

Unsere Top-Themen vom 06.05.2024 – 10.05.2024 (KW 19)

Moderation: Heike Greis

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

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

MONTAG, 06.05. 2024:

16.06 Uhr

Gut kombiniert: Unkomplizierte Sonnenstauden
Mit Eva Hofmann, Gartenakademie Rheinland-Pfalz

Ca. 16.25 Uhr

Live kochen: Karamellisierten Spargelsalat mit Toast-Eiern
Mit Serkan Güzelcoban, Spitzenkoch aus Kupferzell

Ca. 16.40 Uhr

Sicher Surfen im Internet
Mit Alexander Baetz, Wirtschaftsinformatiker aus Freiburg

Ca. 16.50 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz
Telefonnummer 0180 229 2000 (6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, mobil
evtl. abweichende Kosten)

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

Sichere Messenger: WhatsApp und Alternativen
Mit Alexander Baetz, Wirtschaftsinformatiker aus Freiburg

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

Ca. 17.25 Uhr

Entzündungen vorbeugen mit der richtigen Ernährung
Mit Sabrina Dürr, Haushalts- und Ernährungswissenschaftlerin aus Esslingen

Ca. 17.45 Uhr

Menschen im Südwesten:

Gespräch mit **Elke Gassen**, Leiterin einer Textil-Werkstatt in Backnang

DIENSTAG, 07. 05. 2024:

16.06 Uhr

Mein Heilkräutergarten

Mit Heike Boomgaarden, Gartenbauingenieurin aus Rheinböllen

Ca. 16.45 Uhr

Stress vorbeugen: mit diesen Heilpflanzen klappt's!

Mit Astrid Fiebich, Heilpraktikerin aus Stegen im Dreisamtal

Ca. 16.55 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.15 Uhr

Heilpflanze des Jahres: Holunder

Mit Astrid Fiebich, Heilpraktikerin aus Stegen im Dreisamtal

Ca. 17.25 Uhr

Live kochen: Pfannbrot mit Rettich-Kräuter-Füllung

Mit Shiba, Kochbuchautorin und Bloggerin aus Stuttgart

Ca. 17.40 Uhr

Menschen im Südwesten:

Gespräch mit **Jan Setz**, der seit zehn Jahren Cannabis als Schmerzpatient konsumiert und den Cannabis Social Club Weierbach / Idar-Oberstein gegründet hat.

Mittwoch, 08.05.2024

16.06 Uhr

Live kochen: Maibockbraten im Waldkräuterflädle



Mit Timo Böckle, Wildkoch und Jäger aus Böblingen

Ca. 16.40 Uhr

Mit Yoga Muskeln aufbauen

Mit Regina Saur, SWR Sportredaktion

Ca. 16.50 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz

Telefonnummer 0180 229 2000

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.15 Uhr

Mehr Kraft durch Yoga

Mit Regina Saur, SWR Sportredaktion

Ca. 17.25 Uhr

Heißluftfritteuse - was kann sie?

Mit Martina Schäfer, hauswirtschaftliche Fachberaterin aus Ostrach-Wangen

Ca. 17.40 Uhr

Unser Südwesten: Pfingstlager

Gespräch mit **Stefan Brog**, Leiter Pfadfinder-Zeltplatz Brexbachtal

DONNERSTAG, 09.05.2024:

Feiertag, die Sendung entfällt

FREITAG, 10.05. 2024:

16.06 Uhr

Blumen zum Muttertag

Mit Marlen Dürrschnabel, Floristmeisterin aus Steinmauern

Ca. 16.35 Uhr

Schnell gebastelt: Karte mit Papierblumen

Mit Lisa Vöhringer, Designerin aus Bad Dürkheim

Ca. 16.50 Uhr

Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz



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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

Backen: Kuchen zum Muttertag

Mit Lucia Kranz, Konditormeisterin aus Mendig

Ca. 17.25 Uhr

Promiklatsch

Mit Kristina Hortenbach, SWR Promireporterin



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

<https://www.facebook.com/ARDLebenUndGeniessen/>

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