sie wurde ausschließlich mit Flusskieseln aus der Ourthe gepflastert.

Freitag, 17. Juli 2020

prisma

HALLO WOCHENENDE!

Hallo Frau Mustermann,

Berge haben eine ungeheure Anziehungskraft. Auch für Schauspieler Jürgen Vogel. "Ich kann beispielsweise jedem, der sich in einer Krise befindet, nur raten, mal in die Berge zu gehen und das zu erleben. Das ist eine ziemlich gute Therapie. Aber auch für jeden anderen Menschen wirklich ein prägendes Erlebnis", berichtete er uns im Gespräch über seine Erlebnisse in Südtirol. Dort fanden die Dreharbeiten für den Film "Der Mann aus dem Eis" statt. Mehr dazu in unserer Rubrik *"HALLO!"*.
Eingebettet zwischen den Alpen im Norden und der Adria im Süden liegt der Wörthersee. Er zählt zu den bekanntesten Sommerferien-Destinationen in Österreich. In unserer Rubrik *"Fünf Dinge über (...)"* stellen wir Ihnen die Region vor.

Genießen Sie Ihr Wochenende!

Ihre *prisma*-Redaktion

Wim Wenders' beste Filme in der ARD-Mediathek

Wim Wenders wird 75 – und Fans des Meisterregisseurs kommen derzeit in der ARD-Mediathek voll auf ihre Kosten. Anlässlich seines Ehrentages am 14. August stehen noch bis dahin 28 Wenders-Filme und weitere Inhalte kostenlos auf Abruf zur Verfügung. Natürlich auch sein Meisterwerk "Der Himmel über Berlin".

ZUM ARTIKEL

Rezept: veganes Gemüsecurry mit Mie-Nudeln

Mie-Nudeln sind spezielle Nudeln der asiatischen Küche. Sie lassen sich schnell zubereiten und passen perfekt zu unserem veganen Gemüsecurry. Probieren Sie es doch mal aus!

ZUM REZEPT

Fünf Dinge, die Sie am Wörthersee erleben können

Ob kulinarische Spitzenküche, Yoga auf dem höchsten Holzaussichtsturm der Welt oder eine Wanderung am Schaukelweg: ein Urlaub am Wörthersee bietet viele Möglichkeiten. *prisma* und die Wörthersee Tourismus GmbH stellen fünf Dinge vor, die Sie am Wörthersee unternehmen können.

ZUM ARTIKEL

Gesamter Artikel zum Newsletter-Teaser auf *prisma*.de

17.07.2020 REISELAUNE

Fünf Dinge, die Sie am Wörthersee erleben können

1 / 5

Wassersport auf dem Wörthersee. Fotoquelle: Wörthersee Tourismus / Gerdl

Ob kulinarische Spitzenküche, Yoga auf dem höchsten Holzaussichtsturm der Welt oder eine Wanderung am Schaukelweg: ein Urlaub am Wörthersee bietet viele Möglichkeiten. *prisma* und die Wörthersee Tourismus GmbH stellen fünf Dinge vor, die Sie am Wörthersee unternehmen können.

Kulinarik am See

Wussten Sie, dass der Wörthersee knapp 20 km² groß und fast 17 km lang ist? Wahrscheinlich wussten Sie auch nicht, dass es am Wörthersee 20 vergebene Gault Millau Hauben gibt, oder? Genau diese vielfach prämierte Haubenküche kombiniert mit regionalem Slow Food und internationaler klassischer Küche machen den Wörthersee für viele Besucher zum kulinarisch-verführerischen Nonplusultra. Und wer nach dem Dinner in einem der Gourmetrestaurants noch eine Weile den Tag ausklingen lassen oder bis früh in die Morgenstunden feiern möchte, ist in einer der chilligen Bars oder stylischen Clubs sicher gut aufgehoben.

Freitag, 14. August 2020

prisma

HALLO WOCHENENDE!

Hallo Frau Mustermann,

haben Angela Merkel und Gerhard Schröder doch mehr gemeinsam, als man denkt? Sicher ist: Beide haben eine Vorliebe für Ischia, die größte Insel im Golf von Neapel. Angela Merkel ist dort seit vielen Jahren zu Gast, meist an Ostern. Ihr Vorgänger Gerhard Schröder urlaubte auch schon auf Ischia und wurde 2004 zum Ehrenbürger ernannt. Wir haben recherchiert: Was macht Ischia so besonders? Mehr dazu weiter unten.
Wer den Urlaub lieber zu Hause verbringt, aber von echtem Strandfeeling träumt, für den ist vielleicht der hochwertige Strandkorb etwas, den Sie noch bis zum 21. August gewinnen können. Was Sie dafür nur tun müssen steht hier.
Und wer Fan von Udo Lindenberg ist, für den haben wir am Ende dieses Newsletters zwei Blu-rays des Kinofilms "Lindenberg! Mach dein Ding". Viel Glück!

Genießen Sie Ihr Wochenende!

Ihre *prisma*-Redaktion

Schwarzer Humor mit Anke Engelke

Was hat eigentlich Anke Engelke in letzter Zeit gemacht? Eine Serie für Netflix gedreht! In "Das letzte Wort" spielt Engelke eine Trauerrednerin. Wer schwarzen Humor erwartet, wird garantiert nicht enttäuscht. Die Serie startet zwar erst im September, aber jetzt hat der Streaming-Anbieter einen Trailer veröffentlicht. Und der alleine ist das Anschauen wert.

ZUM ARTIKEL

Im Sauerland neue Kraft tanken

Wandern im Wald, Radfahren mit dem E-Bike, Durchatmen in der Therme oder einfach Entspannen im Kurpark: Im Sauerland gibt es allerhand zu entdecken und zu genießen. Eine Region, die sich mit ihrer natürlichen Gelassenheit und ihren vielen Gastgebern als "Akkuladestation" für Seele und Geist eignet.

ZUM ARTIKEL

5 Dinge über Ischia, die Sie vielleicht noch nicht wussten

Angela Merkel macht hier regelmäßig Urlaub, ihr Vorgänger Gerhard Schröder ist sogar Ehrenbürger: Doch nicht nur für ihre prominenten Gäste aus der deutschen Politik ist die Insel bekannt. Hier erfahren Sie mehr über Ischia.

ZUM ARTIKEL

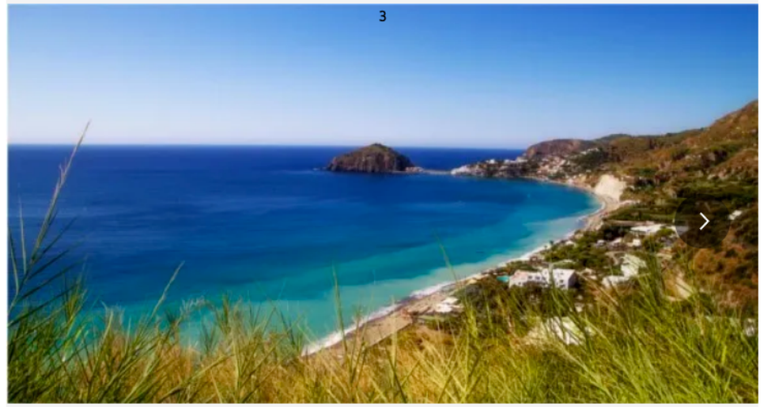
Anzeige

Gesamter Artikel zum Newsletter-Teaser auf *prisma*.de

13.08.2020 ***REISELAUNE***

Ischia: Hier macht die Kanzlerin Urlaub

1 / 3



Ischia liegt im Golf von Neapel. Fotoquelle: Ischia Tourismus

Ischia ist die größte Insel im Golf von Neapel. Wegen ihrer wilden Natur, die auf der fruchtbaren Vulkanerde bestens gedeiht, ist sie als die grüne Insel mitten im Mittelmeer bekannt. Dank ihres vulkanisches Ursprungs sprudelt zudem heißes Thermalwasser aus 103 Quellen.

Fünf Fakten über Ischia:

- **Thermalquellen:** Die Quellen haben die Insel berühmt gemacht. In manchen der 103 Naturquellen erholten sich schon die alten Römer.
- **Monte Epomeo:** Fer erloschene Vulkan ist die höchste Erhebung der Insel und ein Aufstieg lohnt sich schon allein für den Blick auf den Golf von Neapel.
- **Liebling der Bundeskanzler:** Angela Merkel kommt seit vielen Jahren, meist an Ostern, in das Örtchen Sant'Angelo. Ihr Vorgänger Gerhard Schröder urlaubte übrigens auch schon auf Ischia und wurde 2004 sogar zum Ehrenbürger ernannt.

DIE EXTRA-PORTION REISELAUNE – UNSERE NEWSLETTER SONDERAUSGABEN

Dienstag, 16. Juni 2020

prisma

HALLO! EXTRA

Hallo Frau Mustermann,

in der kommenden Woche beginnen in den ersten Bundesländern die Sommerferien. Wer in diesem Jahr seinen wohlverdienten Urlaub antreten darf, muss aufgrund der Corona-Pandemie jedoch einiges beachten. Wir haben für Sie zusammengefasst, was es bei der Reise per Flugzeug, Bahn oder Bus zu beachten gibt, stellen fünf Dinge über die Schweiz vor, die Sie so vielleicht noch nicht kannten, und verlosen am Ende dieses Newsletters spannende Reiseliteratur mit 55 fantastischen Reisezielen in Deutschland.

Eine schöne und erholsame Zeit wünscht Ihnen

Ihre *prisma*-Redaktion

Flugzeug, Bahn und Bus: So läuft die Anreise in Corona-Zeiten

Wer seinen Urlaub trotz geltender Einschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie antreten darf, muss bei der Anreise einiges beachten. *prisma* verrät, was beim Transfer mit Flugzeug, Bahn oder Bus anders ist als sonst.

ZUM ARTIKEL

5 Dinge über die Schweiz, die Sie noch nicht wussten

Majestätische Viertausender, faszinierende Gletscher und imposante Talabschlüsse: Die Schweiz bietet ein beeindruckendes Naturschauspiel. *prisma* und Schweiz Tourismus stellen fünf Dinge vor, die Sie vielleicht noch nicht über unser Nachbarland wussten.

ZUM ARTIKEL

DREI REISE-SONDER-AUSGABEN IM JAHR 2020!

Wird der Newsletter nicht angezeigt, hier klicken.

Dienstag, 4. August 2020

prisma

HALLO! EXTRA

Hallo Frau Mustermann,

"Willst du immer weiter schweifen? Sieh, das Gute liegt so nah. Lerne nur das Glück ergreifen: Denn das Glück ist immer da." So dichtete Johann Wolfgang von Goethe vor rund 200 Jahren. Wir haben uns ein wenig daran orientiert und Ihnen heute einige Tipps und Informationen für einen Urlaub oder einen kurzen Ausflug innerhalb Deutschlands zusammengestellt.
Wer an den anstehenden sonnigen Tagen wandern möchte, für den hat *prisma*-Chefredakteur Stephan Braun einen Buchtipp. Er hat Manuel Andracks "Gesammelte Wanderabenteuer" gelesen und stellt das Buch in seinem Videoblog "Braun und das Buch" HIER vor.
Und mit ein bisschen Glück gehört ein Buch "Schnell mal weg! Deutschland" bald schon Ihnen: Am Ende dieses Newsletters verlosen wir fünf Exemplare.

Eine schöne Reisezeit wünscht Ihnen

Ihre *prisma*-Redaktion

Ferien auf den Vogelklippen

Ob Robben oder Basstölpel: Es gibt nicht viele Plätze auf der Welt, wo man wildlebenden Tieren so nahe kommen kann wie auf Deutschlands einziger Hochseeinsel Helgoland.

ZUM ARTIKEL

NRW entdecken und entspannen im Teutoburger Wald

Wer Erholung und Abwechslung vom Alltag sucht, muss dafür gar nicht weit in die Ferne schweifen. Die Region Teutoburger Wald bietet mit gleich sieben Heilbädern Natur pur.

ZUM ARTIKEL

Dienstag, 7. Juli 2020

prisma

HALLO! EXTRA

Hallo Frau Mustermann,

viele Leserinnen und Leser folgten unserem Aufruf und teilten uns über verschiedene Kanäle mit, wie und wo sie ihren Sommerurlaub 2020 verbringen. *prisma*-Leserin Isabelle Auer schickte uns eine Postkarte und empfahl eine Challenge: einfach mal die höchsten Berge der 16 Bundesländer erwandern! Sie selbst hat es bereits getan und ihre Erlebnisse in einem Buch festgehalten. Mehr dazu in unserem Buchvideoblog "Braun und das Buch".

Ihr persönliches Reisewissen erweitern können Sie heute wieder mit unserer beliebten Reihe *"5 Dinge über (...), die Sie vielleicht noch nicht wussten"*. Wir stellen Ihnen einen der kleinsten Nationalparks Deutschlands vor, die Sächsische Schweiz.

Eine schöne Urlaubszeit wünscht Ihnen

Ihre *prisma*-Redaktion

Rein ins Blaue: Urlaub machen am See

Schwimmen, wandern und die Region entdecken – *prisma* stellt einige der schönsten Seen in Deutschland vor. Und unsere Bildergalerie mit 20 Fotos von Starnberger See, Edersee und Co. macht garantiert Lust auf mehr!

ZUM ARTIKEL

5 Dinge über die Sächsische Schweiz, die Sie noch nicht wussten

Relikte aus der letzten Eiszeit, ein inspirierendes Nebelmeer oder auch eine uneinnehmbare Festung: In der Sächsischen Schweiz gibt es vieles zu entdecken und zu erleben. *prisma* und der Tourismusverband Sächsische Schweiz e.V. stellen fünf Dinge vor, die Sie vielleicht noch nicht über die Sächsische Schweiz wussten.

ZUM ARTIKEL

Gesamter Artikel zum Newsletter-Teaser auf *prisma*.de

07.07.2020 ***REISELAUNE***

Fünf Dinge über die Sächsische Schweiz, die Sie noch nicht wussten

Die Festung Königstein erhebt sich auf dem Plateau des gleichnamigen Tafelberges etwa 240 Meter über die Elbe. Fotoquelle: WikimediaImages/Pixabay

Relikte aus der letzten Eiszeit, ein inspirierendes Nebelmeer oder auch eine uneinnehmbare Festung: In der Sächsischen Schweiz gibt es vieles zu Entdecken und zu Erleben. *prisma* und der Tourismusverband Sächsische Schweiz e.V. stellen fünf Dinge vor, die Sie vielleicht noch nicht über die Sächsische Schweiz wussten.

Der einzige Felsennationalpark in Deutschland

Es gibt 16 verschiedene Nationalparks in Deutschland, darunter dichte Märchenwälder, idyllische Flusslandschaften, friedvolle Seengebiete, stürmische Küsten. Doch nur ein Nationalpark ist ganz und gar dem Fels und seinen verschiedenen Lebensräumen gewidmet: Der Nationalpark Sächsische Schweiz. In den kühlen Schluchten findet man botanische Raritäten, wie das Zweiblütige Veilchen, ein Relikt der letzten Eiszeit, und in sonnigen Höhen baut das schnellste Tier der Erde seine Horste: der Wanderfalke. Mit seinen 9350 Hektar ist der Nationalpark Sächsische Schweiz übrigens auch einer der kleinsten Nationalparke der Bundesrepublik

MACHT SIE ZUM INFLUENCER:
DIE *PRISMA*-APP

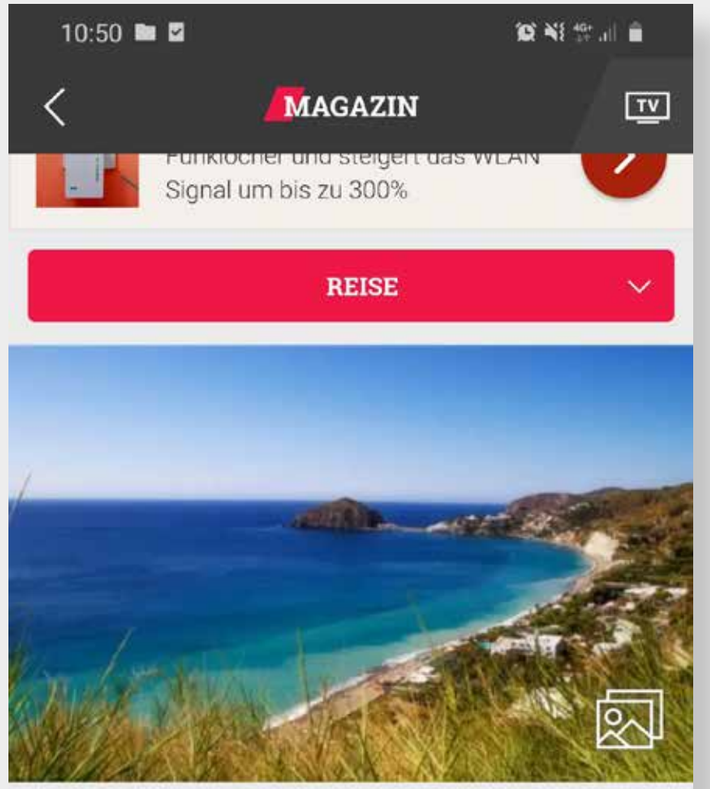
10:49
MAGAZIN
TV
REISE
Reise
Silvester in den Niederlanden: Oliebollen und Nieuwjaarsduik
Reise
5 Fakten über ... Weihnachten in Österreich
Reise
5 Fakten über ... Weihnachten in Tschechien
Reise
Bewegen, entspannen, genießen
Reise
Urlaub in Schmallenberg
Reise
Ab in die Lüneburger Heide!
Reise
Reisen trotz Corona: Das raten

10:49
MAGAZIN
TV
Signal um bis zu 300%
REISE
21.08.2020 Telefonaktion, Verfasser: Sarah Schneidereit
Reisen trotz Corona: Das raten Experten
Wann kann ich eine Reise stornieren? Wie bekomme ich meine bereits geleistete Anzahlung zurück? Was sollte auf einer Flugreise beachtet werden? Das und vieles mehr wollten die zahlreichen Anrufer von den drei Experten unserer großen Telefonaktion zum Thema Reisen in Corona-Zeiten wissen.

18.08.2020 ReiseLaune

Mit prisma nach Bad Sassendorf

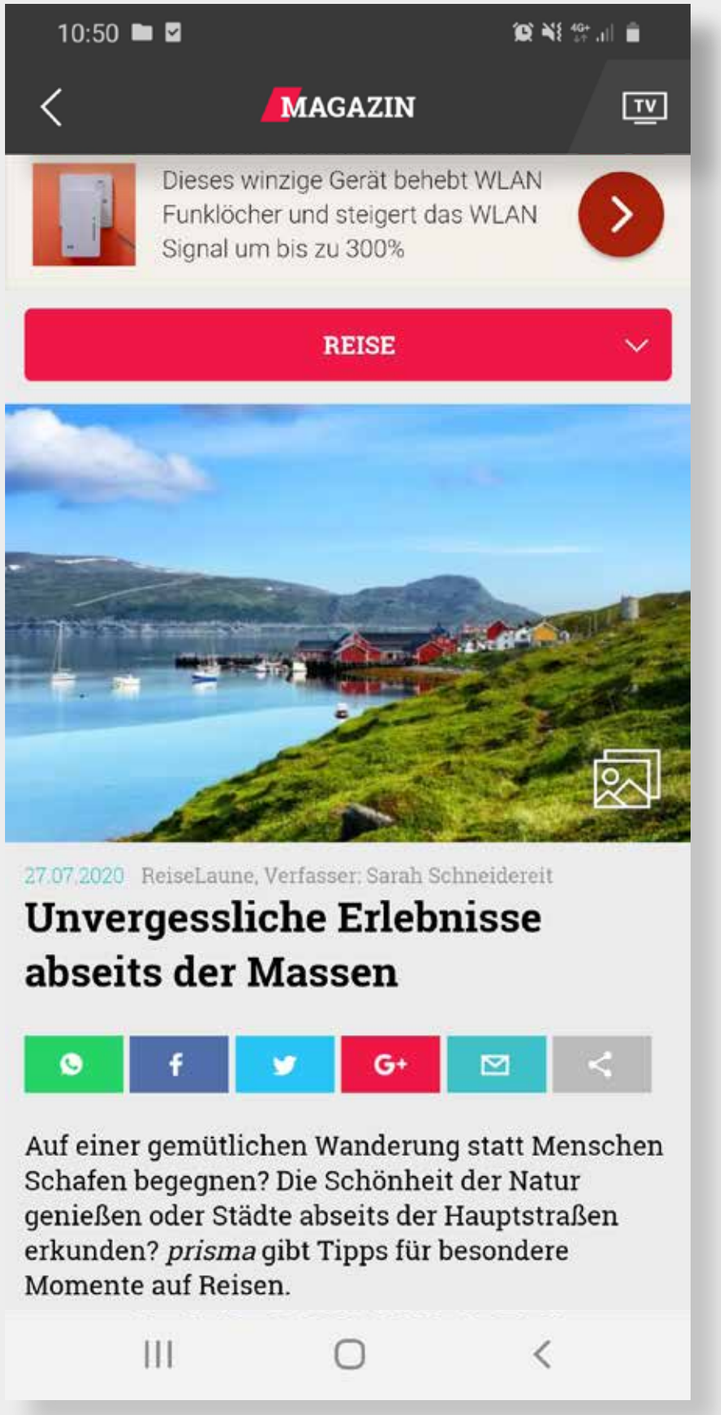
Bad Sassendorf hat sich neu aufgestellt. Der sauerländische Kurort bietet einen modern gestalteten Kurpark, dessen Zentrum das 73 Meter hohe Gradierwerk bildet. Die Wandelgänge des Werkes führen über drei Ebenen und sind auch barrierefrei erreichbar. Im Kopfbauwerk ist eine Bühne, auf der Veranstaltungen stattfinden können. In der benachbarten Börde-Therme können die Besucher entspannen.



13.08.2020 ReiseLaune

Ischia: Hier macht die Kanzlerin Urlaub

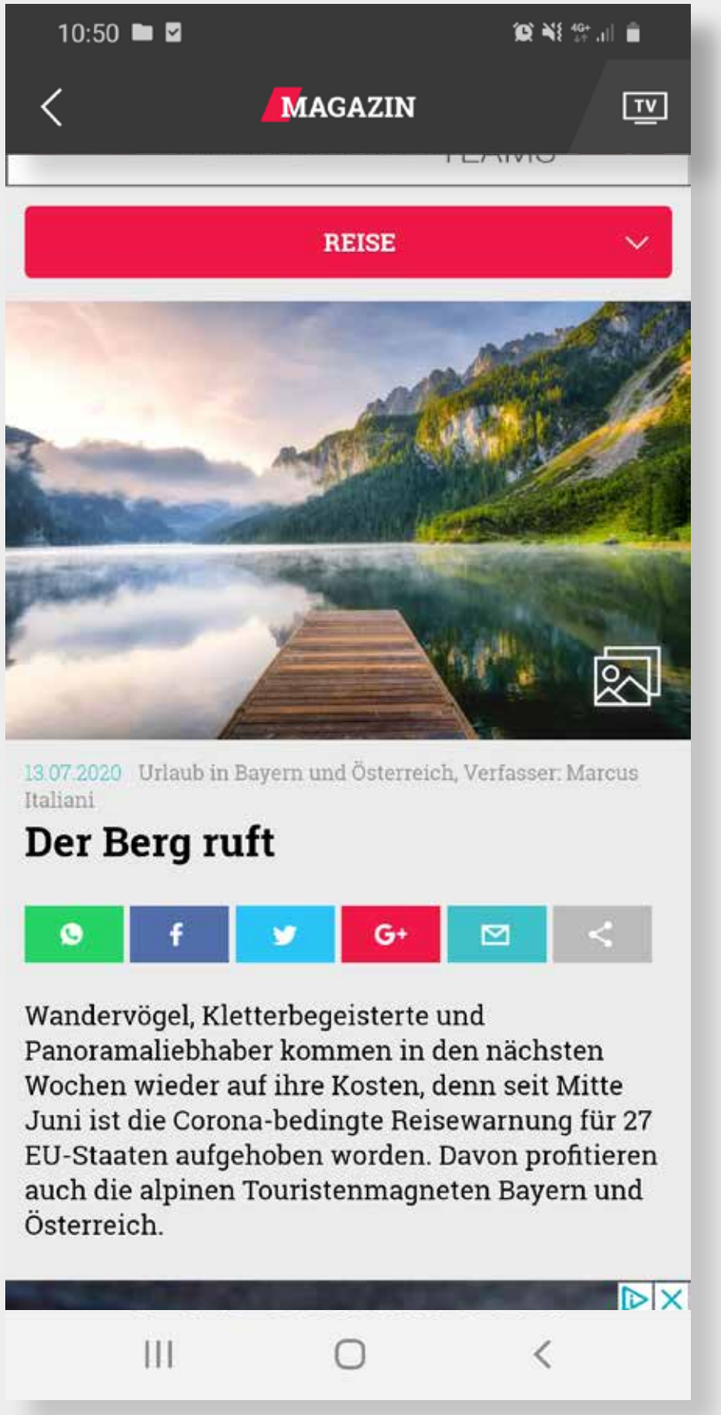
Ischia ist die größte Insel im Golf von Neapel. Wegen ihrer wilden Natur, die auf der fruchtbaren Vulkanerde bestens gedeiht, ist sie als die grüne Insel mitten im Mittelmeer bekannt. Dank ihres vulkanisches Ursprungs sprudelt zudem heißes Thermalwasser aus 103 Quellen.



27.07.2020 ReiseLaune, Verfasser: Sarah Schneidereit

Unvergessliche Erlebnisse abseits der Massen

Auf einer gemütlichen Wanderung statt Menschen Schafen begegnen? Die Schönheit der Natur genießen oder Städte abseits der Hauptstraßen erkunden? *prisma* gibt Tipps für besondere Momente auf Reisen.



13.07.2020 Urlaub in Bayern und Österreich, Verfasser: Marcus Italiani

Der Berg ruft

Wandervögel, Kletterbegeisterte und Panoramaliebhaber kommen in den nächsten Wochen wieder auf ihre Kosten, denn seit Mitte Juni ist die Corona-bedingte Reisewarnung für 27 EU-Staaten aufgehoben worden. Davon profitieren auch die alpinen Touristenmagneten Bayern und Österreich.