

**Unsere Top-Themen vom 20.03.2023 – 24.03.2023 (KW 12)**

**Moderation: Jens Hübschen**

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, 20.03.2023**

Ca. 16.06 Uhr

**Blumiger Frühlingsgruß für den Hauseingang**

Mit Silke Wilhelm, Floristmeisterin

Ca. 16.25 Uhr

**Live kochen: Schinken-Käse-Schnitzel mit Bratreis**

Mit Jens Jakob, Koch aus Saarbrücken

Ca. 16.35 Uhr

**Wandgestaltung mit unterschiedlichen Farben**

Mit André Klinger, Malermeister aus Waldenbuch

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

**Wandgestaltung mit Spachteltechnik**

Mit André Klinger, Malermeister aus Waldenbuch

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

Ca. 17.30 Uhr

**Frische Kräuter – worauf Sie beim Kauf achten sollten**

Mit Sven Bach, Diätassistent und Ernährungsberater aus Horb

Ca. 17.40 Uhr

**Menschen im Südwesten: Rettungstaucher**

Mit Louis und Franz Georgi aus Harxheim am Berg, ehrenamtliche  
Rettungstaucher DLRG Ramsen

**DIENSTAG, 21.03.2023**

Ca. 16.06 Uhr

**Pfannkuchen mit Bärlauch-Gemüse**

Mit Caroline Autenrieth, Spitzenköchin aus Stuttgart

Ca. 16.30 Uhr

**Tiere des Jahres 2023: Der Gartenschläfer**

Mit Carsten Weber, Naturschützer aus Leibertingen

Ca. 16.40 Uhr

**Heilpflanzen: Wohltuendes aus dem Wald**

Mit Astrid Fiebich, Heilpraktikerin und Heilpflanzenexpertin

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

**Heilpflanzen gegen die Frühjahrsmüdigkeit**

Mit Astrid Fiebich, Heilpraktikerin und Heilpflanzenexpertin

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

Ca. 17.25 Uhr

**Live kochen: Bärlauch-Soufflé**

Mit Caroline Autenrieth, Spitzenköchin aus Stuttgart

Ca. 17.40 Uhr

**Welt-Downsyndrom-Tag**

Mit Christiane Bölzle aus Reutlingen, deren älteste Tochter Isabelle das Down-Syndrom  
hat

**MITTWOCH, 22.03.2023**

16.06 Uhr

**Tipps für den Gemüseanbau**  
Mit Peter Berg, Gärtnermeister

Ca. 16.25 Uhr

**Haarige Sache: Barttrends und Pflegetipps für den Mann**  
Mit Sebastian Allmann, Barbier und Friseur aus Koblenz

Ca. 16.30 Uhr

**Live kochen: Sellerie-Ravioli mit Apfel-Pilz-Füllung**  
Mit Rainer Klutsch, Spitzenkoch aus Stuttgart

Ca. 16.50 Uhr

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

**Notvertretungsrecht**  
Mit Kerstin Anabah, SWR Redaktion Recht und Justiz

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

Ca. 17.25 Uhr

**Blumentöpfe reinigen**  
Mit Martina Schäfer, Hauswirtschaftliche Fachberaterin

Ca. 17.40 Uhr

**Menschen im Südwesten**  
Gespräch mit Kevin Wolf, Armwrestling-Trainer aus Güglingen

**DONNERSTAG, 23.03.2023**

16.06 Uhr

**Ein Traum in rosa: Mandelbäumchen**

Mit Eva Hoffmann, Gartenbauingenieurin

Ca. 16.15 Uhr

**Wetter**

Mit Markus Bundt, SWR Wetterreporter

Ca. 16.40 Uhr

**Frühjahrssonne: So schützen Sie Ihre Haut**

Mit Prof. Dr. med. Claudia Pföhler,  
Fachärztin für Dermatologie

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

**Hautkrebs - vorbeugen, erkennen, behandeln**

Mit Prof. Dr. med. Claudia Pföhler,  
Fachärztin für Dermatologie

Zuschauer-Fragen zum Thema an:

[studio@kaffee-oder-tee.de](mailto:studio@kaffee-oder-tee.de)

Ca. 17.20 Uhr

**Genießen: Osterpunsch**

Mit Björn Deinert, Tea-Master aus Baiersbronn

Ca. 17.40 Uhr

**Menschen im Südwesten:**

Gespräch mit André Peters, Geschäftsführer der Diakonie Baden,  
der für eine Woche im Pflegedienst arbeiten und so erfahren möchte, mit  
welchen Herausforderungen die Mitarbeitenden vor Ort konfrontiert sind.

**FREITAG, 24.03.2023**

16.06 Uhr

**Tischdekoration - ein Nest mit Blumen**

Mit Thomas Gröhbühl, Florist aus Karlsruhe

Ca. 16.35 Uhr

**Selbst gemacht: Kuscheltier-Hase**

Mit Laura Wilhelm, Textildesignerin und Nähbuchautorin

Ca. 16.50 Uhr

**Mitmachen und Gewinnen beim Kaffee oder Tee Quiz**

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

Das zweite Quiz spielen wir gegen 17.50 Uhr.

Ca. 17.10 Uhr

**Live backen: Quark-Hefeteig-Häschen**

Mit Stina Spiegelberg, vegane Kochbuchautorin und Foodbloggerin aus  
Pforzheim

Ca. 17.25 Uhr

**Promiklatsch**

Mit Kristina Hortenbach, SWR Promireporterin

**KAFFEE  
ODER TEE**  
SWR»



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

<https://www.instagram.com/einfachkreativ/?hl=de>

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

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