

# HOTEL AKZENTe

NIMM  
MICH MIT

Mit TV Programm vom 03.12.2022 - 06.01.2023



MERRY  
CHRISTMAS  
AND HAPPY NEW YEAR



Weihnachtsgewürze



Wintertraum Deutschland



Weihnachtsbräuche weltweit



## Gewinnen Sie 2 Übernachtungen im AKZENT Hotel Goldner Stern

Im Luftkurort Muggendorf begrüßt das **AKZENT** Hotel Goldner Stern und das angeschlossene Tagungshotel Sternla seine Gäste. Inmitten der Fränkischen Schweiz bietet sich nicht nur einzigartige Natur. Als Wandermekka ist die Fränkische Schweiz weit über die Region hinaus bekannt. Auch für Aktivitäten im Schnee ist das **AKZENT** Hotel ein guter Ausgangspunkt: Rodler kommen hier auf jeden Fall auf ihre Kosten. Entdecker finden im Frankenland eine besonders hohe Dichte an Burgen und Höhlen. Für Städtefans bietet die Fränkische Schweiz ebenfalls einiges: Das Städtedreieck Nürnberg, Bamberg und Bayreuth hat viele Attraktionen und Sehenswürdigkeiten.

Auch der Genuss kommt nicht zu kurz: Der Frankenwein steht in ganz Deutschland für hohe Qualität. Nicht nur der ist besonders schmackhaft: Die fränkische Küche verückt die Gaumen der Besucher – natürlich auch im **AKZENT** Hotel. Der Goldne Stern weiß neben seiner hochwertigen Küche mit komfortablen Zimmern und einem erholungsbringenden Wellnessbereich zu überzeugen.

Dynastie im alten Peru	↘	Althee, Malven-gewächs	schlechte Ange-wohnheit	↘	altnordi-scher, Gott des Donners	↘	Gewürz aus Baum-rinde
gerade Aufge-kommenes	→						
Lichtspiel-theater	→		⊙ <sub>1</sub>		Stock-werk		Schoft, Haarbü-schel
⊙ <sub>4</sub>					⊙ <sub>2</sub>		
Klein-kunst-bühne	Alphabet			Fleck; Zeichen		auf etwas, jemanden zu	
	↘						
festliches Essen	→		regsam und wendig	→			⊙ <sub>3</sub>
Südame-rikaner	→				⊙ <sub>5</sub>		



**AKZENT Hotels** ★★★★★  
**Goldner Stern & Sternla**  
 Marktplatz 6 + 1  
 91346 Wiesenttal/Muggendorf  
**Telefon:** 09196 929 80  
**Email:** hotel@goldner-stern.de  
**www.goldner-stern.de**



## Lösungswort:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



**IMMER TOP INFORMIERT**  
 Newsletter jetzt abonnieren



**AUSFÜLLEN UND EINSENDEN:**

Lösungswort:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**Viel Glück!**

## SPIELREGELN

Gewinnen Sie zwei Übernachtungen inkl. Frühstück im Doppelkomfortzimmer im **AKZENT** Hotel Goldner Stern in Muggendorf! Senden Sie Ihre Lösung bis zum 06.01.2023 handschriftlich unter Angabe Ihrer Anschrift und eMail-Adresse an: **AKZENT** Marketingzentrale - Stichwort „Kreuzwörtertsel“ - Spitalstraße 1 - 38640 Goslar oder per Mail an info@akzent.de mit dem Betreff „Kreuzwörtertsel“. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

## Liebe Leserinnen und Leser,

so langsam neigt sich das Jahr dem Ende zu. In dieser Dezemberausgabe dreht sich alles um das Thema Winterwunderland, Wintersport und Erlebnisse im Schnee. Sie denken dabei sicherlich an Skifahren, Rodeln und Co. – aber wie wäre es alternativ mal mit „Mushing“ oder „Snow-Tubing“? Das sind Fremdwörter für Sie, dann lassen Sie sich überraschen. Vielleicht ist das richtige für Sie dabei.

In der kalten Jahreszeit lässt sich allgemein so einiges unternehmen. Entdecken Sie mit den **AKZENT** Hotels die schönsten Ecken Deutschlands. Waren Sie schon einmal im Mittelgebirge Taunus? Ab Seite 8 erfahren Sie, was die Region so besonders macht. Ihnen ist mehr nach Wellness für sich und Ihren Körper? Dann haben wir einige Tipps in Sachen Winterpflege für Sie. Ratschläge zur richtigen Hautpflege finden Sie ab Seite 11. Wie wäre es mit einer selbstgemachten Handcreme? Wer sich lieber kulinarisch verwöhnen möchte, für den haben wir großartige Weihnachtsgewürze und leckere Rezeptideen parat. Lassen Sie sich überraschen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen, ein schönes Fest mit den Liebsten und bereits einen guten Rutsch ins neue Jahr!

*P. Schnelle*

Ihre Pia Schnelle



18 | Weihnachten weltweit –  
That's christmas to me

## Inhaltsverzeichnis

2

### Rätsel

Kreuzwörterrätsel mit tollen Preisen

4

### Sport & Outdoor

Wintertraum Deutschland – Rodeln, Ski fahren & Co.

8

### Hotelpotrait

AKZENT Concorde Hotel Viktoria

10

### Gesundheit & Fitness

Winterpflege – Gesund mit Haut und Haar

13

### Wissenswertes

Unser größtes Sinnesorgan: Die Haut

### Essen & Trinken

Wie das duftet – Weihnachtsgewürze

14

### Saisonales

That's christmas to me – Weihnachtsbräuche

18

### Superheld des Monats

Chicorée

20

### Fernsehprogramm

Vom 03. Dezember 2022 bis 06. Januar 2023

20

# *Wintersport* **AB IN DEN SCHNEE**

Der Winter in Deutschland muss nicht nur öde und verregnet sein!  
Ab Dezember legt sich in vielen Regionen Schnee übers Land und  
verwandelt die Landschaft in einen wahren Wintertraum.



**Im Dezember verwandelt Schnee die Landschaft ganzer Regionen im Land zu wahren Winterträumen. Jetzt kommen alle Wintersportfans voll auf ihre Kosten und verschneite Piste laden zum Skifahren, Snowboarden oder Rodeln ein.**

## AUF LEISEN SOHLEN DURCH DEN SCHNEE

Besonders in den südlicheren Gefilden des Landes gehören Ski- und Snowboard fahren fast schon zum guten Ton. Für alle, die sich nicht auf steile Pisten und wackelige Bretter trauen, hält der Winter noch jede Menge andere Aktivitäten im Schnee parat. Wie wäre es zum Beispiel mit einer entspannten Schneeschuh-Wanderung?

Ursprünglich nutzen vor allem die Trapper Nordamerikas diese Art der Fortbewegung, um auf dem Schnee leichter von A nach B zu gelangen. Heute werden die Tennisschläger großen Schuhe eher als Sportgeräte genutzt. Der Vorteil: Im Gegensatz zum Skifahren muss die Nutzung von Schneeschuhen nicht extra erlernt werden, sondern nach einer kleinen Umgewöhnungsphase kann jeder dieser Sportart nachgehen und die Winterwelt so auf eine ganz gemächliche Art und Weise entdecken. Für Anfänger empfiehlt es sich an geführten Wanderungen teilzunehmen, denn die Tourguides kennen die besten Routen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden und in einer Gruppe wird das Ganze auch noch viel geselliger.

## MIT HUND & SCHLITTEN

Ein verschneiter Waldweg auf dem man in beachtlichem Tempo dahin gleitet? Nein, die Rede ist hier nicht vom Skifahren, denn für die Geschwindigkeit sorgen in diesem Fall keine zwei Bretter, sondern mehrere Hunde. Um genauer zu sein: Huskys. Denn diese findet man nämlich nicht nur in den nördlichsten Ländern der Erde, sondern durchaus auch in Deutschland.

In verschiedenen Regionen des Landes wie dem Harz, dem bayrischen Wald oder dem Sauerland finden Hundefans Anbieter, die verschiedene Winter- und auch Sommertouren anbieten. Hier lernt man nicht nur viel über die Eigenschaften der speziellen Hunderasse, sondern auch wie man einen Hundeschlitten lenkt. Ob dick eingepackt im vorderen Teil des Schlittens

oder eher abenteuerlustig beim „Mushing“, bei dem man hinten auf den Schlittenkufen steht: eine Tour mit den Huskys ist immer ein ganz besonderes Erlebnis und das perfekte Wintervergnügen für Hundeliebhaber.

## DIE KLASSIKER

Was früher noch als exotisch galt, hat heute fast jeder schon einmal ausprobiert – klar, die Rede ist vom Skifahren oder Snowboarden. Seit 1950 wurden etliche Skigebiete erschlossen, Lifte und Pisten gebaut und so wurde das Skifahren zum echten Lieblingssport. Auch viele Regionen in Deutschland bieten Wintersportfans verschiedene, spannende Skigebiete, die für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet sind. Für den perfekten Pistentag müssen es daher nicht immer die Alpen sein. So bietet zum Beispiel auch der Harz, in der Mitte des Landes, genügend Raum für Ski und Snowboarder.

Etwa zehn Skigebiete sind hier erschlossen und bieten insgesamt über 500 km verschiedener Pisten, Langlaufloipen und Rodelbahnen. Auch der Schwarzwald gilt als eines der schneesichersten Skigebiete in Deutschland und bietet abwechslungsreiche Abfahrten für jeden Geschmack. So gar in Hessen, rund um den Naturpark Vogelsberg liegt im Winter Schnee, sodass sich auch hier Wintersportler auf ihre Kosten kommen.



**AKZENT Hotel** ★★★  
**Gasthof Krone**

Würzburger Straße 23  
97264 Helmstadt  
**Telefon:** 09369 9 06 40  
**Email:** info@gasthof-krone.de  
**www.gasthof-krone.de**



### WINTERTRÄUME ...EINE KURZE AUSZEIT

Genießen Sie ruhige Wintertage in unserem AKZENT Hotel Gasthof Krone. Mit einem heißem Glühwein oder einer heißen Schokolade begrüßen wir Sie bei der Anreise. Gerne geben wir Ihnen Tipps für Ausflüge und Erkundungen in der Region.

■ 1x Übernachtung	Buchbar vom 01.11.22 – 05.03.23
■ 1x Krone Frühstücksbuffet	
■ 1x 3-Gang-Menü – Fränkische Spezialitäten	DZ Classic p.P. 89,00 Euro DZ Komfort p.P. 96,00 Euro
■ 1x Glühwein oder heiße Schokolade	EZ 122,00 Euro

Ein besonderes Erlebnis bietet das **AKZENT** Hotel Gasthof Krone in Helmstadt mit seinem speziellen Winter-Arrangement. In der Nähe von Würzburg und mitten in der Rhön gelegen ist das **AKZENT** Hotel der perfekte Ausgangspunkt, um nicht nur verschneite Weinberge zur erwandern, sondern sich auch im Skifahren, Rodeln oder sogar Eistauchen zu versuchen. Nach einem ereignisreichen Tag im Schnee wartet ein heißer Glühwein oder Kakao. Vor allem lädt die familiäre Atmosphäre im **AKZENT** Hotel Gasthof Krone zum Entspannen ein.

Östlich von Bamberg und Nürnberg, rund um Hersbruck befindet sich die Region „Frankenjura“, die sich als wahres Outdoor-Paradies beweist. Hier liegt Muggendorf. Der Ort verfügt über einen Skilift und einen Rodelhang. Hier kommen Wintersportfans voll auf ihre Kosten. Im Muggendorfer **AKZENT** Hotel Goldner Stern und seinem kleinen Bruder, dem **AKZENT** Hotel Sternla, finden Gäste nach einem sportlichen Tag auf der Piste ausreichende Erholung.



**AKZENT Hotels** ★★★★★  
**Goldner Stern & Sternla**

Marktplatz 6 + 1  
 91346 Wiesenttal/Muggendorf  
**Telefon:** 09196 929 80  
**Email:** hotel@goldner-stern.de  
**www.goldner-stern.de**





## WINTERSPORT AUF EINEM VULKAN?

Kein Problem in der Urlaubsregion rund um den Vogelsberg. Zugegeben sind die meisten Vulkane in Deutschland zum Glück schon erloschen. Heutzutage hat sich das ehemals größte Vulkangebiet Deutschlands in eine wunderschöne Naturlandschaft gewandelt. Auch der Winter hält regelmäßig Einzug auf den höchsten Erhebungen im Vogelsberg und beglückt Besucher mit viel Schnee.

Damit sind besonders der Hoherodskopf und der Taufstein ideale Gipfel für Wintersport aller Art. Auf Langläufer wartet ein ausge dehntes Loipennetz und drei Skilifte bringen Anfänger und geübte Skifahrer oder Snowboarder zu den Abfahrten. Mitten in der Region finden Urlauber das **AKZENT** Hotel Haus Sonnenberg.

Das **AKZENT** Hotel ist der perfekte Ausgangspunkt, um die vielseitige Region rund um Schotten zu erkunden. Damit sich alle Gäste rundum wohlfühlen, bieten die 30 Doppel – und 17 Einzelzimmer nicht nur eine komfortable und moderne Ausstattung, sondern auch auf einen freundlichen und engagierten Service wird in dem familiengeführten Hotel besonders viel Wert gelegt.



**AKZENT Hotel** ★★★   
**Haus Sonnenberg**

Laubacher Str. 25  
 63679 Schotten  
**Telefon:** 06044 96210  
**Email:** info@hotel-haus-sonnenberg.de  
**www.hotel-haus-sonnenberg.de**



## DIE GARANTIE FÜR SCHNEE!

Wintersportvergnügen im Herzen Norddeutschlands: Mitten in der Lüneburger Heide liegt eines der schneesichersten Wintersportreviere Deutschlands, der SNOW DOME Bispingen. Auf der 300 m langen und bis zu 100 m breiten Piste können Skifahrer und Snowboarder schwungvoll fahren.

Für die fortgeschrittenen Fahrer bietet der große Funpark mit vielen Hindernissen jede Menge Action. Außerdem lädt die längste Indoor-Rodelstrecke Deutschlands Kinder und Erwachsene zu rasanten Schlittenfahrten ein. Selbst bei

© shurkin\_son - stock.adobe.com

trübem grau-in-grau Matschwetter herrschen hier frostige Temperaturen und eine weiße Pracht. Ideal für einen Tagestrip mit der ganzen Familie.

Knappe drei Kilometer vom SNOW DOME Bispingen entfernt liegt das **AKZENT Hotel Zur Grünen Eiche**. Das Drei-Sterne-Superior-Hotel im Süden der Lüneburger Heide bietet 40 exklusiv eingerichtete Doppel- und fünf Einzelzimmer. Für Gaumenfreuden sorgt die Küche des Hauses mit norddeutschen Spezialitäten sowie ausgewählten Fleisch- und Fischgerichten.

	<b>AKZENT Hotel</b> ★★★  <b>Zur Grünen Eiche</b>	
<b>Ihre Gastgeber</b> Familie Rieckmann-Krüger	Mühlenstraße 6 29646 Bispingen-Behringen <b>Telefon:</b> 05194 98580 <b>Email:</b> info@hotel-behringen.de <b>www.hotel-behringen.de</b>	

## JETZT GEHT'S RUND! – REIFENRODELN

Aus Amerika stammt eine neue Trend-Wintersportart. Beim Snowtubing setzen sich eine oder mehrere Personen in einen mit Luft gefüllten Schlauch, der dem eines großen Autoreifens ähnelt. Sitzend oder liegend schlittert man nun auf einer speziell angelegten Fahrbahn mit Steilkurven und kleinen Hügeln hinab.

Während der Fahrt drehen sich die Gefährte um die eigene Achse, rutschen aus der Bahn oder bleiben hängen – was zum Spaßfaktor dieser Sportart enorm beiträgt. Erfolgreich widersetzen sich die Geräte jedem Versuch, sie zu lenken.

Da trotz ausreichender Sicherheitsmaßnahmen noch Restriktionen bestehen, ist das Tragen von Helmen auf den meisten Bahnen Pflicht. Schließlich soll der Spaß im Schnee ohne Bedenken gewährleistet sein. Geeignet ist Snowtubing für alle Wintersportfans.

Eine Altersgrenze gibt es für diese Sportart natürlich nicht. Reifenrodeln wird in vielen Wintersportgebieten als zusätzliche Attraktion zum Vergnügungsprogramm und auch in Skihallen angeboten.



Ausflug zum schönsten

# MITTELGEBIRGE

der Welt

## AKZENT CONCORDE HOTEL VIKTORIA

Mittendrin in der abwechslungsreichen Urlaubsregion Taunus liegt das AKZENT Concorde Hotel Viktoria. Das 4-Sterne-Hotel im Luftkurort Kronberg verfügt über 42 stilvoll, modern ausgestattete Zimmer und ist der perfekte Ausgangspunkt, um den Taunus zu entdecken.







„Das schönste Mittelgebirge der Welt“ – so bezeichnete zumindest Alexander von Humboldt den Taunus. Die Entdeckungen des Naturforschers sind lange her, aber die Region rund um den Taunus hat bis heute nichts von seiner Schönheit eingebüßt: verwunschene Wälder, historische Spuren vergangener Kulturen, beeindruckende Gipfel und weite Täler. Ob anspruchsvolle Wanderungen und Radtouren oder lieber gemütliche Spaziergänge – hier findet jeder Urlauber die Erholung oder Herausforderung, die er sucht.

## VOM TAUNUS DIE KRON

„Kronberg, du bist ja mein Alles, mein Herz gehört dir, Kronberg vom Taunus die Kron“, so lautet ein Spruch in typischer Mundart der Region. Aber nicht nur der Dialekt hat in Kronberg überdauert, sondern die Stadt hat sich über Jahrhunderte hinweg auch seinen historischen Charakter bewahrt. Der Namensgeber der Stadt, die Burg Kronberg, wacht wie eh und je über die malerische Altstadt, mit seinen verwinkelten Gassen und alten Fachwerkhäusern. Auch Reste der ehemaligen Stadtmauer und des Stadttors sind noch erhalten. Mitten in Kronberg, aber dennoch ruhig gelegen finden Besucher das **AKZENT** Concorde Hotel Viktoria.

Neben einem reichhaltigen Frühstücksbuffet und einer hoteleigenen Sauna, sind besonders die speziellen Arrangements und Veranstaltungen des **AKZENT** Hotels bei den Gästen beliebt. Wie wäre es zum Beispiel mit einem kleinen nächtlichen Abenteuer, bei dem der Nachtwächter die Besucher in die Kronberger Altstadt entführt und sein Wissen rund um die Stadt und die Region zum Besten gibt? Natürlich kommen auch Wanderer, Radfahrer, Romantiker und Familien im **AKZENT** Concorde Hotel Viktoria dank spezieller Angebote voll auf ihre Kosten.

## SIGHTSEEING MIT DEM EBBELWEI-EXPRESS

Nur eine halbe Stunde von Kronberg entfernt liegt Frankfurt am Main. Die Metropole ist mit rund 760.000 Einwohnern die bevölkerungsreichste Stadt des Landes Hessen und die fünftgrößte Deutschlands. Vor allem ist Frankfurt bekannt für seine imposante Skyline und dem großen Flughafen, der mehr als 20.000 Passagiere täglich in die ganze Welt schickt.

Ein echtes Frankfurter Kulturgut ist der Apfelwein. Dieser besteht aus verschiedenen säurehaltigen Äpfeln von hessischen Streuobstwiesen

und hat nur etwa 57 Kalorien auf 100 Milliliter, also um ein Drittel weniger als Weißwein. Er soll die Verdauung und Herzmuskelaktivität anregen, grippalen Infekten vorbeugen und sogar die Schlafqualität verbessern, angeblich ist er sogar gut für die Hirnfunktion. Um die Stadt und ihre Kultur besser kennenzulernen, bietet sich eine Fahrt mit dem „Ebbelwei-Express“ an. Die Bahn bietet neben einer erstklassigen Aussicht auf die Frankfurter Sehenswürdigkeiten auch noch Frankfurter Spezialitäten in geselliger Runde. Während der einstündigen Fahrt bleibt genügend Zeit, bei Musik und Brezeln den originalen Frankfurter Apfelwein oder Apfelsaft ausgiebig zu genießen.

## WANDERPARADIESE IM TAUNUS

Natürlich lässt sich die Region rund um das **AKZENT** Concorde Hotel Viktoria nicht nur auf vier Rädern erkunden, sondern viele ausgezeichnete Rad- und Wanderweg durchziehen den Taunus. Beliebt sind Wanderungen vor allem rund um den „Großen Feldberg“, der mit 881 Metern die höchste Erhebung im Taunus ist. Wer den Berg erklimmt, meistert anspruchsvolle Wanderrouen und wird mit spektakulären Aussichten belohnt. Im Naturpark Rhein-Taunus erwartet Wanderer zudem ein weiteres Highlight: das mit rund 21.000 Hektar größte zusammenhängende Waldgebiet Hessens! Auch eine Etappe des bekannten Rheinsteigs führt durch den Naturpark.

Für alle, die auf ihrer Wanderung nicht nur die teils unberührte Natur genießen, sondern auch noch alte Kulturdenkmäler entdecken möchten, sollten den Limeserlebnispfad erwandern. Der im Jahr 2021 zum wiederholten Mal als Qualitätsweg „Wanderbares Deutschland“ ausgezeichnete Limeserlebnispfad folgt dem einstigen römischen Wall, der die Grenze zwischen dem römischen Reich und Germanien darstellte. Vor allem die Reste der kleinen und großen der damaligen Kastelle sowie die zahlreichen Wachtürme der Römer können hier besichtigt werden.



**AKZENT** ★★★★★  
**Concorde Hotel Viktoria**  
 Viktoriastraße 7  
 61476 Kronberg  
**Telefon:** 06173 92100  
**Email:** viktoriam@concorde-hotels.de  
**www.concordehotel-viktoria.de**

Ihre Gastgeberin  
 Petra Weidmann





# GESUND MIT HAUT UND HAAR

## WINTERPFLEGE

Im Winter werden Haut und Haare ordentlich strapaziert und müssen einiges aushalten – denn draußen ist es nasskalt und drinnen herrscht trockene Heizungsluft. Ganz klar also, dass sich der ständige Temperaturwechsel auf unseren Körper negativ auswirkt. Deshalb ist es wichtig, dass wir uns gerade jetzt eine Extraportion Pflege gönnen. Die Lösung ist eine winterliche Haut- und Haarpflege – reichhaltig, rückfettend und feuchtigkeitsspendend.

### HAUTPFLEGE

Ein wichtiger Teil der Hautpflege im Winter ist die Zufuhr von reichlich Feuchtigkeit. Lotionen und Hautcremes, die zusätzlich einen gewissen Fettanteil haben, sollten äußerlich aufgetragen werden. Nicht vergessen werden dürfen vor allem die Füße, die besonders zur Trockenheit neigen. Auch innerlich kann dem Feuchtigkeitshaushalt nachgeholfen werden, denn auch im Winter ist es sehr wichtig, viel Wasser zu trinken.

Zudem wirkt die Haut im Winter oft blass und grau. Vitaminreiche Cremes beleben die Haut und geben ihr den nötigen Energiekick. Vor allem die Gesichtshaut sollte zu ihrem Schutz mit genügend Vitaminen versorgt werden. Wenn einmal nicht die richtige Creme zur Hand ist, ist eine vitaminreiche Maske auch schnell selbst gemacht: eine halbe Avocado, ein Teelöffel frisch gepresster Zitronensaft und ein Eiweiß verquirlen, auf das Gesicht auftragen und nach 20 Minuten mit einem warmen, feuchten Waschlappen abwaschen.

Ebenfalls gut für die Haut: ein Bad in Sole. Die Wirkung der Sole rührt vor allem von ihrem Salzgehalt. Salz ist in der Lage Entzündungen zu lindern. Das liegt allgemein daran, dass Salz antiseptisch ist. Außerdem hat das Naturprodukt die Fähigkeit, Giftstoffe aus der Haut zu ziehen. Die Kombination dieser beiden Wirkungen macht die Sole zu einem natürlichen Wundermittel bei Hautproblemen. Aber auch Menschen, die nicht unter solchen Problemen leiden, profitieren von der Anwendung: Dank der Fähigkeit Giftstoffe zu entziehen, verbessert sich das Hautbild. Ein guter Ausgangspunkt bietet das **AKZENT** Hotel Berlin in Bad Bevensen. Unweit vom Hotel entfernt befindet sich die Jod-Sole-Therme Bad Bevensen, in der sich die Gäste in jodhaltiger Thermalsole entspannen und zeitgleich was für ihren Körper tun können.



**AKZENT Hotel** ★★★  
**Berlin**

Alter Wiesenweg 11  
29549 Bad Bevensen  
**Telefon:** 05821 5060  
**Email:** info@hotel-berlin-bad-bevensen.de  
**www.hotel-berlin-bad-bevensen.de**

**Ihre Gastgeber**  
Familie Narres



### DIE MINIKUR

- 5x Übernachtung inkl. Halbpension
  - 2x klassische Massage mit Bewegungsübungen (à 45 Min.)
  - 5x freien & unbegrenzten Eintritt in die Therme
- DZ p.P. 580 - 655 Euro  
EZ 622 - 697 Euro

Dermatologen sind sich einig: Peelings sind essentiell für ein strahlendes und gesundes Hautbild. Durch das Peeling am Körper und im Gesicht werden alte Hautschüppchen entfernt, was die Regeneration der Haut ankurbelt. Neue Zellen und Kollagen können jetzt gebildet werden. Außerdem kann die Haut Pflegeprodukte viel besser aufnehmen.



### DIY ROSE SUGAR SCRUB

**Zucker | Olivenöl | Seifenfarbe pink  
getrocknete Rosenblüten**

Zum Abmessen zuerst ein Einmachglas mit Zucker füllen und dann in eine Schüssel geben. Danach 4 EL Olivenöl zum Zucker hinzugeben und unterrühren. Alternativ kann auch Kokosöl verwendet werden.

Für die rosa Färbung die pinke Seifenfarbe hinzugeben und alles zu einer Masse verrühren. Rosenblüten in einem Mörser zerkleinern und mit in die Zuckermasse geben. Zum Schluss alles wieder in das Einmachglas füllen.

### HAARPFLEGE

Unsere Haare werden im Winter schnell spröde und trocknen aus. Denn zusätzlich zur Luft des Haartrockners kommt jetzt auch noch die Wärme der Heizung hinzu. Deshalb sollte mindestens einmal in der Woche eine Haarkur einmassiert werden, die Feuchtigkeit und Nährstoffe an das Haar zurückgibt. Soweit es möglich ist, sollte auch der Föhn vermieden werden. Es sollte jedoch auch vermieden werden, mit dem nassen Schopf in die Kälte zu gehen – die Haare können frieren und abbrechen.

Häufiges Haarewaschen strapaziert die Haare zusätzlich. Das Nachfetten des Haares sorgt für eine natürliche Schutzschicht zwischen Kopfhaut und Haar. Die Tage zwischen dem Waschen kann man mit einem Trockenshampoo überbrücken. Dieses sorgt für angenehme Nebeneffekte wie duftende und voluminöse Haare.

Nicht nur im nassen Zustand ist die Kälte ein Stressfaktor für die Haare. Gegen jegliche Witterungen im Winter, wie Regen, Schnee und Kälte, dienen Mützen als optimaler Schutz. So kann man mit gutem Gewissen Weihnachtsmärkte und ihre Köstlichkeiten genießen.

## LIPPENPFLEGE

Auch unsere Lippen bleiben von dem Wechsel kalter Außentemperaturen und warmer Heizungsluft nicht unberührt. Eine sorgfältige Pflege ist Pflicht, damit sie nicht rau, trocken oder spröde werden. Besonders betroffen sind in der Regel die Mundwinkel, die häufig einreißen.

Da unsere Lippen nicht wie die normale Haut Talgdrüsen und keinen Fett-Wasser-Film besitzen, werden sie nicht von sich selbst aus mit Fett und Feuchtigkeit versorgt. So sind sie vor äußeren Eindrücken schlechter geschützt. Das Pflegeprodukt muss ausreichend Feuchtigkeit spenden und sollte kleine kaputte Stellen heilen. Geeignet sind Pflegen mit Shea-Butter und Aprikosenkernöl sowie Mandel-, Oliven- oder Jojobaöl.

Lippenbalsam lässt sich aus vier Zutaten ganz einfach selber machen. Das macht Spaß, spart Geld und man weiß genau, was in der Pflege enthalten ist!



### LIPPENPFLEGE

**10 g Sheabutter | 10 g Kokosöl  
10 g Bienenwachs | 1 Tropfen Rosenöl  
(oder anderes ätherisches Öl)**

Gebe Sheabutter, Kokosöl und Bienenwachs in eine hitzebeständige Schale und schmelze die Zutaten im Wasserbad bei geringer Hitze.

Sobald sich die Zutaten verflüssigt haben, verrührst du alles gut zu einer homogenen Masse. Nimm das Schälchen aus dem Wasserbad und rühre anschließend ein bis zwei Tropfen ätherisches Öl ein.

Fülle die Masse direkt danach in die Döschen und lasse den Lippenbalsam aushärten. Stelle den Balsam danach noch für eine Stunde in den Kühlschrank, damit er komplett fest wird.

## HANDPFLEGE

Nicht nur, dass die Hände oft der kalten Luft ausgesetzt sind, auch das vermehrte Händewaschen in der Erkältungszeit strapaziert die Haut enorm. So ist es wichtig, die Hände regelmäßig mit einer Feuchtigkeitspflege einzucremen. Den Händen sollte man zwischendurch auch mal ein erholsames Ölbad gönnen. Hierzu lauwarmes Wasser zusammen mit ein bis zwei Esslöffeln Olivenöl in eine Schale geben, und die Hände zehn Minuten darin baden. Auch eine Kur tut den Händen gut.

Als Abschluss noch eine sehr fettige Creme auf die Hände geben und dünne Baumwollhandschuhe überziehen. So sind die Hände frei, um sich anderen Dingen zu widmen, gleichzeitig hat jedoch die fettige Creme genügend Zeit, vernünftig einzuziehen.

Statt eine Handcreme teuer zu kaufen, können stattdessen Hände mit einer eigenen Creme gepflegt werden, das Beste an dem folgenden Rezept ist, dass nur zwei Zutaten benötigt werden und sie blitzschnell zubereitet ist.



### KAKAOBUTTER-HANDCREME

**160 g Kokosöl | 140 g Kakaobutter**

Wasser in einem Topf erhitzen, die Schüssel hineinstellen und die Kakaobutter bei mittlerer Hitze im Wasserbad schmelzen lassen. Die Schüssel mit der flüssigen Kakaobutter aus dem Wasserbad nehmen, das Kokosöl hinzugeben und beide Zutaten gründlich miteinander verrühren. Je nachdem, ob die Creme zu fest oder zu flüssig ist, noch etwas Sheabutter oder Kokosöl hinzufügen.

Die fertige Handcreme in einen sauberen Cremetiigel oder ein Schraubglas abfüllen und auskühlen lassen.



# UNSERE HAUT

| WISSENSWERTES

**DAS GRÖSSTE ORGAN DES KÖRPERS** – Ein Erwachsener hat eine Hautoberfläche von ungefähr 1,5 bis 2 m<sup>2</sup>. Die Haut hat zusammen mit dem unterliegenden Bindegewebe ein Gewicht von ungefähr 18 Kilogramm.

**MUTTERMALE** – Muttermale sind unbedenkliche Hautflecken, die bei fast jedem Menschen vorkommen. Menschen mit heller Haut haben im Durchschnitt 20 Muttermale, Menschen mit dunkler Hautfarbe durchschnittlich 9. Es handelt sich um Anhäufungen pigmentproduzierender Zellen in der Haut.

**3 SCHICHTEN** – Die Haut ist 1 - 3 mm dünn und besteht aus mehreren Schichten mit unterschiedlichen Funktionen. Die oberste Schicht wird Oberhaut (Epidermis) genannt. Neben der Produktion neuer Zellen findet hier der Austausch von Nähr- und Abfallstoffen statt. Unter ihr befindet sich die Lederhaut (Dermis). Diese enthält Fasern, welche die Haut kräftig und elastisch machen. Unter der Lederhaut liegt eine als Unterhaut (Subcutis) bezeichnete Bindegewebschicht. Sie besteht vor allem aus Fettgewebe, das den Körper schützt und Wärme speichert.

**5 TAUSEND  
SINNESZELLEN**

**1 METER  
BLUTGEFÄSSE**

**FÜNF  
HAARE**

**150 TAUSEND  
PIGMENTZELLEN**

**1 cm<sup>2</sup>  
Haut**

**HUNDERT  
SCHWEISSDRÜSEN**

**FÜNFZEHN  
TALGDRÜSEN**

**600.000  
ZELLEN**

**4 METER  
NERVEN-  
BAHNEN**

# WIE DAS DUFDET <sup>oo</sup> WEIHNACHTSGEWÜRZE <sup>oo</sup>

Hmm, wie gut das riecht! Wenn feines Zimtaroma durch die Küche zieht, dann steht Weihnachten vor der Tür.



© Nafasta Breen - stock.adobe.com



## NELKE

Gewürznelken gehören zur Familie der Myrtengewächse. Ursprünglich stammen sie aus Indonesien. Heute werden sie weltweit angebaut. Nelken sind die getrockneten Blütenknospen des Gewürznelkenbaumes. Sie sind entweder als ganze Knospen oder gemahlen als Pulver erhältlich.

Es sollte darauf geachtet werden, dass das Pulver dunkelbraun ist. Eine sandige Farbe verrät mitvermahlene Blütenstängel.

**Geeignet für:** Indische Gerichte, Marinaden, Punsch



## KARDAMOM

Kardamom wird der Familie der Ingwergewächse zugeordnet und wächst bevorzugt in tropischen Regionen. Die getrocknete Fruchtkapsel mit aromahaltigen Samen gehört mit Safran und Vanille zu den teuersten Gewürzen. Zu kaufen gibt es sowohl die ganzen Kapseln als auch die gemahlene Samen. Jedoch verfliegt das Aroma bei gemahlenem Kardamom recht schnell, sodass die Samen in den Kapseln am besten immer kurz vor der Verwendung frisch gemörsert werden.

**Geeignet für:** Asiatisches Essen, Reisgerichte, Weihnachtskekse (gemahlen)



## ZIMT

Der Zimtbaum wird den Lorbeergewächsen zugeordnet. Seine Heimat ist Südasiens. Der aromatisch-süßliche Ceylon-Zimt stammt aus Sri Lanka. Sein kräftigeres Pendant, der Cassia-Zimt, stammt aus China. Der in der Küche verwendete Zimt ist die innere Rinde des Zimtbaumes. Beim Kauf sollte auf eine eher blasse Farbe geachtet werden, die für eine bessere Qualität steht. Bei Zimtstangen erkennt man die Sorten leicht: Cassia-Zimtstangen sind in einer dicken Schicht gerollt, Ceylon-Zimtstangen haben viele, eher blättrige Schichten.

**Geeignet für:** Wildgerichte, Rinderbraten, Dunkle Soßen und Marinaden



## TONKABOHNE

Die Tonkabohne, auch Tonka-Bohne oder Tonka Bohnen geschrieben, stammt ursprünglich aus Südamerika. Der Tonkabohnenbaum gehört zur Familie der Hülsenfrüchtler. Sein Holz ist als brasilianisches Teakholz sehr begehrt. Der Geschmack der ganzen Tonkabohne ist leicht süß und zugleich fein-herb im Aroma mit einer ganz zarten Rum-Note. Tonkabohnen erinnern außerdem ein wenig an Vanille und Mandel.

**Geeignet für:** Süßspeisen, exotische Gerichte



## ANIS & STERNANIS

Anis stammt aus dem Mittelmeerraum. Das typische Lakritz-ähnliche, süßliche und herbe Aroma hat sie dem ätherischen Öl Anethol zu verdanken. Es ist am stärksten, wenn die Samen noch ganz sind.

Das weihnachtliche und intensiv-süßliche Aroma des Sternanis sitzt, anders als beim echten Anis, in den Fruchtwänden. Auch hier ist das ätherische Öl Anethol Grund für das typische Aroma.

**Geeignet für:** Tee, Glühwein, Liköre, Weihnachtskekse, Marmeladen



## PIMENT

Der Pimentbaum gehört zu den Myrtengewächsen. Zu finden sind die Bäume heute vor allem in Mexiko und Jamaika. Die Pimentkörner duften intensiv und erinnern an Nelken, Pfeffer, Zimt und Muskatnuss.

Seinen Namen hat der Nelkenpfeffer von seiner Schärfe – „Piment“ kommt nämlich aus dem Spanischen und bedeutet „Pfeffer“.

**Geeignet für:** Wildgerichte, Rinderbraten, dunkle Soßen und Marinaden



## DIY- GLÜHWEINGEWÜRZ

**12 Kardamomkapseln | 10 Nelken | 1 Sternanis | 1 Zimtstange | 8 Pimentkörner | 2 TL Anis (ganz) | 1 Orange | 60 g Mascobado Vollrohrzucker**

Kardamomkapseln von der Schale befreien und mit Nelken, Sternanis, zerstoßener Zimtstange, Pimentkörnern und Anissamen in einen Mörser geben. Alle Gewürze mit einem Stößel zermahlen. Orangenschale abreiben, zu den Gewürzen geben und zerstoßen. Mit Vollrohrzucker vermengen und in ein Einmachglas füllen.

Für aromatischen, selbstgemachten Glühwein Gewürzmischung mit 1 l Rotwein erwärmen und heiß genießen!

## CHAI-STERNE MIT MANDELN

**250 g Puderzucker | 3 Eiweiß (Gr. M) | Salz | 500 g gemahlene Mandeln ohne Haut | 1/2 TL gemahlener Kardamom | 1/2 TL Ingwer | 1/2 TL Gewürznelken | 1 TL Zimt | Mark von 1 Vanilleschote**

250 g Puderzucker fein sieben. Eiweiß steif schlagen, dabei 1 Prise Salz und den Puderzucker einrieseln lassen. Ca. 5 EL Eischneemasse zum späteren Bestreichen der Schneeflocken abnehmen und kaltstellen.

Mandeln, Kardamom, Ingwer, Nelken und Zimt mischen und mit Vanillemark zur restlichen Eischneemasse geben. Mit den Knethaken des Rührgerätes zu einem glatten Teig verkneten.

Backofen vorheizen (E-Herd: 150°C/Umluft: 130°C/Gas: s. Hersteller) und zwei Backbleche mit Backpapier auslegen. Zwei große Stücke Frischhaltefolie (à ca. 30x45 cm) dünn mit Puderzucker bestäuben. Mandelteig zwischen den Folien 0,5–1 cm dick ausrollen. Sterne (à ca. 8 cm Ø) ausstechen, dabei Rest Teig wieder kurz verkneten, ausrollen und ausstechen.

Sterne auf die Backbleche verteilen und mit der kalt gestellten Eischneemasse bestreichen. Blechweise nacheinander im heißen Ofen ca. 15 Minuten backen. Kurz abkühlen lassen. Vorsichtig vom Papier lösen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.







## TONKABOHNEN CRÈME BRÛLÉE

**200 ml Sahne | 100 ml Milch | 40 g Zucker  
| 3 Eigelb | ½ Tonkabohne | Zucker zum  
Karamellisieren**

Sahne und Milch in eine Schüssel geben, den Zucker einrieseln lassen und gut verrühren, bis sich dieser aufgelöst hat. Die Tonkabohne mit einer Muskatreibe reiben. Mit den Eigelben zur Sahne geben und nochmals verrühren. Die Mischung kann jetzt etwas ruhen, 30 Minuten sollten es aber mindestens sein.

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen, die Masse nochmals kurz durchrühren und in feuerfeste Förmchen füllen. Die geriebene Tonkabohne bleibt gerne am Schüsselboden kleben, diese mit einem Löffel lösen und die Schälchen nochmal vorsichtig durchrühren.

Eine Auflaufform mit kochendem Wasser füllen, die Schälchen hineinstellen und alles im Ofen für ca. 50 Minuten stocken lassen. Die Schälchen herausnehmen, komplett abkühlen lassen und abgedeckt für ca. 6 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

Zum Servieren aus dem Kühlschrank nehmen, sofort mit Zucker bestreuen und mit einem Brenner karamellisieren.

## WILDRAGOUT

**900 g Wildfleisch | 650 ml Rinderbrühe |  
1 Becher Crème Fraîche | 150 ml Rotwein  
| 1 Zwiebel | 100 g Speck | 2 EL Mehl | 1  
Lorbeerblatt | 5 Wacholderbeeren | 2 Ge-  
würznelken | 1 TL Thymian | Salz & Pfeffer**

Zwiebel in kleine Würfel schneiden, Wildfleisch in größere. Brühe in einem Topf heiß werden lassen und die Gewürze dazu geben. In einem anderen Topf den Speck in Butter anbraten.

Das Wildfleisch dazu geben und alles mit Salz & Pfeffer würzen. Die Zwiebeln hinzugeben und anbraten. Etwas Mehl zum Binden hinzugeben.

Mit der Hälfte der warmen Brühe ablöschen und ca. 1 Stunde leicht köcheln lassen. Hin und wieder umrühren und Brühe nachgießen. Zum Schluss den Rotwein hinzugeben, die Crème Fraîche unterrühren und nochmal mit Salz & Pfeffer abschmecken.





# Weihnachten

Weihnachten wird in vielen Teilen der Welt gefeiert.

Doch welche Bräuche haben andere Länder eigentlich?



## Sternenhimmel über Polen

In einigen Teilen der Welt, wie der Ukraine oder Polen, steht der richtige Zeitpunkt zum Öffnen der Geschenke in den Sternen geschrieben: Das jüngste Kind beobachtet den Abendhimmel bis der erste Stern erscheint – das ist dann das Zeichen, dass man mit dem Auspacken der Geschenke beginnen kann.



## Weihnachtshexe in Italien

Es ist „Befana“, die den Kindern Italiens Geschenke überbringt, und auch ihr Timing ist ein wenig anders. „Befana“ klopft am 6. Januar, dem Tag der Dreikönigsfeier an und stellt hohe Ansprüche an die Kinder. Wenn sie in diesem Jahr ungezogen waren, füllt sie ihren Strumpf mit Kohle und in manchen Gegenden Italiens bekommen sie nur einen Stock. Allerdings gibt es in Italien auch den „Babbo Natale“. Er ist an den amerikanischen „Santa Claus“ angelehnt und wird immer populärer. Wie sein amerikanisches Vorbild verteilt er bereits am 25. Dezember die Geschenke. Allerdings wird auch die „Befana“ nach wie vor gefeiert, was für italienische Kinder doppelte Freuden bedeuten kann.

In Bulgarien wird das  
Festessen nicht abgeräumt  
– damit in der Nacht die  
Verstorbenen weiter  
schlemmen können

## Australien

In Australien ist zur Weihnachtszeit Hochsommer und daher kommt auch nicht der Glühwein oder deftige Weihnachtsbraten auf den Tisch – in „Down Under“ wird mit einem kühlen Bier oder Wein angestoßen und die Familien treffen sich traditionell im Garten und veranstalten bunte Barbecue-Partys. Doch auch ohne filmreifes Weihnachtswetter kommen die Australier durch viele Lichterketten und Weihnachtsschmuck in die richtige Stimmung. Je größer der Weihnachtsbaum, desto besser – und ja: es ist ein Plastikbaum. Echte Tannen wachsen hier nämlich nicht.



## Slowakischer Weihnachtspudding

Pudding ist eine beliebte Nachspeise. In der Slowakei und Teilen der Ukraine wärmt Pudding nicht nur das Herz, sondern kann auch die Zukunft vorhersagen: Das älteste männliche Mitglied einer Familie nimmt einen Löffel voll vom „Loksa“-Pudding und wirft ihn an die Decke. Desto mehr Pudding kleben bleibt, umso mehr Glück wird man haben.



## Überfall in der Karibik

Wer Urlaub in karibischen Ländern wie der Dominikanischen Republik oder Puerto Rico macht, muss damit rechnen, überfallen zu werden. Der „Überfall“ (Asalto) ist ein Weihnachtsbrauch, bei dem sich die Menschen während der Weihnachtszeit mit Musikinstrumenten bewaffnen und überraschend bei Freunden und Verwandten ins Haus fallen, um sie mit Musik und Gesang zum Feiern zu bringen. Diese haben dann keine andere Wahl! Generell ist das Weihnachtsfest in diesen Ländern weniger besinnlich, sondern eher feuchtfröhlich. Die meisten Bräuche finden dazu auf der Straße statt. Kein Wunder – bei 30 °C sitzt niemand gemütlich vor dem Kamin.



## Spanien

Die größte Lotterie der Welt, auch „El Gordo“ (auf Deutsch: der Fette) genannt, schüttet alle Jahre wieder riesige Gewinnsummen aus. In diesem Jahr sind es insgesamt unglaubliche 2,5 Milliarden Euro! Viele Lose werden von Vereinen gekauft. Diese verkaufen Anteile mit einem kleinen Preisaufschlag, der in die Vereinskasse wandert, an ihre Mitglieder weiter. Auch in vielen Kneipen können solche Anteile an vom Wirt gekauften Losen erworben werden. Traditionsgemäß werden die Lottozahlen von 22 Schulkindern gesungen.



## Weihnachtsgurke in den USA

In den Vereinigten Staaten ist es ein Brauch, den Weihnachtsbaum mit einer Weihnachtsgurke (englisch Christmas Pickle) zu behängen. Bei dieser Gurke handelt es sich um einen aus Glas hergestellten Weihnachtsbaumschmuck in Form einer Gewürzgurke. Durch ihre grüne Farbe ist die Gurke nicht so leicht zu entdecken. Derjenige, der als Erster die Weihnachtsgurke entdeckt, erhält ein zusätzliches Geschenk.

SUPERHELD DES MONATS

# CHICORÉE



+ ... tut der Verdauung gut

+ ... Senkt den Cholesterinspiegel

+ ... stärkt das Immunsystem

+ ... fördert die Sehkraft

+ ... liefert Mineralstoffe

Samstag, 3. Dezember 2022

Sonntag, 4. Dezember 2022

**ARD** **ZDF** **RTL** **SAT.1** **PRO 7** **RTL ZWEI**

**17.00** Das Traumhotel **18.30** Der Ranger – Paradies Heimat **19.57** Lotto **20.00** Tagesschau  
**Achtung: Fußball-WM! Programmänderungen möglich!** **16.50** Bares für Rares **18.05** SOKO Wien **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Bergretter  
**15.15** Winter Castle 2 – Eine winterliche Liebe **17.00** Viel Lärm um Weihnachten **18.45** RTL Aktuell **19.05** Life  
**14.55** K11 **15.25** K11 **15.55** K11 **16.25** K11 **16.59** So gesehen **17.00** K11 **17.30** K11 **18.00** K11 **18.30** K11 **19.00** K11 **19.30** K11 **19.55** Sat.1 Nachrichten  
**16.50** Two and a Half Men **17.15** Fresh off the Boat **17.45** Fresh off the Boat **18.15** Newstime **18.25** Die Simpsons **18.50** Die Simpsons **19.15** Die Simpsons **19.45** Die Simpsons  
**15.15** Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt **16.15** Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt **17.15** Die Schnäppchenhäuser **18.15** Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern?

<p><b>20.15</b> Donna Leon <b>21.45</b> Donna Leon <b>23.15</b> Tagesthemen <b>23.35</b> Wort zum Sonntag <b>23.40</b> Kommissar Dupin</p>	<p><b>20.15</b> Friesland <b>21.45</b> Ostfriesenangst <b>22.30</b> The Huntsman &amp; The Ice Queen <b>23.15</b> heute journal</p>	<p><b>20.15</b> Denn sie wissen nicht, was passiert <b>0.00</b> Take Me Out – Boys Boys Boys</p>	<p><b>20.15</b> Daddy's Home 2 – Mehr Väter, mehr Probleme! <b>22.15</b> Promi Big Brother <b>23.50</b> Promi Big Brother – Die Late Night Show <b>1.30</b> 21 &amp; Over</p>	<p><b>20.15</b> Das Duell um die Welt – Team Joko gegen Team Klaas <b>0.30</b> Die beste Show der Welt</p>	<p><b>20.15</b> Hulk <b>22.55</b> Dredd <b>0.40</b> Godzilla</p>
--	---	--	---	--	--

**VOX** **KABEL EINS** **NDR** **NDR** **3SAT** **WDR** **ORF 2** **ORF 2**

**14.55** 4 Hochzeiten **15.55** 4 Hochzeiten **16.55** 4 Hochzeiten **18.00** hundkatzenmaus **19.10** Der Hundeprofi unterwegs **20.15** Das Wunder von Manhattan **22.35** Hellboy – Call of Darkness **0.50** Medical Detectives  
**12.35** Castle **14.30** Castle **15.25** Hawaii Five-0 **16.20** News **16.35** Hawaii Five-0 **17.30** Hawaii Five-0 **18.25** Hawaii Five-0 **19.15** Hawaii Five-0 **20.15** MacGyver **21.15** MacGyver **22.15** MacGyver **23.15** MacGyver **0.10** MacGyver  
**17.35** Neues aus Bütenwarder **18.00** Nordtour **18.45** DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** Polizeiruf 110: Einer von uns **21.45** Charly Hübner **22.45** Polizeiruf 110: Keiner von uns **0.15** Die NDR-Quizshow  
**19.00** heute **19.20** Publikum ... verzweifelt gesucht? **20.00** Tagesschau **20.15** Hollywood in Vienna 2022 **21.55** Harald Naegeli – Der Sprayer von Zürich **22.50** Precht **23.30** Liebe möglicherweise **1.00** Drama, A **1.00** lebens.art  
**20.15** Fühlen Sie sich manchmal ausgebrannt und leer? **21.45** Der verlorene Bruder **23.15** Magical Mystery oder: die Rückkehr des Karl Schmidt **1.00** Fühlen Sie sich manchmal ausgebrannt und leer?  
**19.30** ZIB **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Das Glück ist ein Vogel **21.50** ZIB **22.00** Der Irland-Krimi **23.30** Der Bulle von Tölz **1.05** Das Adventsfest der 100.000 Lichter

**ARD** **ZDF** **RTL** **SAT.1** **PRO 7** **RTL ZWEI**

**17.00** Das Traumhotel **18.30** Der Ranger – Paradies Heimat **19.57** Lotto **20.00** Tagesschau  
**17.15** Die Rosenheim-Cops **18.00** Winter auf Hiddensee **18.30** Terra Xpress **18.55** Aktion Mensch Gewinner **19.00** heute **19.15** Abenteuer Winter – Tiere im Schnee  
**15.10** Ein Weihnachtssprinz **17.00** Weihnachten ist mehr als ein Wort **18.45** RTL Aktuell **19.05** Exklusiv – Weekend **19.05** Magazin  
**14.05** Die Chaoscamper **16.00** Daddy's Home 2 – Mehr Väter, mehr Probleme! **17.55** Julia Leischik sucht **19.55** Sat.1 Nach.  
**10.10** Die beste Show der Welt **13.40** Unglaublich! Spektakuläre Momente vor laufender Kamera **16.20** taff weekend **17.45** Newstime **17.55** Galileo Stories **18.30** #ranNFLsüchtig  
**14.10** Die Schnäppchenhäuser **15.10** Die Schnäppchenhäuser **16.15** Die Schnäppchenhäuser **17.15** Mein neuer Alter **18.15** GRIP – Das Motormagazin **19.00** Magazin

<p><b>20.15</b> Tatort: Freddy tanzt <b>21.45</b> Tatort: Die Zeit ist gekommen <b>23.15</b> Tagesthemen <b>23.35</b> tit <b>0.05</b> Rogue Trader</p>	<p><b>20.15</b> Rosamunde Pilcher ... <b>21.45</b> heute journal <b>22.15</b> Die purpurnen Flüsse <b>23.45</b> Die Windsors: Charles <b>0.35</b> Inspector Barnaby</p>	<p><b>20.15</b> Last Christmas <b>22.15</b> stern TV am Sonntag <b>23.45</b> Last Christmas <b>1.40</b> The Boy Next Door</p>	<p><b>20.15</b> Spieglein, Spieglein – Die wirklich wahre Geschichte von Schneewittchen <b>22.15</b> Promi Big Brother <b>23.50</b> Promi Big Brother – Die Late Night Show</p>	<p><b>19.00</b> American Football: NFL <b>22.20</b> American Football: NFL <b>1.45</b> Das Duell um die Welt – Team Joko gegen Team Klaas</p>	<p><b>20.15</b> Der seltsame Fall des Benjamin Button <b>23.35</b> Unfriended <b>1.10</b> Unknown User 2 – Dark Web</p>
--	---	---	---	---	---

**VOX** **KABEL EINS** **NDR** **NDR** **3SAT** **WDR** **ORF 2** **ORF 2**

**12.55** Criminal Intent **13.45** Criminal Intent **14.40** Eingehackt und ausgehackt **15.40** Stadt, Land, Flucht **16.45** auto mobil **17.55** Das Wunder von Manhattan **20.15** Kitchen Impossible **23.35** Prominent! **0.20** Medical Detectives  
**13.00** Achtung Abzocke **15.00** Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt **16.00** News **16.15** Mein Lokal, Dein Lokal **17.10** Mein Lokal, Dein Lokal **18.10** Mein Lokal, Dein Lokal **19.10** Mein Lokal, Dein Lokal **20.15** Trucker Babes **22.10** Abenteuer Leben am Sonntag **0.15** Willkommen bei den Reimanns  
**16.30** Schmeckt. Immer. **17.00** Bingo! **18.00** Ostseereport **18.45** DAS! **19.30** Ländermagazine **20.15** Inseln, die Sie kennen sollten **21.45** Die NDR-Quizshow **22.30** Hätten Sie's gewusst? **23.15** Quizduell – Olymp **0.05** Inseln, die Sie kennen sollten  
**19.00** heute **19.10** Einsame Alpendörfer **19.40** Schätze der Welt **20.00** Tagesschau **20.15** Die Anstalt **21.05** Die Carolin-Kebekus-Show **21.50** Extraklasse **22.30** Na siehste! **23.15** Nicht dein Ernst! **1.05** Amerikas Naturwunder  
**16.30** Der kulinarische Adventskalender **18.00** Tiere suchen ein Zuhause **18.45** Akt. Stunde **19.30** Westpol **20.00** Tagesschau **20.15** Die Azoren **21.45** Na siehste! **22.30** Na siehste! **23.15** Nicht dein Ernst! **0.00** „Schorsch“ Aigner  
**19.30** ZIB **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Tatort: Freddy tanzt **22.10** Im Zentrum **23.05** Peter Handke – Bin im Wald. Kann sein, dass ich mich verspäte... **0.35** Der Geschmack Europas

**ARD**  
**17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Großstadtrevier **19.45** Wissen vor acht – Zukunft **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau **20.15**  **20.15** Mordkommission Istanbul **21.45** Mordkommission Istanbul **23.15** Tagesthemen **23.50** #unterAlmans **0.50** Tagesschau

**ZDF**  
**Achtung: Fußball-WM! Programmänderungen möglich!** **17.45** Leutheute **18.00** SOKO Potsdam **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Spieler, Zocker, Influencer **20.15**  **20.15** Und tot bist du! – Ein Schwarzwaldkrimi **21.45** Und tot bist du!... **23.15** heute journal **23.45** Hunter Killer **0.20** Total Recall **0.40** Total Recall

**RTL**  
**16.00** Ulrich Wetzell – Das Strafgericht **17.00** RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ **20.15**  **20.15** Wer wird Millionär? – Das Phänomen: Promis zwischen Tränen und Triumph **22.15** RTL Direkt **22.35** Extra – Das RTL Mag. **23.25** Spiegel TV **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Justice

**SAT.1**  
**15.00** Klinik am Südring **16.00** Klinik am Südring **16.30** Britt – Der Talk **17.30** Britt – Der Talk **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten **20.15**  **20.15** Die Comedy Märchenstunde **22.15** Promi Big Brother **23.50** Promi Big Brother – Die Late Night Show **1.30** Genial daneben

**PRO 7**  
**15.40** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo **20.15**  **20.15** The Big Bang Theory **20.40** The Big Bang Theory **21.10** The Big Bang Theory **21.35** The Big Bang Theory **22.05** The Big Bang Theory **22.35** The Big Bang Theory **23.00** The Big Bang Theory **23.30** The Big Bang Theory **0.00** The Big Bang Theory

**RTL ZWEI**  
**13.55** Hartz und herzlich **16.00** RTLZWEI News **16.05** Südklinik am Ring **17.05** Südklinik am Ring **18.05** Köln 50667 **18.10** Doku-Soap. Nur wir Zwei **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap **20.15**  **20.15** Die Geissens **21.15** Die Geissens **22.20** Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern? **0.20** Armes Deutschland **1.55** Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt

**ARD**  
**17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** WaPo Bodensee **19.45** Wissen vor acht **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau **20.15**  **20.15** In aller Freundschaft **21.00** In aller Freundschaft **21.45** FAKT **22.15** Tagesthemen **22.50** Ein Jahr für Deutschland? **23.35** Tagesschau **23.45** In aller Freundschaft **0.30** In aller Freundschaft

**ZDF**  
**Achtung: Fußball-WM! Programmänderungen möglich!** **17.45** Leutheute **18.00** SOKO Köln **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Rosenheim-Cops **20.15**  **20.15** Das Traumschiff **21.45** Kreuzfahrt ins Glück **23.15** heute journal **23.45** Markus Lanz **1.00** Das Tal der toten Mädchen **0.45** Das Tal der toten Mädchen

**RTL**  
**16.00** Ulrich Wetzell – Das Strafgericht **17.00** RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ **20.15**  **20.15** Take Me Out XXL **22.15** RTL Direkt **22.35** Take Me Out XXL **23.20** Drei Engel für die Truppe – Militärselbsterlöserinnen im Einsatz **0.00** RTL Nachtjournal

**SAT.1**  
**15.00** Klinik am Südring **16.00** Klinik am Südring **16.30** Britt – Der Talk **17.30** Britt – Der Talk **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten **20.15**  **20.15** Navy CIS **21.15** Navy CIS: L.A. **22.15** Promi Big Brother **23.50** Promi Big Brother – Die Late Night Show **1.30** Navy CIS **2.20** Navy CIS: L.A.

**PRO 7**  
**15.40** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo **20.15**  **20.15** Darüber staunt die Welt – Die sensationellsten Show-Momente Show **22.45** Late Night Berlin – Musik-Spezial **0.00** Darüber staunt die Welt Show **2.15** Late Night Berlin

**RTL ZWEI**  
**16.00** RTLZWEI News **16.05** Südklinik am Ring **17.05** Südklinik am Ring **18.05** Köln 50667 **18.10** Doku-Soap. Ho, Ho, Ho, Asshole **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap **20.15**  **20.15** Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern? **22.15** Armes Deutschland – Deine Kinder **0.20** Autopsie Dokureihe

**ARD**  
**17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Walzmann ermittelt **19.45** Wissen vor acht – Erde **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau **20.15**  **20.15** Das Weihnachtschnittzel **21.45** Plusminus **22.15** Tagesthemen **22.50** Maischberger **0.05** Tagesschau **0.15** Das Weihnachtschnittzel **0.20** Das Weihnachtschnittzel

**ZDF**  
**16.10** Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leutheute **18.00** SOKO Wismar **18.54** Lotto **19.00** heute **19.25** Blutige Anfänger **20.15**  **20.15** AktENZEICHEN XY ... ungelöst **21.45** heute journal **22.15** auslandsjournal **22.40** Ampel im Ausnahmezustand – Regieren in der Zeitenwende **23.15** Markus Lanz **0.30** heute journal update

**RTL**  
**16.00** Ulrich Wetzell – Das Strafgericht **17.00** RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ **20.15**  **20.15** Der Preis ist heiß **22.15** RTL Direkt **22.35** stern TV **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Wohnung verzweifelt gesucht **0.30** extra 3

**SAT.1**  
**15.00** Klinik am Südring **16.00** Klinik am Südring **16.30** Britt – Der Talk **17.30** Britt – Der Talk **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten **20.15**  **20.15** Promi Big Brother **1.15** Jeremy Fragrance – Number One: Von „Promi Big Brother“ zurück in die Welt

**PRO 7**  
**15.40** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo **20.15**  **20.15** TV total **21.25** Pokerface – nicht lachen! **23.35** TV total Show **0.35** Pokerface Show

**RTL ZWEI**  
**16.00** RTLZWEI News **16.05** Südklinik am Ring **17.05** Südklinik am Ring **18.05** Köln 50667 **18.10** Doku-Soap. Lilli verrennt sich **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap **20.15**  **20.15** „Die Schnäppchenhäuser“ Spezial **22.15** Die Schnäppchenhäuser **23.10** Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt **0.10** Autopsie Dokureihe

<b>ARD</b> 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 In aller Freundschaft 19.45 Wissen vor acht 19.55 Wirtschaft 20.00 Tagesschau	<b>ZDF</b> 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 halledeutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante	<b>RTL</b> 16.00 Ulrich Wetzels – Das Strafgericht 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ	<b>SAT.1</b> 15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt – Der Talk 17.30 Britt – Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten	<b>PRO 7</b> 15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo	<b>RTL ZWEI</b> 16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 Südklinik am Ring 18.05 Köln 50667 19.05 Doku-Soap 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap Zwei Engel für Milla
 20.15 Steirergeld Kriminalfilm, A/D 2022 Mit Anna Unterberger 21.45 Monitor Magazin 22.15 Tagesthemen 22.50 extra 3 Magazin 23.35 Die Florian Schroeder Satireshow Show 0.20 Tagesschau	 20.15 Die schönsten Weihnachts-Hits Show 22.00 heute journal 22.30 maybrit illner 23.30 Markus Lanz 0.45 heute journal update 1.00 Filmgorilla Magazin 1.10 Die Bestie von Bayonne	 20.15 LEGO Masters – Winterchampion 22.15 RTL Direkt 22.35 Toy, Toy, Toy – Unsere beliebtesten Spielzeuge 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Schmugglerparadies Deutschland	 20.15 Geh aufs Ganze! Show Moderation: Jörg Draeger, Daniel Boschmann 22.30 Die Comedy Märchenstunde Show 0.20 Genial daneben Mod.: Hugo Eggen Balder 1.20 Genial daneben 2.10 Auf Streife Doku-Soap	 20.15 Schlag den Besten Show Mod.: Elton Kommentar: Ron Ringguth 22.55 10 Jahre Duell um die Welt Joko und Klaas blicken zurück Mod.: Klaas Heufer-Umlauf, Joko Winterscheidt 2.40 Spätnachrichten	 20.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt Reportage Hamburg 22.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt Reportage Hannover 0.20 Der Trödeltrupp 1.10 Der Trödeltrupp 1.55 Der Trödeltrupp
<b>VOX</b> 15.00 Shopping Queen 16.00 Guidos Deko Queen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 The Green Mile 0.05 Gefängnisfilm, USA 1999 0.05 Medical Detectives 1.20 Medical Detectives 2.10 Medical Detectives	<b>KABEL EINS</b> 15.50 News 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal Reportage 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Rosins Restaurants Ein Sternkoch räumt auf Show 22.20 K1 Magazin 23.25 Achtung Abzocke – Betrüger auf der Spur 1.20 Late News	<b>NDR</b> 18.00 Ländermagazine 18.15 Brennpunkt im Umbruch 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Wyoming aktuell 21.00 Die schönsten Züge des Welt 21.45 NDR Info 22.00 The Split 22.50 The Split 23.45 Großstadtrevier 0.35 Hamburg Transit	<b>3SAT</b> 17.00 St. Moritz 17.40 St. Moritz 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Wer bezahlt die Zukunft? 0.05 DokuFilm, D 2022 21.45 Ausverkauf der Bergdörfer 22.35 auslandsjournal extra 23.05 Munitionslager Mitholz 0.25 10vor10	<b>WDR</b> 18.10 Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Live Krone 2022 21.45 WDR aktuell 22.15 Frau tv 22.45 Menschen hautnah 23.05 Menschen hautnah 23.30 Amour fou Drama, A/LUX/D 2014 1.00 Jazzline 2.40 Erlebnisreisen	<b>ORF 2</b> 19.30 ZIB 19.48 Wetter 19.54 Feierabend 20.05 Seitenblicke 20.15 Alice im Weihnachtsland Liebesfilm, D 2021 21.50 ZIB 22.00 Alle Nadeln an der Tanne Komödie, D 2020 23.35 Der Atem des Himmels Drama, A 2010 1.30 Kleine große Stimme Drama, A 2015

<b>ARD</b> 16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Quizduell – Olymp 19.45 Wissen vor acht 19.55 Wirtschaft 20.00 Tagesschau	<b>ZDF</b> Achtung: Fußball-WM! Programmänderungen möglich! 17.00 heute 17.10 halledeutschland 18.00 SOKO Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose	<b>RTL</b> 16.00 Ulrich Wetzels – Das Strafgericht 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ	<b>SAT.1</b> 15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt – Der Talk 17.30 Britt – Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten	<b>PRO 7</b> 15.35 The Big Bang Theory 16.00 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo	<b>RTL ZWEI</b> 16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 Südklinik am Ring 18.05 Köln 50667 19.05 Doku-Soap 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap Ein Hoch auf die Freundschaft
 20.15 Das Kindermädchen: Mission Kanada Komödie, D 2020 21.45 Das Kindermädchen: Mission Südafrika Komödie, D 2018 23.15 Tagesthemen 23.50 Mankells Wallander Inkasso. Krimi, S/D/DK 10	 20.15 Die Chefin Krimiserie. Fremder Sohn Mit Katharina Böhm 21.15 SOKO Leipzig 22.00 heute journal 22.30 heute-show 23.00 ZDF Magazin Royale 23.30 aspekte Reihe 0.15 heute journal update	 20.15 Die ultimative Chart-Show Show. Die erfolgreichsten Skandalhits. Gäste: Evelyn Burdecki, Olivia Jones, Janine Kunze, Eloy de Jong, Dieter Hallervorden 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Mario Barth deckt auf	 20.15 111 chaotische Kollegen! Show 22.15 111 abgefahrene Verkehrskraacher! Show 0.05 111 Show (Wh.) 1.50 Sechserpack Klugschreiber & Wichtigtuere 2.15 Sechserpack Show 2.40 Sechserpack Show	 20.15 Transformers: Ära des Untergangs Actionfilm, USA/CHN/HK 14 23.40 The Mechanic Actionthriller, USA 2011 1.25 Spätnachrichten 1.30 Transformers: Ära des Untergangs Actionfilm, USA/CHN/HK 14	 20.15 Die Welle Drama, D/F 2008. Mit Jürgen Vogel Regie: D. Gansel 22.25 Operation Walküre – Das Stauffenberg Attentat Kriegsdrama, USA/D/I 2008 0.40 Hard Kill Actionthriller, USA 2020
<b>VOX</b> 15.00 Shopping Queen 16.00 Guidos Deko Queen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Law & Order: Special Victims Unit 21.10 Law & Order: Special Victims Unit 22.05 Law & Order: Special Victims Unit 23.00 Law & Order 23.55 nachrichten	<b>KABEL EINS</b> 11.15 Elementary 15.50 News 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal Reportage 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS 22.15 Criminal Minds 23.15 Criminal Minds 0.10 Criminal Minds 1.05 Late News	<b>NDR</b> 18.00 Ländermagazine 18.15 Hofgeschichten 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Tür auf! Neuer Schliiff im alten Landgasthof 21.15 Traumhäuser 21.45 NDR Info 22.00 Popschlager, die Sie kennen sollten 23.30 NDR Talk Show 0.30 Käpt'n's Dinner	<b>3SAT</b> 17.45 Die gefährlichsten Schulwege der Welt 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Tod im Internet (1/2) Das verschwundene Mädchen Politthriller, D 2017 22.00 ZIB 2 22.00 Kölnertreffen Western, USA 1993 0.30 10vor10	<b>WDR</b> 16.00 aktuell 16.15 Hier und heute 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.10 Lokalzeit 18.15 Ausgerechnet 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Lokalzeit live 21.00 Dynastien in NRW 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.45 Salon Simonetti 0.15 Kölner Treff	<b>ORF 2</b> 18.51 infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Chefin 21.20 Vera 22.00 ZIB 2 22.25 Euro-millionen in NRW 23.35 3 Am Runden Tisch 23.05 Universum History 0.35 Die Chefin

<b>ARD</b> 16.55 Tagesschau 17.00 Das Traumhotel Marokko. TV-Familienfilm, D/A 2014 18.30 Meine Mutter... ist unmöglich Romantikkomödie, D 2018 19.57 Lotto 20.00 Tagesschau	<b>ZDF</b> Achtung: Fußball-WM! Programmänderungen möglich! 16.55 heute Xpress 17.00 Bares für Rares 18.05 SOKO Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Bergretter	<b>RTL</b> 15.10 Schicksalhafte Weihnachten Drama, USA 2018 17.00 Eine königliche Winterromanze Filmenfilm, USA 2017. Mit Merritt Patterson 18.45 RTL Aktuell 19.05 Life	<b>SAT.1</b> 13.00 Mein Mann kann 14.00 Mein Mann kann 14.55 Britt – Der Talk 16.00 Britt – Der Talk 16.59 So gehen 17.00 Britt – Der Talk 18.00 Britt – Der Talk 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten	<b>PRO 7</b> 16.50 Two and a Half Men 17.15 Fresh off the Boat 17.45 Fresh off the Boat 18.15 Newstime 18.25 Die Simpsons 18.50 Die Simpsons 19.15 Die Simpsons 19.45 Die Simpsons	<b>RTL ZWEI</b> 14.20 Die Schnäppchenhäuser 15.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt 16.15 Die Schnäppchenhäuser 17.15 Die Schnäppchenhäuser 18.15 Armes Deutschland
 20.15 Donna Leon Das Mädchen seiner Träume Krimireihe, D 2010 21.45 Donna Leon Die dunkle... Krimireihe, D 08 23.15 Tagesthemen 23.35 Wort zum Sonntag 23.40 Mord im Loft Thriller, B/USA 2014	 20.15 Stubbe – Tödliche Hilfe Krimi, D 2020 21.45 Ein starkes Team Tödliche Seilschaften Krimireihe, D 2019 23.15 heute journal 23.30 Schneemann Drama, GB/USA/S 2017 1.20 heute-show Show	 20.15 Denn sie wissen nicht, was passiert Das Best-of! (2). Moderation: Barbara Schöneberger, Günther Jauch, Thomas Gottschalk 0.00 Take Me Out – Boys Boys Boys Moderation: Jan Köppen	 20.15 Pacific Rim Sci-Fi-Film, USA 2013 Mit Charlie Hunnam 22.55 Zorn der Titanen Fantasyfilm, USA/E 2012 0.50 Cloverfield Actionthriller, USA 2008 2.05 Zorn der Titanen Fantasyfilm, USA/E 2012	 20.15 Das Duell um die Welt – Team Joko gegen Team Klaas Mitwirkende: Stefanie Giesinger, Jan Köppen, Micky Beisenherz, Bosse 0.10 Die beste Show der Welt Show 2.50 Schlag den Besten	 20.15 Shang-High Noon Actionkomödie, USA/HK 2000. Mit Jackie Chan 22.25 Der Schakal Thriller, USA/GB/F 1997 Mit Richard Gere 0.50 Kill Command – Die Zukunft ist unbesiegbar Sci-Fi-Horror, GB 16
<b>VOX</b> 15.55 Guidos Deko Queen 16.55 Guidos Deko Queen 18.00 hundkatzemaus 19.10 Der Hundeprof unterwegs 20.15 Die Chroniken von Narnia – Die Reise auf der Morgenröte Fantasyfilm, USA/GB 2010 22.30 The Green Mile Gefängnisfilm, USA 1999 2.05 Medical Detectives	<b>KABEL EINS</b> 13.35 Castle 14.30 Castle 15.25 Hawaii Five-0 16.25 News 16.35 Hawaii Five-0 17.30 Hawaii Five-0 18.25 Hawaii Five-0 19.20 Hawaii Five-0 20.15 MacGyver 21.15 MacGyver 22.15 MacGyver 23.15 MacGyver 0.10 MacGyver	<b>NDR</b> 17.35 Neues aus Büttenwarder 18.00 Nordtour 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Ich bin dein Mensch Komödie, D 2021 21.55 Tatort: Taxi nach Leipzig Krimireihe, D 1970 23.25 Tatort: Taxi nach Leipzig Krimireihe, D 2016 0.55 deep und deutlich classics	<b>3SAT</b> 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Ich rechne, also bin ich 20.00 Tagesschau 20.15 Kultur-King Korea Wie südkoreanische Popkultur die Welt erobert 21.15 Popcult Japan 22.00 Won't Forget These Days 23.00 Geronimo – Eine Legende Western, USA 1993 0.50 lebens.art	<b>WDR</b> 17.15 Björns Gourmet-Geheimnisse 17.45 Kochen mit Martina und Moritz 18.15 Der Vorkoster 18.45 Akt. Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Der Club der singenden Metzger Drama, D 1923 10 Ein Schnittzel für alle Komödie, D 13 0.40 Schnittzel geht immer Komödie, D 16	<b>ORF 2</b> 20.05 Seitenblicke 20.15 Inga Lindström: Der Autor und ich Liebesgeschichte, D/S 2022 21.50 ZIB 2022 Der Irland-Krimi 2021 Vergebung. Kriminalfilm, D 2021 23.30 Der Bulle von Tölz In guten Händen. Krimireihe, D 2004 1.05 Der Atem des Himmels Drama, A 2010

Das Erste ARD ZDF RTL SAT.1 PRO 7 RTL ZWEI

17.00 Brisant 17.44 Gewinnzahlen 17.45 Tagesschau 18.00 Bericht aus Berlin 18.05 Magazin 18.30 Weltspiegel 19.15 Sportschau 20.00 Tagesschau

20.15 Polizeiruf 110: Abgrund 21.45 Anne Will 22.45 Tagesthemen 23.05 ttt - Titel, Thesen, Temperamente 23.35 Druckfrisch

17.40 Ski alpin: Weltcup 17.55 Adventskonzert aus Dresden 18.00 Konzert 18.55 Aktion Mensch Gewinner 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.30 Magazin 19.30 Die Schiffbrüchigen

20.15 Inga Lindström: Der Autor und ich 21.45 heute-journal 22.15 Die purpurnen Flüsse 23.05 ttt - Titel, Thesen, Temperamente

15.10 Der König und die Eisprinzessin 16.55 Eine Königin zu Weihnachten 18.45 RTL Aktuell 19.03 Wetter 19.05 Exklusiv

20.15 2022! Menschen, Bilder, Emotionen 23.30 Wahrheit oder Pflicht 1.25 Momentum

16.00 40 Tage und 40 Nächte 17.55 Julia Leischik sucht: Bitte melde Dich 18.55 Julia Leischik sucht: Bitte melde Dich 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Pirates of the Caribbean 5: Salazars Rache 22.55 Pacific Rim

6.25 Superior Donuts. What the Truck? / Gibt's ein Problem, Officier? / Brotège. What the Truck? 7.50 Galileo 360° 16.20 taff weekend 17.45 Newstime 17.55 Galileo Stories 18.30 #ranNFLsüchtig

19.00 American Football: NFL 22.20 American Football: NFL 1.50 Das Duell um die Welt - Team Joko gegen Team Klaas

14.10 Die Schnäppchenhäuser - Der Traum vom Eigenheim: Wir ziehen ein 15.10 Die Schnäppchenhäuser 16.15 Die Schnäppchenhäuser 17.15 Mein neuer Alter 18.15 GRIP

20.15 Cast Away - Verschollen 23.05 Master and Commander: Bis ans Ende der Welt

15.50 Stadt, Land, Flucht - Wir ziehen raus 16.55 auto mobil 18.05 Die Chroniken von Narnia - Die Reise auf der Morgenröte 19.10 Kitchen Impossible - Die Weihnachts-Edition 23.40 Prominent! 0.25 Medical Detectives 1.25 Medical Detectives

14.55 Mein Lokal, Dein Lokal 15.55 News 16.10 Mein Lokal, Dein Lokal 17.10 Mein Lokal, Dein Lokal 18.10 Mein Lokal, Dein Lokal 19.10 Mein Lokal, Dein Lokal 20.15 Trucker Babes - 400 PS in Frauenhand 22.10 Abenteuer Leben am Sonntag 0.15 Trucker Babes - 400 PS in Frauenhand

16.30 Schmeckt. Immer. 17.00 Bingo! 18.00 Nordseereport 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazin 20.00 Tagesschau 20.15 Jung und Wild in der Heide - Eine Region blüht auf 21.45 Die NDR Quizshow 22.30 Hätten Sie's gewusst? 23.15 Quizduell - Olymp 0.05 Anne Will

19.40 Schätze der Welt 20.00 Tagesschau 20.15 Michael Mittermeier: Safety First 21.00 Wir sind's Ruhr 0.0 Show 21.45 Eine stürmische Bescherung - Weihnachten bei den vier Meerjungfrauen 20. Komödie, D 2007 23.15 American Outlaws - Western, USA 2001

19.30 Westpol 20.00 Tagesschau 20.15 Wunderschön! 21.45 Na siehste! - Das TV Kultur-Quiz mit Elton 22.30 Na siehste! - Das TV Kultur-Quiz mit Elton 23.15 Nicht dein Ernst! 0.00 Der Sandro-Report - Zahlmann Live 0.30 Der Meisterreporter - Sigmar Seelenbrecht wird 81

19.17 Lotto 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Tatort: Katz und Maus 20.15 Tatort: 2022 21.50 ZIB 2 am Sonntag 22.10 Im Zentrum 23.05 Mein Vater, der Fürst 0.30 Exil unter Palmen - Verbannt nach Hollywood

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Großstadtvier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau

20.15 Trautmann 22.05 Tagesthemen 22.40 Pornoland Deutschland - Von Süchtigen und Profiteuren 23.25 1923! Der lange Schatten der Inflation

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leuteheute 18.00 SOKO Potsdam 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 WISO

20.15 Extraklasse - on Tour 21.45 heute-journal 22.15 Hamilton 23.40 heute-journal update 23.55 Zwischensaison

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ

20.15 Ohne Limit 22.15 RTL Direkt 22.35 Ohne Limit 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Justice - Die Justizreportage 1.15 Ohne Filter 2.10 CSI: New York

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Die Comedy Märchenstunde 22.30 Die Comedy Märchenstunde 0.35 Geh aufs Ganze! 2.25 So gesehen Magazin

15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo

20.15 Young Sheldon 20.40 Young Sheldon 21.10 United States of AI 21.40 United States of AI 22.05 Die Simpsons 22.30 The Big Bang Theory 23.00 The Big Bang Theory 23.30 The Big Bang Theory

16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 Südklinik am Ring 18.05 Köln 50667 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin - Tag & Nacht 19.05 Berlin - Tag & Nacht 20.05 Doku-Soap

20.15 Die Geissens 21.15 Die Geissens 22.15 Pop-Giganten 0.15 Armes Deutschland 1.55 Armes Deutschland - Stempeln oder abrackern? 2.00 Dokureihe

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.13 #VOXStimme 20.15 Die Höhle der Löwen 23.10 Goodbye Deutschland! 0.15 vox nachrichten 0.35 Medical Detectives

16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Sherlock Holmes 22.00 Actionfilm, USA/D/GB 2009. Mit Robert Downey Jr. 22.55 Der Pakt der Wölfe 23.00 Actionthriller, F 2001 1.50 Kabel Eins Late News 1.55 Sherlock Holmes 2.00 Actionfilm, USA/D/GB 2009

18.45 DAS! 19.30 Ländermagazin 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Tricks mit vegetarisch und vegan 21.45 NDR Info 22.00 Heizen ohne Öl und Gas: Welche Alternativen gibt es? 22.45 Kulturjournal 23.15 Das Haus 23.15 Thriller, D 2021 0.40 Oh Baby! Sowas von schwanger

20.15 Die Kleiderordnung der Tiere: Wer trägt was und warum? 21.00 Supermann mit Flossen - Der Rotfeuerfisch 21.40 Erlebnisreisen 22.00 ZIB 2 22.25 Wild - Jäger und Sammler 23.55 Dokumentarfilm, CH 2021 23.55 Bunte Polizei - Einsatz mit Migrationsgeschichte

16.00 WDR aktuell 16.15 Hier und heute 18.00 WDR aktuell 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Der Vorkoster 21.00 Land und lecker 21.45 WDR aktuell 22.15 Die Carolin-Kebekus-Show 23.00 Jürgen von der Lippe XXL

18.15 infos & tips 19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionen-Show 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 kulturMontag 23.30 Orte der Kindheit 0.00 Aus dem Archiv

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 WaPo Bodensee 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau

20.15 In aller Freundschaft 21.00 In aller Freundschaft 21.45 Donna Leon 23.15 Tagesthemen 23.50 In aller Freundschaft

Achtung: Fußball-WM! Programmänderungen möglich! 17.45 Leuteheute 18.00 SOKO Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops

20.15 Die verschwundene Familie 21.45 Die verschwundene Familie 23.15 heute-journal 23.45 Markus Lanz 1.00 Hamilton

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ

20.15 Passagier 23 - Verschwunden auf hoher See 22.45 RTL Direkt 23.00 2022 - SPIEGEL TV-Reporter:innen über ein Jahr im Krisenmodus

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten

20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS: L.A. 22.15 Navy CIS: L.A. 23.15 Bull Krimiserie 0.10 Bull Krimiserie 1.05 Navy CIS 1.55 Navy CIS: L.A. 2.35 Navy CIS: L.A.

15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo

20.15 Darüber staunt die Welt Show 22.30 Late Night Berlin - Musik-Spezial Show 23.30 Darüber staunt die Welt Show 1.35 Late Night Berlin - Musik-Spezial 2.30 Spätnachrichten

16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 Südklinik am Ring 18.05 Köln 50667 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin - Tag & Nacht 19.05 Berlin - Tag & Nacht 20.05 Doku-Soap

20.15 Armes Deutschland - Stempeln oder abrackern? 22.15 Armes Deutschland - Deine Kinder 0.15 Autopsie Dokureihe 1.10 Autopsie Dokureihe

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Hot oder Schrott - Die Allesterter 22.15 Hot oder Schrott - Die Allesterter 23.15 Hot oder Schrott - Die Allesterter 0.15 vox nachrichten

16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Schlaflos in Seattle 21.45 Liebeskomödie, USA 1993. Mit Meg Ryan 22.30 Während du schliefst 23.15 Liebesfilm, USA 1995 0.40 Schlaflos in Seattle 23.15 Liebeskomödie, USA 1993

18.15 Heu, Milch, Ernte-Hektik 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazin 20.00 Tagesschau 20.15 Abenteuer Diagnose 21.15 Panorama 3 21.45 NDR Info 22.00 Helsinki-Syndrom 22.50 Helsinki-Syndrom 23.45 Rente in Griechenland 0.15 Space Dogs. Dokumentarfilm, A/D 2019

19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Harter Brocken: Der Geheimcode 21.00 Kriminallfilm, D 2019 21.40 kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 makro 22.55 Rebels 23.25 Rebels 23.55 Rebels 0.20 Landleben, Hornussen und Vorurteile

16.15 Hier und heute 18.00 WDR aktuell 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort: Auge um Auge 20.15 Tatort: Auge um Auge 21.45 WDR aktuell 22.15 Tatort: Zwischen den Ohren 23.15 Tatort: Kindstod 23.45 Tatort: Kindstod 23.45 Tatort: Kindstod 23.45 Tatort: Kindstod 23.45 Tatort: Kindstod 23.45 Tatort: Kindstod 23.45 Tatort: Kindstod

19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Report 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen 22.35 kreuz und quer 23.20 The Pope and Hitler 0.05 Meine geniale Freundin 0.05 Meine geniale Freundin 0.05 Meine geniale Freundin 0.05 Meine geniale Freundin 0.05 Meine geniale Freundin 0.05 Meine geniale Freundin

**ARD**  
 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant  
 18.00 Wer weiß denn sowas?  
 18.50 Watzmann ermittelt  
 Inkognito 19.45 Wissen vor acht - Erde  
 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft 20.00 Tagesschau





20.15 Donna Leon 20.15 Lasset die Kinder zu mir kommen. Krimireihe, D 2010  
 21.45 Donna Leon Das Gesetz der Lagune Krimireihe, D 2006  
 23.15 Tagesthemen  
 23.50 Donna Leon Krimireihe, D 2010

**ZDF**  
 Achtung: Fußball-WM! Programmänderungen möglich!  
 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar 18.54 Lotto  
 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops






20.15 Die verschwundene Familie 2018. Mit Heino Ferch, Barbara Auer  
 21.45 Die verschwundene Familie Krimifilm, D 2018  
 23.15 heute-journal  
 23.45 Markus Lanz

**RTL**  
 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns  
 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv  
 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ





20.15 Mario Barth deckt auf Achtung Baustelle!  
 22.15 RTL Direkt  
 22.35 stern TV Magazin  
 0.00 RTL Nachtjournal  
 0.35 Ein Lächeln für Manila Doku, D 2018  
 1.25 CSI: Miami Krimiserie  
 2.20 CSI: Miami Krimiserie

**SAT.1**  
 15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.00 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten





20.15 Das große Promibacken Show Weihnachtsspezial  
 23.20 Doppelt kocht besser Plätzchen mit Vanillefrosting und Irish Coffee  
 0.20 Doppelt kocht besser  
 1.20 111 Show  
 2.55 Auf Streife Doku-Soap

**PRO 7**  
 15.35 The Big Bang Theory  
 16.05 The Big Bang Theory  
 16.30 The Big Bang Theory  
 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo





20.15 Galileo 360° Magazin Ranking XXL (2/2). Mod.: Funda Vanroy. Die Spezialausgabe des Wissensmagazins widmet sich in einem Ranking ganz einem Thema - und zwar von allen Seiten.  
 4.35 Spätnachrichten

**RTL ZWEI**  
 16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 Südklinik am Ring 18.05 Köln 50667 Doku-Soap 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap. Der Countdown läuft





20.15 „Die Schnäppchenhäuser“ Spezial Doku-Soap  
 22.15 Die Schnäppchenhäuser - Jeder Cent zählt  
 23.15 Die Schnäppchenhäuser - Jeder Cent zählt  
 0.15 Autopsie - Mysteriöse Todesfälle Dokureihe

**ARD**  
 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant  
 18.00 Wer weiß denn sowas?  
 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft 20.00 Tagesschau





20.15 Seeland - Ein Krimi vom Bodensee Krimifilm, D 2022  
 21.45 Kontraste Magazin  
 22.15 Tagesthemen  
 22.50 extra 3 Magazin  
 23.35 Die Florian Schroeder Satireshow Show  
 0.20 Tagesschau

**ZDF**  
 16.10 Die Rosenheim-Cops  
 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante





20.15 Markus Lanz - Das Jahr 2022 Show  
 22.15 heute-journal  
 22.45 heute-journal  
 23.45 SOKO Wien Krimiserie. Männlich, ledig, unbefriedigt  
 0.30 heute journal update  
 0.45 Filmgorillas Magazin

**RTL**  
 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ





20.15 LEGO Masters - Winterchampion Show Mod.: Daniel Hartwich  
 22.15 RTL Direkt  
 22.35 Toy, Toy, Toy - Unsere beliebtesten Spielzeuge Dokureihe  
 0.00 RTL Nachtjournal  
 0.35 Schmutzige Geschäfte

**SAT.1**  
 15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.00 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten





20.15 Geh aufs Ganze! Show Moderation: Jörg Draeger, Daniel Boschmann  
 22.25 Die Comedy Märchenstunde Show  
 0.30 Die Comedy Märchenstunde Show  
 2.15 Auf Streife Doku-Soap  
 3.05 Auf Streife Doku-Soap

**PRO 7**  
 15.35 The Big Bang Theory  
 16.05 The Big Bang Theory  
 16.30 The Big Bang Theory  
 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo





20.15 Schlag den Besten Show. Mod.: Elton. Kommentar: Ron Ringguth  
 22.55 10 Jahre Duell um die Welt - Joko & Klaas blicken zurück  
 2.40 Spätnachrichten  
 2.45 Schlag den Besten  
 4.50 taff Magazin

**RTL ZWEI**  
 16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 Südklinik am Ring 18.05 Köln 50667 Doku-Soap 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap. Langsam kommt die Wahrheit raus





20.15 Hartes Deutschland - Leben im Brennpunkt Reportagerihe. Kiel  
 22.15 Hartes Deutschland - Leben im Brennpunkt Reportage. Hannover  
 0.20 Der Trödeltrupp  
 1.10 Der Trödeltrupp  
 1.55 Der Trödeltrupp

**ARD**  
 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant  
 18.00 Wer weiß denn sowas?  
 18.50 Quizduell-Olymp 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft 20.00 Tagesschau





20.15 Krauses Weihnacht Komödie, D 2022 Mit Horst Krause  
 21.45 Der Trauerschwindler Doku, D 2022  
 22.15 Tagesthemen  
 22.50 Tatort: Hüter der Schwelle Krimireihe, D 2019

**ZDF**  
 16.10 Die Rosenheim-Cops  
 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Linz 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose





20.15 Die Chefin  
 21.15 SOKO Leipzig  
 22.00 heute-journal  
 22.30 heute-show Show  
 23.15 ZDF Magazin Royale präsentiert: Die Innenministerkonferenz  
 0.00 Der satirische Jahresrückblick Show

**RTL**  
 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ





20.15 Die ultimative Chart-Show Best of 2022 - Die erfolgreichsten Hits des Jahres. Mitwirkende: Andrea Berg, Leony, Nico Santos. Moderation: Oliver Geissen  
 0.00 RTL Nachtjournal  
 0.35 Mario Barth deckt auf

**SAT.1**  
 15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.00 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten





20.15 Charlie und die Schokoladenfabrik Fantasyfilm, USA/GB 05  
 22.35 Spieglein, Spieglein - Die wirklich wahre Geschichte von Schneewittchen Fantasykomödie, USA/CDN 2012

**PRO 7**  
 15.35 The Big Bang Theory  
 16.05 The Big Bang Theory  
 16.30 The Big Bang Theory  
 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo





20.15 TV total Autoball WM Mitwirkende: Sébastien Ogier, Sebastian Puffpaff, Rürík Gíslason, Eko Fresh, Jean Pierre Kraemer. Mod.: Andrea Kaiser, Steven Gätjen. Kommentar: Robert Hunke  
 0.15 Schlag den Star

**RTL ZWEI**  
 16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 Südklinik am Ring 18.05 Köln 50667 Doku-Soap 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap. Da stimmt was nicht





20.15 Das Vermächtnis der Tempelritter Abenteuerfilm, USA 2004. Mit Nicolas Cage  
 22.50 Constantine Horrorthriller, USA/D 2005 Mit Keanu Reeves  
 1.10 Babylon A.D. Sci-Fi-Film, GB/F/USA 2008



**ARD** Das Erste

17.55 Tagesschau 18.00 Fußball: WM 19.10 Snowboard: Weltcup Parallel-Riesenslalom Damen und Herren. Aus Cortina d'Ampezzo (I) 19.50 Wetter 19.57 Lotto 20.00 Tagesschau



20.15 Das Wunder von Kapstadt Drama, D 2022

22.00 3 1/2 Stunden Drama, D 2021

23.35 Tagesthemen

23.55 Das Wort zum Sonntag Magazin

0.00 Ladies Night

**ZDF** ZDF

17.00 heute Xpress 17.05 Länderspiegel 17.35 Es weihnachtet grün - Nachhaltig ohne Plastik und Gift 18.05 SOKO Wien 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Bergretter



20.15 Ein Herz für Kinder 23.15 heute journal 23.30 heute-show 0.15 Der satirische Jahresrückblick 0.45 heute Xpress 0.50 Jesse Stone: Verlorene Unschuld Kriminalfilm, USA 2011

**RTL** RTL

17.00 Ein Weihnachtsbaum ist nicht genug! Romanze, USA/CDN 2021. Mit Danica McKellar 18.45 RTL Aktuell 19.03 Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Life Magazin



20.15 Ottos Märchen Show Show. Gäste: Axel Prah, Ella Endlich, Martin Klempnow, Tahnee, René Marik, Kai Pflaume

22.20 Take Me Out XXL 0.20 Date or Drop 1.10 Mario Barth deckt auf 2.50 Take Me Out XXL

**SAT.1** SAT.1

13.00 Mein Mann kann 14.00 Mein Mann kann 14.55 Britt - Der Talk 15.55 Britt - Der Talk 16.59 So gesehen 17.00 Britt - Der Talk 18.00 Britt - Der Talk 19.00 Britt - Der Talk 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Matilda Komödie, USA 1996. Mit Mara Wilson, Danny DeVito Regie: Danny DeVito

22.20 Die Geister, die ich rief ... Fantasykomödie, USA 1988

0.25 The Drop - Bargeld Drama, USA 2014

**PRO 7** PRO 7

16.50 Two and a Half Men 17.15 Fresh off the Boat 17.45 Fresh off the Boat 18.15 Newstime 18.25 Die Simpsons 18.50 Die Simpsons 19.15 Die Simpsons 19.45 Die Simpsons



20.15 Schlag den Star Show Kandidaten: DJ BoBo (Sänger), Joachim Llambi (Tänzer und Juror) Moderation: Elton. Kommentar: Ron Ringguth

0.15 Schlag den Star Show 4.30 Crash Games - jeder Sturz zählt

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

14.15 Die Schnäppchenhäuser 15.15 Die Schnäppchenhäuser 16.15 Die Schnäppchenhäuser 17.15 Die Schnäppchenhäuser - Jeder Cent zählt 18.15 Armes Deutschland



20.15 Hot Fuzz - Zwei abgewichene Profis Actionkomödie, GB/F/USA 2007. Mit Simon Pegg

22.30 Shaun of the Dead Horrorkomödie, GB/F/USA 2004

0.25 Land of the Dead Horrorthriller, USA 2005

**VOX** VOX

14.55 Guidos Deko Queen 15.55 Guidos Deko Queen 16.55 Guidos Deko Queen 18.00 hundkatzemaus 19.10 Der Hundeprofi unterwegs 20.15 Sisi 21.15 Sisi 22.20 Sisi 23.20 William - Prinz der Herzen, König der Zukunft 0.20 Medical Detectives



20.15 Tatort: Das Opfer Krimireihe, D 2022 Mit Mark Waschke

21.45 Tatort: Hetzjagd Krimireihe, D 2021

23.15 Tagesthemen

23.35 ttt Magazin

0.05 Ben is Back Drama, USA 2018

**KABEL EINS** KABEL EINS

12.40 Castle 13.35 Castle 14.35 Castle 15.30 Hawaii Five-0 16.25 News 16.35 Hawaii Five-0 17.35 Hawaii Five-0 18.25 Hawaii Five-0 19.15 Hawaii Five-0 20.15 MacGyver 21.15 MacGyver 22.15 MacGyver 23.10 MacGyver 0.10 MacGyver



20.15 Ein Taxi zur Bescherung Komödie, D 2022. Mit Dietmar Bär Regie: Dirk Kummer

21.45 heute journal

22.15 Sportler des Jahres 2022

23.45 Fernsehlegenden 0.30 heute Xpress

**NDR** NDR

16.00 Norwegen - Zwischen Fjorden und Fjells 16.45 WaPo-Denisee 17.35 Neues aus Büttenwarder 18.00 Nordturf 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Gejagt - Gejagt 23.25 Die 30 schönsten Hits von Boney M. 0.55 deep und deutlich classics



20.15 Jauch gegen 2022 Show. Mit Günther Jauch. Moderation: Oliver Pocher

23.30 stern TV Spezial U.a.: Fremde Welten - Tierretter im Einsatz

2.00 Jauch gegen 2022 4.55 Der Blaulicht-Report

**3SAT** 3SAT

19.00 heute 19.18 3sat Wetter 19.20 Der antisowjetische Denkmalsturz 20.00 Tagesschau 20.15 Jolanthe und der Nussknacker 21.50 The Swinging Christmas Show 23.25 Life of Pi: Schiffbruch mit Tiger Abenteuerfilm, USA/TWN/GB 2012 1.25 lebens.art



20.15 Sister Act - Eine himmlische Karriere Musikkomödie, USA 1992. Mit W. Goldberg

22.25 Sister Act 2 - In göttlicher Mission Komödie, USA 1993

0.35 The Happening Mysterythriller, USA/IND 2008

**WDR** WDR

17.45 Kochen mit Martina und Moritz 18.15 Der Vorkoster 18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit 20.00 Tagesschau 20.15 NRW feiert Advent Bericht 21.45 Unser Westen 23.15 Lieder meines Lebens - Unsere Lieblingsparade 0.45 Stille Nächte Familienfilm, D 2014



19.00 American Football: NFL Spiel 41 Kommentar: Jan Stecker, Max Zielke

22.20 American Football: NFL Spiel 42 Experte: Patrick Esume

1.50 Joko gegen Klaas - Das Duell um die Welt

**ORF 2** ORF 2

19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Das Wunder von Kapstadt Drama, D 2022 22.09 ZIB 22.20 Mord in bester Gesellschaft In Teufels Küche. Krimireihe, D/A 2013 23.50 Der Bulle von Tölz Der Weihnachtsmann ist tot. Krimireihe, D 2005



20.15 Hot Shots! Die Mutter aller Filme Parodie, USA 1991

21.55 Hot Shots! Der 2. Versuch Parodie, USA 1993. Mit Charlie Sheen

23.35 Das Ding aus einer anderen Welt Horrorthriller, USA 1982

**ARD** Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Bristant 18.00 Wer weiß denn so was? 18.50 Großstadtrevier 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Alle singen Weihnachten Show. Das große Adventsfeiern 2022

22.45 Tagesthemen

23.20 Paris kann warten Komödie, USA 2016 22.20 Men in Black Sci-Fi-Komödie, USA 1997 0.10 nachrichten

**ZDF** ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Potsdam 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 WISO



20.15 Nord Nord Mord Sievers sieht Gespenster Kriminalfilm, D 2022 Mit Peter Heinrich Brix

21.45 heute journal

22.15 Hamilton

23.40 heute journal update

23.55 Melodie Raum 2022 Dokumentarfilm, D 2022

**RTL** RTL

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Ohne Limit Show Mod.: Daniel Hartwich

22.15 RTL Direkt

22.35 Ohne Limit Show

0.00 RTL Nachtjournal

0.35 Die Alltagskämpfer

1.15 Ohne Filter Reihe

1.45 CSI: New York

2.30 CSI: New York

**SAT.1** SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Die Comedy Märchenstunde Tischlein deck dich

22.30 Die Comedy Märchenstunde

0.30 Geh aufs Ganze! Show

2.20 So gesehen Magazin

2.25 Auf Streife Doku-Soap

3.10 Auf Streife Doku-Soap

**PRO 7** PRO 7


15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 Tag 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Young Sheldon 20.40 Young Sheldon 21.05 United States of AI 21.30 United States of AI 22.00 Die Simpsons 22.25 The Big Bang Theory 22.55 The Big Bang Theory 23.20 The Big Bang Theory 23.45 Young Sheldon

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 SOS - Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 Doku-Soap. Zerberrechliches Glück 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap



20.15 Braveheart Drama, USA 1995. Mit Mel Gibson, Sophie Marceau

23.50 What happened to Monday? Sci-Fi-Film, USA/GB/F 2017 Mit Noomi Rapace

2.00 First Kill Actionthriller, USA/CDN/GB 2017

**ARD** Das Erste

16.10 Verrückt nach Meer 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 WaPo Bodensee 19.45 Wissen 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft 20.00 Tagesschau



20.15 In aller Freundschaft 21.00 In aller Freundschaft 21.45 Report Mainz 22.15 Tagesthemen 22.50 ARD-Jahresrückblick 2022 Reportage 23.50 Veronika, das Priesterkind Doku 0.20 Tagesschau

**ZDF** ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops



20.15 Bares für Rares Gast: Ireen Sheer 21.45 heute journal 22.15 Die Anstalt Show 23.00 In 80 Tagen um die Welt 23.45 In 80 Tagen um die Welt 0.35 heute journal update

**RTL** RTL

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Das Haus der Träume Willkommen in Berlin 21.15 Das Haus der Träume 22.15 Das Haus der Träume 23.15 Extra - Das RTL Magazin 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Jäger der verlorenen Schätze Doku

**SAT.1** SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Navy CIS Krimiserie Das falsche Opfer 21.15 Navy CIS: L.A. Krimiserie. Pandora's Box 22.15 Navy CIS: L.A. Männlich, jung, schwarz 23.15 Bull Der beste Lehrer 0.10 Bull Krimiserie 1.05 Navy CIS Krimiserie

**PRO 7** PRO 7

15.40 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Joko & Klaas gegen ProSieben on Ice Mit.: Olaf Schubert, Sarah Connor u.a. 23.30 Balls - für Geld mache ich alles Show 0.30 Balls - für Geld mache ich alles Show 1.25 Spätnachrichten

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News 16.05 Südlinik am Ring 17.05 SOS - Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 Doku-Soap 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap. Vergeben und aufgeben



20.15 Die fantastische Welt von Oz Mit James Franco 23.00 Twist Actionfilm, GB 2021. Mit Rafferty Law 0.45 Die fantastische Welt von Oz Märchenfilm, USA 2013

**VOX** VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner - Wer ist der Profi? 20.15 Hot oder Schrott - Die Allestester 23.20 Hot oder Schrott - Die Allestester 0.20 vox nachrichten 0.40 Medical Detectives



20.15 Nord bei Nordwest Ho Ho Ho! Krimireihe, D 2021 Mit Hinnek Schönemann 21.45 Money Maker Doku 22.15 Tagesthemen 22.50 Muss ich meine Eltern pflegen? 23.35 Tagesschau

**KABEL EINS** KABEL EINS

15.50 News 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal - Der Profi kommt 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 E-Mail für Dich Liebeskomödie, USA 1998 22.45 Doc Hollywood Komödie, USA 1991 0.50 E-Mail für Dich Liebeskomödie, USA 1998



20.15 Erzgebirgskrimi Ein Mord zu Weihnachten. Krimireihe, D 2022 Mit Kai Scheve 21.45 heute journal 22.15 Unterwegs in Schottland 23.00 In 80 Tagen um die Welt Abenteuerserie

**NDR** NDR

18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Nord bei Nordwest Der Andy von nebenan. Krimireihe, D 2021. Mit Hinnek Schönemann 21.45 NDR Info 22.00 Tatort: Das ewig Böse Krimireihe, D 2006 23.30 Tatort: Und dahinter liegt New York Krimireihe, D 2001 1.00 Was kostet...



20.15 Das Haus der Träume Herz und Kopf 21.15 Das Haus der Träume Dramaserie 22.15 Das Haus der Träume Dramaserie 23.15 stern TV Magazin 0.30 RTL Nachtjournal 1.05 Operation Lächeln

**3SAT** 3SAT

19.18 3sat-Wetter 19.20 Künstlerduelle 20.00 Tagesschau 20.15 Der Kommissar und das Meer Lichterfest. Kriminalfilm, D/S 2018 21.45 Kinokino 22.00 ZIB 2 22.25 Schweizer Hundegeschichten 23.15 Alle unter einer Tanne Komödie, D 2014 0.45 10vor10



20.15 Der SAT.1-Jahresrückblick mit Jörg Pilawa Magazin Moderation: Jörg Pilawa 23.00 111 tolle Traumtypen! 1.00 Der SAT.1-Jahresrückblick mit Jörg Pilawa Magazin 3.10 Auf Streife Doku-Soap

**WDR** WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Tatort: Herrenabend Krimireihe, D 2011 21.45 WDR aktuell 22.15 Tatort: Rabenherz Krimireihe, D 2009 23.45 Tatort: Zweierlei Blut. Krimireihe, D 1984 1.10 Morden im Norden



20.15 TV total Show 21.25 Weihnachten mit Joko und Klaas Show 0.50 TV total Show 1.50 Balls - für Geld mache ich alles Show 2.40 Balls - für Geld mache ich alles Show 3.25 Spätnachrichten

**ORF 2** ORF 2

19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Universum 21.05 Universum History 22.00 ZIB 2 22.25 Euromillionen 22.35 Solidaritätsstück 23.10 kreuz und quer 0.05 Meine geniale Freundin Drama, I/USA 2018



20.15 Liebe braucht keine Ferien Liebeskomödie, USA 2006 23.00 Der Unsichtbare Horrorthriller, AUS/USA 2020. Mit E. Moss 1.15 Liebe braucht keine Ferien Liebeskomödie, USA 2006

**ARD** Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 In aller Freundschaft - Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft 20.00 Tagesschau



20.15 Wolfsland 20 Stunden. Kriminalfilm, D 2022. Mit Götz Schubert 21.45 Nuhr 2022 - Der Jahresrückblick 22.45 Tagesthemen 23.20 Kroymann: Schöne Bescherung 23.50 Tagesschau

**ZDF** ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 Jumanji - The Next Level Actionfilm, USA 2019 22.05 heute journal 22.35 Hawaii versteckte Paradiese Doku 23.20 In 80 Tagen um die Welt Abenteuerserie 0.10 In 80 Tagen um die ...

**RTL** RTL

17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 LEGO Masters - Winterchampion Show. Experte: Rene Hoffmeister. Expertin: Elisabeth Kahl-Backes 22.15 RTL Direkt 22.35 Die große sternTV-Weihnachtsauktion 0.15 RTL Nachtjournal

**SAT.1** SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Geh aufs Ganze! Show Moderation: Jörg Draeger, Daniel Boschmann 22.25 Die Comedy Märchenstunde 0.30 Die Comedy Märchenstunde 2.15 Auf Streife Doku-Soap 3.00 Auf Streife Doku-Soap

**PRO 7** PRO 7

15.10 Young Sheldon 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 30 Jahre Quatsch Comedy Club - Legends Of Quatsch Gäste: Michael Mittermeier. Gast: Rüdiger Hoffmann, Ilka Bessin u.a. 23.00 Weihnachten mit Joko und Klaas Show 2.05 Spätnachrichten

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News 16.05 Südlinik am Ring 17.05 SOS - Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 Doku-Soap 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap. Trügerische Liebe



20.15 Schöne Bescherung Komödie, USA 1989 Mit Chevy Chase. Regie: Jeremiah S. Chechik 22.10 Bad Santa Komödie, USA 2016 Mit Billy Bob Thornton 23.55 Black Christmas Horrorthriller, USA/NZ 2019

ARD

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Quizduell - Olymp 19.45 Dittsche vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Der kleine Lord Familienfilm, GB 1980 21.55 Der Wunschzettel Romanze, D 2018 23.25 Tagesthemen 23.55 Kästner und der kleine Dienstag Drama, D/A 2016 1.35 Tagesschau

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leutheute 18.00 SOKO Linz Da Capo 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose



20.15 Die Chefin Krimiserie. Das 5. Gebot Mit Katharina Böhm 21.15 SOKO Leipzig 22.45 heute journal 23.15 In 80 Tagen um die Welt 0.00 In 80 Tagen um die Welt

RTL

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Let's Dance Show Die große Weihnachtsshow. Jury: Motsi Mabuse, Jorge Gonzales, Joachim Llambi. Gast: Bastian Bielendorfer. Mitwirkende: Rürk Gislason u.a. 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Ich setz auf Dich

SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt - Der Talk 17.30 Britt - Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Der Nussknacker und die vier Reiche Fantasyfilm, USA/CDN 2018 Mit Keira Knightley 22.10 Alice im Wunderland: Hinter den Spiegeln Fantasyfilm, USA 2016 0.20 Kill Bill: Vol. 1 Actionfilm, USA 2003

PRO 7

15.10 Young Sheldon 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Guardians of the Galaxy Vol. 2 Sci-Fi-Film, USA 2017. Mit Chris Pratt, Zoe Saldana Regie: James Gunn 23.05 Office Christmas Party Komödie, USA 2016 1.15 Why Him? Komödie, USA/KPU 2016

RTL ZWEI

16.00 RTLZwei News 16.05 Südklinik am Ring 17.05 SOS - Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 - Doku-Soap. Ein Jahr voller Scheiße 19.05 Berlin - Tag & Nacht Doku-Soap



20.15 Troja Drama, USA/GB/MLT 2004. Mit Brad Pitt, Orlando Bloom 23.25 Black Water Actionfilm, CDN/USA 2018. Mit Jean-Claude Van Damme 1.30 Force of Execution Actionfilm, USA 2013 Mit Steven Seagal

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner - Wer ist der Profi? Doku-Soap 20.15 Santa Clause 3 - Eine frostige Bescherung Komödie, CDN/USA 2006 22.05 Men in Black II Sci-Fi-Komödie, USA 2002 23.50 vox nachrichten 0.10 Medical Detectives

KABEL EINS

15.50 News 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Achtung Kontrolle! 20.15 Richie Rich Familienfilm, USA 1994. Mit Macaulay Culkin 22.10 Dennis Komödie, USA 1993 0.05 Big Daddy Komödie, USA 1999 1.45 Kabel Eins Late News

NDR

17.10 Leopard & Co. 18.00 Ländermagazine 18.15 Hofgeschichten 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Geheimnisse eines Grand Hotels - Das Vier Jahreszeiten 21.45 NDR Info 22.00 NDR Talk Show 0.00 Inas Nacht - Best of Singen & Sabbeln

3SAT

19.00 heute 19.18 3sat Wetter 19.20 Künstlerduelle 20.00 Tagesschau 20.15 Die Holzbaronin Drama, D/A 2013. Mit Christine Neubauer 23.10 Die Glasbläserin Historienfilm, D/CZ 2016 0.40 Tief durchatmen, die Familie kommt Komödie, D 2015

WDR

18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Herzensdinge - Lebensgeschichten aus unserem Westen 21.00 Herzensdinge - Lebensgeschichten aus unserem Westen 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 Die Florian Schroeder Satireshow Spezial 0.30 Kölner Treff

ORF 2

19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Zaubrerhafte Weihnacht im Land der „Stillen Nacht“ 22.20 ZIB 22.25 EuroMillionen 22.35 Weihnachten mit Jonas Kaufmann 23.05 Die Trapp Familie - Ein Leben für die Musik Biografie, USA/D/A 2015

ARD

16.55 Tagesschau 17.00 Der Wunschzettel Romanze, D 2018 18.30 Hubert und Staller - Eine schöne Bescherung Krimiserie, D 2018 19.57 Lotto 20.00 Tagesschau



20.15 Wenn das fünfte Lichtlein brennt Komödie, D 2021 21.45 Die Feuerzangenbowle Komödie, D 1944 23.20 Tagesschau 23.30 Das Wort zum So. 23.35 Kath. Christmette zum Heiligen Abend

ZDF

18.00 Weihnachten mit dem Bundespräsidenten Konzert 19.00 heute 19.14 Wetter 19.15 Weihnachten im Erzgebirge mit Jonas Kaufmann Konzert. Ausführende: Jonas Kaufmann u.a.



20.15 Heiligabend mit Carmen Nebel Konzert Christvesper 23.15 heute Xpress 23.20 Wilsberg Alle Jahre wieder. Krimireihe, D 17 1.05 Bridget Jones - Schokolade zum Frühstück Komödie, GB/USA/F 01

RTL

17.05 Mein Schatz, unsere Familie und ich Komödie, USA/D 2008. Mit Vince Vaughn 18.45 RTL Aktuell 19.03 Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Comeback oder weg? Show



20.15 Der Grinch Animationsfilm, F/J/USA 2018 21.50 Santa Clause - Eine schöne Bescherung Komödie, USA 1994 23.40 The Equalizer Actionthriller, USA 2014 2.15 S.W.A.T.: Unter ... Actionfilm, USA 2017

SAT.1

15.54 So gesehen 15.55 Sister Act 2 - In göttlicher Mission Komödie, USA 1993 18.00 Die Geister, die ich rief ... Fantasykomödie, USA 1988. Mit Bill Murray 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Kevin - Allein zu Haus Komödie, USA 1990. Mit Macaulay Culkin, Joe Pesci Regie: Chris Columbus 22.25 Der Polarexpress Animationsfilm, USA 2004 0.15 Kill Bill: Vol. 2 Actionfilm, USA 2004

PRO 7

11.25 Wer stiehlt Olli Schulz die Show? 14.15 Wer stiehlt mir die Show? Show 17.05 Newstime 17.15 Wer stiehlt Niam Farooq die Show? Kandidaten: Joko Winterscheidt, Olli Schulz, Fahri Yardim



20.15 Iron Man 2 Sci-Fi-Film, USA 2010. Mit Robert Downey Jr. 22.40 Transformers Actionfilm, USA 2007 Mit Shia LaBeouf 1.20 The Hole - Die geheimnisvolle Falltür Thriller, USA 2009

RTL ZWEI

14.15 Planet der Affen Sci-Fi-Film, USA 1968 16.30 Rückkehr zum Planeten der Affen Sci-Fi-Film, USA 1970 18.15 Flucht vom Planeten der Affen Sci-Fi-Film, USA 1971



20.15 Rambo Actionfilm, USA 1982 22.05 Rambo II - Der Auftrag Actionfilm, USA/MEX 1985 23.50 Rambo III Actionfilm, USA 1988 1.40 Planet der Affen Sci-Fi-Film, USA 1968

VOX

14.35 Robots Animationsfilm, USA 2005 16.05 Der Grinch Komödie, USA/D 2000 18.05 Ant-Man Sci-Fi-Film, USA 2015 20.15 Eine zauberhafte Nanny Komödie, USA/GB/F 2005 22.20 Bad Boys - Harte Jungs Actionkomödie, USA 1995 0.40 Medical Detectives

KABEL EINS

16.00 News 16.15 Richie Rich Familienfilm, USA 1994 18.05 Top Gun - Sie fürchten weder Tod noch Teufel Actionfilm, USA 1986 20.15 Der Name der Rose Drama, D/W 1986 22.45 Der erste Ritter Abenteuerfilm, USA/GB 1995 1.15 Die Piratenbraut Abenteuerfilm, USA/F/I 1995

NDR

17.35 Heimatgeschichten 18.20 Heimatgeschichten 19.05 Neues aus Büttnerwarder 19.30 Neues aus Büttnerwarder 20.00 Tagesschau 20.15 Der Weihnachtsmuffel Komödie, D 2012 21.45 Die größten Weihnachts-Kulthits 23.45 Loriot 0.10 Neues aus Büttnerwarder

3SAT

19.00 heute 19.10 3sat Wetter 19.15 Träume aus Schokolade - Die Kunst des Pralinenmachens 20.00 Tagesschau 20.15 Johann Sebastian Bach: Weihnachtsoratorium 22.45 Christmas in Vienna - Glanzlichter 0.15 Sarah Connor - Not So Silent Night

WDR

18.45 Aktuelle Stunde 19.30 Lokalzeit-Geschichten 20.00 Tagesschau 20.15 Drei Haselnüsse für Aschenbrödel Märchenfilm, CS/DDR 1973 21.35 Jürgen B. Hausmann: Krisbaum, Kriskind, Krisdekrise 22.20 Die Fussbroichs 22.50 Familie Heinz Becker 23.20 Loriot

ORF 2

19.30 ZIB 19.47 Wetter 19.49 Feierabend 20.05 Seitenblicke 20.15 Bergweihnacht mit Alexandra Meissnitzer 21.55 Mei liebste Weihnachtsweiss 23.00 Katholische Christmette 0.45 Die Trapp Familie - Ein Leben für die Musik Biografie, USA/D/A 2015

ARD

19.14 Gewinnzahlen Dt. Fernsehlotterie 19.15 Alexander Gerst auf Expedition Dokureihe 20.00 Tagesschau 20.10 Weihnachtsansprache des Bundespräsidenten Bericht



20.15 Als Hitler das rosa Kaninchen stahl Drama, D/CH/I 2019 22.05 Donna Leon Das goldene Ei. Krimireihe, D 2016 23.35 Tagesschau 23.45 Solange ich atme Biografie, GB 2017 1.35 Tagesschau

ZDF

19.00 heute 19.08 Weihnachtsansprache des Bundespräsidenten 19.15 Aktion Mensch Gewinner Magazin 19.20 Horst Lichters Traumrouten Dokureihe. Unterwegs in Cornwall



20.15 Dalli Dalli - Die Weihnachtsshow 23.15 heute Xpress 23.20 Tatsächlich...Liebe Liebesfilm, GB/F/USA 2003. Mit Hugh Grant 1.25 Obendrüber, da schneit es Drama, D 2012

RTL

16.45 Bauer sucht Frau - Liebesglück und Babyboom Show. Moderation: Inka Bause 18.45 RTL Aktuell 19.03 Wetter 19.05 Bauer sucht Frau - Der große Bauernkalender Show



20.15 Ruf der Wildnis Abenteuerfilm, USA/CDN 2020. Mit Harrison Ford 22.05 Santa Clause 2 - Eine noch schönere ... Komödie, USA 2002 0.05 Santa Clause 3 - Eine frostige Bescherung Komödie, USA 2006

SAT.1

14.05 Der goldene Kompass Fantasyfilm, GB/USA 2007 16.05 Der Polarexpress Animationsfilm, USA 2004 17.55 Kevin - Allein zu Haus Komödie, USA 1990 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Kevin - Allein in New York Komödie, USA 1992. Mit M. Culkin 22.40 Nachts im Museum - Das geheimnisvolle Grabmal Komödie, USA/GB 2014 0.35 Smokin' Aces Actionfilm, GB/F/USA 2006

PRO 7

11.00 Transformers Actionfilm, USA 2007 13.30 Iron Man 2 Sci-Fi-Film, USA 2010 15.45 Guardians of the Galaxy Vol. 2 Sci-Fi-Film, USA 2017 18.20 Newstime 18.30 NFLsichtig



19.00 American Football: NFL 6 Spiel 43 Kommentar: Jan Stecker, Christoph „locke“ Dommisch 22.20 American Football: NFL 6 Spiel 44 1.45 Final Destination Horrorfilm, USA 2000

RTL ZWEI

15.25 Schöne Bescherung 2 - Eddie geht baden Komödie, USA 2003. Mit Randy Quaid 17.10 Troja Drama, USA/GB/MLT 2004. Mit Brad Pitt, Orlando Bloom. Regie: Wolfgang Petersen



20.15 The Sixth Sense Thriller, USA 1999 Mit Bruce Willis 22.25 Friedhof der Kuscheltiere Horrorfilm, USA 1989. Mit Dale Midkiff 0.35 Carrie - des Satans jüngste Tochter Horrorfilm, USA 1976

VOX

14.40 Du schon wieder Komödie, USA 2010 16.35 Sechs Tage, sieben Nächte Abenteuerfilm, USA 1998 18.20 Programm nach Ansage 20.15 Sing Animationsfilm, USA/J 2016 22.25 Bad Boys 2 Actionfilm, USA 2003 1.15 Medical Detectives Dokureihe

KABEL EINS

16.05 News 16.15 Die Miami Cops. Actionkomödie, I 1985 18.10 Sie nannten ihn Mücke. Actionkomödie, I/D 1978 20.15 Banana Joe. Komödie, I/D 1982 22.10 Zwei bärenstarke Typen. Actionkomödie, I/USA 1983 0.20 Zwei sind nicht zu bremsen. Actionkomödie, I/USA 1978

NDR

18.30 Neues aus Büttnerwarder 19.00 Weihnachtsbräuche in Skandinavien 20.00 Tagesschau 20.10 Weihnachtsansprache des Bundespräsidenten 20.15 Dieter Krebs - Der Größte Dokumentarfilm, D 2022 21.55 Inas Nacht 23.25 Träumer. Macher. Oerding! 0.25 NDR Talk Show

3SAT

19.00 heute 19.14 3sat-Wetter 19.15 Honig - Süße Leidenschaft 20.00 Tagesschau 20.10 Ist das Leben nicht schön? Tragikomödie, USA 1946. Mit James Stewart 22.15 Das ewige Lied - Stille Nacht Drama, D/A 1997 0.15 Schutzengel gesucht Liebesfilm, D 2001

WDR

19.30 Lokalzeit-Geschichten 20.00 Tagesschau 20.10 Weihnachtsansprache des Bundespräsidenten 20.15 Tatort: Väterchen Frost Krimireihe, D 2019. Mit Axel Prahl 21.45 Loriots Ödipussi Komödie, D 1988 23.05 D'r Baum fängt am Nadeln 0.35 35 Jahre Sketchup

ORF 2

18.47 Was ich glaube 19.00 Bundesland heute 19.17 Lotto 19.30 ZIB 19.48 Wetter 19.54 Feierabend 20.05 Seitenblicke 20.15 Dalli Dalli - Die Weihnachtsshow 23.20 ZIB 23.30 Pr. nach Ansage 1.00 Bergweihnacht mit Alexandra Meissnitzer

**ARD** Das Erste

**15.50** Der kleine Lord Familienfilm, GB 1980 **17.30** Sissi – Schicksalsjahre einer Kaiserin I Liebesfilm, A 1957 **19.15** Alexander Gerst auf Expedition I Tagesschau I

**20.15** Tatort: Mord unter Misteln I Krimireihe, D 2022

**21.45** Kommissar Wisting – Der Atem der Angst I Krimiserie

**22.30** Kommissar Wisting I Krimiserie

**23.15** Tagesschau I

**ZDF** ZDF

**15.15** Alice im Weihnachtsland I Liebesfilm, D 2021 **16.45** Bares für Rares I **18.15** Offline – zurück zur Besinnung I **19.00** heute I **19.15** Album 2022 – Bilder eines Jahres I

**20.15** Das Traumschiff I **21.45** Kreuzfahrt ins Glück I Unterhaltungsserie

**23.15** Das Traumschiff – Spezial 2022 I Doku

**23.45** heute Xpress I **23.50** Notting Hill I Liebeskomödie, GB/USA 1999. Mit Julia Roberts

**RTL** RTL

**17.45** Die Welpen feiern Weihnachten – Mit Martin Rütter I **18.45** RTL Aktuell I **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter I **19.05** Die Welpen feiern Weihnachten – Mit Martin Rütter I

**20.15** Wer wird Millionär? – Das Weihnachts-Zockerspecial I Show

**0.00** Ottos Märchen Show I Show. Gäste: Axel Prahl, Ella Endlich u.a.

**2.05** Mein Schatz, unsere Familie und ich I Komödie, USA/D 2008

**SAT.1** SAT.1

**15.45** Hotel Transsilvanien 3 – Ein Monsterurlaub I Animationsfilm, USA/COR 2018 **17.30** Kevin – Allein in New York I Komödie, USA 1992. Mit Macaulay Culkin **19.55** Sat.1 Nachrichten

**20.15** Die Eiskönigin 2 I Animationsfilm, USA 2019

**22.10** Maleficent: Mächte der Finsternis I Fantasyfilm, USA/GB/CDN 2019. Mit Angelina Jolie, Elle Fanning

**0.30** Die Eiskönigin 2 I Animationsfilm, USA 2019

**PRO 7** PRO 7

**15.05** Die Tribute von Panem – Catching Fire I Abenteuerfilm, USA 2013 **17.50** Newstime **18.00** Die Tribute von Panem – Mockingjay (1) I Sci-Fi-Film, USA/CDN/F 2014

**20.15** Das perfekte Geheimnis I Komödie, D 2019 Mit Elyas M'Barek

**22.40** Bohemian Rhapsody I Biografie, USA/GB 2018. Mit Rami Malek

**1.25** Queen – Days of our Lives I Dokumentarfilm, GB/D 2011

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

**13.25** Twilight – Biss zum Morgenrauen I Fantasyfilm, USA 2008 **15.45** New Moon – Biss zur Mittagstunde I Fantasyfilm, USA 2009 **18.05** Eclipse – Biss zum Abendrot I Fantasyfilm, USA 2010

**20.15** Breaking Dawn – Biss zum Ende der Nacht (1) I Abenteuerfilm, USA 2011. Mit Kristen Stewart, Robert Pattinson

**22.30** Breaking Dawn (2) I Fantasyfilm, USA 2012

**0.35** Rambo I Actionfilm, USA 1982

**VOX** VOX

**16.15** Eine zauberhafte Nanny I Komödie, USA/GB/F 2005 **18.10** Sing I Animationsfilm, USA/J 2016 **20.15** Bad Moms 2 I Komödie, USA/CHN 2017 **22.20** Wild Card I Actionfilm, USA 2015 **0.10** Medical Detectives I **1.10** Medical Detectives I **2.00** Medical Detectives I **2.50** Medical Detectives I

**KABEL EINS** KABEL EINS

**15.35** News **15.50** Zwei bärenstarke Typen. Actionkomödie, I/USA 1983 **17.55** Zwei sind nicht zu bremsen. Actionkomödie, I/USA 1978 **20.15** Die Glücksritter I Komödie, USA 1983 **22.30** Auf der Suche nach dem goldenen Kind I Komödie, USA 1986 **0.25** Lebenslänglich I Krimikomödie, USA 1999

**NDR** NDR

**20.00** Tagesschau I **20.15** Neues aus Büttenwarder **20.40** Neues aus Büttenwarder **21.05** Neues aus Büttenwarder **21.30** Peter Alexander – der Große I **23.00** Edgar Wallace: Das Gasthaus an der Themse I Krimi, D 1962 **0.30** 125 Jahre Nordostsee-Kanal I Dokufilm, D 2020

**3SAT** 3SAT

**19.10** Wetter I **19.15** Weihnachten im Kaiserhaus I **20.00** Tagesschau I **20.15** Ken Folletts Eisfieber (1/2) I Drama, D 2010 **21.45** Ken Folletts Eisfieber (2/2) I Drama, D 2010 **23.15** Das finstere Tal I Drama, A/D 2014 **1.05** Ken Folletts Eisfieber (1/2) I Drama, D 2010

**WDR** WDR

**18.45** Aktuelle Stunde I **19.30** Lokalzeit extra I **20.00** Tagesschau I **20.15** Verdamp lang her – Die Hits der 80er und ihre Geschichten I Dokufilm, D 2019 **21.45** Harry und Sally I Liebeskomödie, USA 1989 **23.10** Sabrina I Liebeskomödie, USA/D 1995 **1.10** Der Trafikant I Drama, D/A 2018

**ORF 2** ORF 2

**18.47** Was ich glaube I **19.00** Bundesland heute **19.23** Wetter I **19.30** ZIB I **19.48** Wetter I **19.54** Feierabend I **20.05** Seitenblicke I **20.15** Das Traumschiff I **21.50** ZIB I **22.00** Tatort: Mord unter Misteln I Krimireihe, D 2022 **23.30** nach Ansage I **1.00** Progr. nach Ansage I

**ARD** Das Erste

**16.10** Verrückt nach Meer I **17.00** Tagesschau I **17.15** Brisant I **18.00** Wer weiß denn sowas? I **18.50** WaPo Bodensee I **19.45** Wissen I **19.50** Wetter I **19.55** Wirtschaft I **20.00** Tagesschau I

**20.15** Wer weiß denn sowas XXL I Gäste: Frank Plasberg, Jörg Pilawa u.a.

**23.25** Tagesthemen I **23.45** Last Knights – Die Ritter des 7. Ordens I Actionfilm, USA/COR/GB 2015

**1.30** Tagesschau

**ZDF** ZDF

**16.10** Die Rosenheim-Cops I **17.00** heute I **17.10** Leute 2022 – das Jahr der Stars I **18.00** SOKO Köln I **19.00** heute I **19.20** Wetter I **19.25** Die Rosenheim-Cops I

**20.15** Sarah Kohr – Irrlichter I Krimi, D 2022 Mit Lisa Maria Potthoff

**21.45** heute-journal I **22.15** Neuland I Serie

**23.00** Neuland I Serie

**23.45** Neuland I Serie

**0.30** heute journal update I Nachrichten

**RTL** RTL

**17.00** RTL Aktuell I **17.07** Explosiv Stories I **17.30** Unter uns I **18.00** Explosiv I **18.30** Exklusiv I **18.45** RTL Aktuell I **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter I **19.05** Alles was zählt I **19.40** GZSZ I

**20.15** Sisi I Historienserie

**21.20** Sisi I Historienserie

**22.15** Sisi I Historienserie

**23.15** Die Wahrheit über die echte Sisi I Doku

**0.00** RTL Nachtjournal I **0.35** Der weiße Hai I Horrorfilm, USA 1975

**2.55** CSI: Miami I Serie

**SAT.1** SAT.1

**15.00** Klinik am Südring **16.00** Klinik am Südring **16.30** Britt – Der Talk **17.30** Britt – Der Talk **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten

**20.15** Navy CIS I Krimiserie Lucy und Phineas

**21.15** Navy CIS: L.A. I MWD

**22.15** Navy CIS: L.A. I Serie

**23.15** Bull I Krimiserie

**0.10** Bull Sein letzter Fall

**1.05** Navy CIS I Krimiserie

**1.50** Navy CIS: L.A. I

**2.35** Navy CIS: L.A. I

**PRO 7** PRO 7

**15.10** Young Sheldon I **15.35** The Big Bang Theory I **16.05** The Big Bang Theory I **16.30** The Big Bang Theory I **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons I **18.40** Die Simpsons I **19.05** Galileo

**20.15** Galileo Big Pictures I Show. Die Bilder des Jahres 2022. Moderation: Aiman Abdallah

**0.05** Big Countdown! Show

**2.15** Spätnachrichten I

**2.20** Galileo Big Pictures I Show. Die Bilder des Jahres 2022

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

**16.55** Horton hört ein Hu! I Animationsfilm, USA 2008. Horton ist ein Elefant, der den winzigen Bewohnern von Hu hilft. **18.35** Shrek 2 – Der tollkühne Held kehrt zurück – Der tollkühne Held kehrt zurück I Animationsfilm, USA 2004

**20.15** Vergessene Welt – Jurassic Park I Abenteuerfilm, USA 1997

**22.50** Jurassic Park 3 I Abenteuerfilm, USA 2001

**0.35** Breaking Dawn – Biss zum Ende der Nacht (1) I Abenteuerfilm, USA 2011

**ARD** Das Erste

**17.00** Tagesschau I **17.15** Brisant I **18.00** Wer weiß denn sowas? I Show **18.50** Watzmann ermittelt I Almsünde **19.45** Wissen vor acht – Erde I **19.50** Wetter I **19.55** Wirtschaft I **20.00** Tagesschau I

**20.15** Riesending – Jede Stunde zählt (1/2) I Drama, A/D/CH 2022

**21.45** Riesending (2/2) I Drama, A/D/CH 2022

**23.15** Tagesthemen I **23.35** Vergiftete Wahrheit I Biografie, USA 19

**1.35** Tagesschau

**ZDF** ZDF

**11.15** sportstudio live I **18.00** Biathlon: World Team Challenge I **18.54** Lotto **19.00** heute I Nachrichten **19.14** Wetter I **19.20** Biathlon: World Team Challenge I Verfolgung

**20.15** Stubbe – Ausgeliefert I Krimi, D 2022 Mit Stephanie Stumph, Wolfgang Stumph

**21.45** heute-journal I **22.15** Neuland I #hetoo

**23.00** Neuland I Spiele

**23.45** Neuland I Serie

**0.30** heute journal update I

**RTL** RTL

**17.00** RTL Aktuell I **17.07** Explosiv Stories I **17.30** Unter uns I **18.00** Explosiv I **18.30** Exklusiv I **18.45** RTL Aktuell I **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter I **19.05** Alles was zählt I **19.40** GZSZ I

**20.15** Sisi I Historienserie

**21.15** Sisi I Historienserie

**22.15** Sisi I Historienserie

**23.25** stern TV I Magazin

**0.30** RTL Nachtjournal I

**1.05** Renegades – Mission of Honor I Actionthriller, F/D/USA 2017

**2.55** CSI: Miami I Serie

**SAT.1** SAT.1

**15.00** Klinik am Südring **16.00** Klinik am Südring **16.30** Britt – Der Talk **17.30** Britt – Der Talk **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten

**20.15** Der letzte Bulle – Der Film I Krimikomödie, D 2019 Mit Henning Baum, Maximilian Grill

**22.20** Die etwas anderen Cops I Komödie, USA 2010

**0.30** Collateral I Actionthriller, USA 2004

**PRO 7** PRO 7

**15.10** Young Sheldon I **15.35** The Big Bang Theory I **16.05** The Big Bang Theory I **16.30** The Big Bang Theory I **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons I **18.40** Die Simpsons I **19.05** Galileo

**20.15** Der große TV Total Jahresrückblick I Show. Moderation: Sebastian Purpaff

**22.20** 30 Jahre Quatsch Comedy Club – Legends Of Quatsch I Show

**1.00** Joko & Klaas gegen ProSieben on Ice I

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

**14.35** Shrek 2 – Der tollkühne Held kehrt zurück I Animationsfilm, USA 2004 **16.15** Vergessene Welt – Jurassic Park I Abenteuerfilm, USA 1997 **18.35** Jurassic Park 3 I Abenteuerfilm, USA 2001

**20.15** Planet der Affen: Pre-revolution I Sci-Fi-Film, USA/GB/CDN 2011. Mit James Franco, Andy Serkis, John Lithgow

**22.20** Godzilla I Actionfilm, USA/J 2014

**0.45** Singularity I Actionfilm, CH/USA 2017

**VOX** VOX

**14.00** Mein Kind, dein Kind – Wie erziehst du denn? I **15.00** Shopping Queen I **16.00** Zwischen Tüll und Tränen I **17.00** Zwischen Tüll und Tränen I **18.00** First Dates **19.00** Das perfekte Dinner **20.15** Die Hitwiser I **23.50** vox nachrichten I **0.10** Medical Detectives I **1.10** Medical Detectives I

**KABEL EINS** KABEL EINS

**15.30** News **15.40** Mein Name ist Nobody. Westernkomödie, I/F/D 1973 **17.55** Nobody ist der Größte I Westernkomödie, I/F/D 1975

**20.15** Die unendliche Geschichte I Fantasyfilm, D 1984 **22.15** Die unendliche Geschichte 2 I Abenteuerfilm, D 1990 **0.00** Sleepy Hollow I Horrorfilm, USA/D/GB 1999

**NDR** NDR

**18.15** Familie, Schafe, Youtube – Ein Jahr auf'm Land mit Heike Marit I **18.45** DAS! I **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau I **20.15** Kaum zu glauben! XXL I **22.15** NDR Info I **22.30** NDR Quizshow – Promi Special I **0.15** Edgar Wallace – Der Mönch mit der Peitsche I Kriminalfilm, D 1967

**3SAT** 3SAT

**18.50** Kleiner König Kalle Wirsch I **19.20** Kleiner König Kalle Wirsch I **19.45** Kleiner König Kalle Wirsch I **20.15** Urmel aus dem Eis I **20.40** Urmel aus dem Eis I **21.10** Urmel aus dem Eis I **21.40** Urmel aus dem Eis I **22.10** Das kalte Herz I Märchenfilm, D 2016 **0.00** Urmel aus dem Eis I

**WDR** WDR

**18.45** Aktuelle Stunde I **20.00** Tagesschau I **20.15** Ausgerechnet I **21.00** Der Haushalts-Check mit Yvonne Willicks I **21.45** WDR aktuell I **22.15** Auswärtsspiel – Die Toten Hosen in Ost-Berlin I Dokumentarfilm, D 2022 **23.30** Weil du nur einmal lebst – Die Toten Hosen auf Tour I Dokumentarfilm, D 2019

**ORF 2** ORF 2

**18.48** Lotto I **19.00** Bundesland heute **19.23** Wetter I **19.30** ZIB I **19.51** Wetter I **19.56** Sport aktuell I **20.05** Seitenblicke I **20.15** Der Bergdoktor I **21.50** Autotofocus I **22.00** ZIB 2 I **22.30** Menschen und Mächte I **23.25** Zum Geburtstag alles Böse – 100 Jahre Bronner und Kreisler I

ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL ZWEI
17.15 Brisant   18.00 Wer weiß denn sowas?   18.50 In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte   19.45 Wissen vor acht – Mensch   19.50 Wetter   19.55 Wirtschaft vor acht   20.00 Tagesschau   20.15 Wolfsland   21.45 Kommissar Wisting – Der Atem der Angst   22.30 Kommissar Wisting   23.15 Tagesthemen	5.30 ZDF-MoMa   9.00 heute Xpress   9.05 Volle Kanne   10.30 Die Küchenschlacht   11.15 sportstudio live   19.00 heute   19.20 Wetter   19.25 Notruf Hafenkante   20.15 Der Bergdoktor   21.45 heute-journal   22.15 Festkonzert aus der Semperoper   23.35 heute journal update   23.50 Filmgorillas   0.00 Das Mädchen am Strand	17.07 Explosiv Stories   17.30 Unter uns   18.00 Explosiv   18.30 Exklusiv   18.45 RTL Aktuell   19.03 RTL Aktuell – Das Wetter   19.04 Klima Update   19.05 Alles was zählt   19.40 GZSZ   20.15 LEGO Masters – Winterchampion   21.00 Show: Experte: Rene Hoffmeister. Expertin: Elisabeth Kahl-Backes   22.15 stern TV Spezial   0.00 RTL Nachtjournal   0.35 Ghostbusters	15.00 Klinik am Südring   16.00 Klinik am Südring   16.30 Britt – Der Talk   17.30 Britt – Der Talk   18.00 Lenßen übernimmt   18.30 Lenßen übernimmt   19.00 Mein Mann kann   19.55 Sat.1 Nachrichten   20.15 111 Show: Verrückte Verwandte!   22.15 111 Show: Knattergeile Kollegen!   0.00 111 Show: ultimative Sportskanonen!   1.40 111 Show: Knattergeile Kollegen!   3.05 Auf Streife: Doku-Soap	15.35 The Big Bang Theory   16.05 The Big Bang Theory   16.30 The Big Bang Theory   17.00 taff   18.00 Newstime   18.10 Die Simpsons   18.40 Die Simpsons   19.05 Galileo   20.15 30 Jahre Quatsch Comedy Club – Bye Bye Thomas   23.00 Der große TV Total Jahresrückblick   1.00 30 Jahre Quatsch Comedy Club – Bye Bye Thomas   3.25 Spätnachrichten	14.25 The Boss – Dick im Geschäft   16.15 Natürlich blond!   17.15 Mein Vater und ich   18.05 Meine Braut, ihr Vater und ich   18.05 Komödie, USA 2000. Mit Robert De Niro, Ben Stiller   20.15 Stirb langsam – Jetzt erst recht   22.45 Con Air   1.00 Siberia – Tödliche Nähe

VOX	KABEL EINS	NDR	3SAT	WDR	ORF 2
15.00 Shopping Queen   16.00 Zwischen Tüll und Tränen   17.00 Zwischen Tüll und Tränen   18.00 First Dates   19.00 Das perfekte Dinner   20.15 Pretty Woman   22.40 Das Bourne Vermächtnis   1.20 nachrichten   1.40 Medical Detectives	15.35 News   15.45 Monsieur Claude und seine Töchter   17.00 F 2014   17.40 Coach Carter   20.15 Sportfilm, USA/D 2005   20.15 Karate Kid   22.40 Karate Kid II – Entscheidung in Okinawa   23.50 Karate Kid III – Die letzte Entscheidung	18.45 DAS!   19.30 Ländermagazine   20.00 Tagesschau   20.15 Die besten Silvester-Shows aller Zeiten!   21.45 NDR Info   22.00 Die besten Silvester-Shows aller Zeiten!   Show   23.50 Tatort: Zeitzähler   1.20 Landpartie	16.55 Der Mann aus Laramie   Western, USA 1955   18.35 Rio Grande   Western, USA 1950. Mit John Wayne   20.15 Die glorreichen Sieben   Western, USA 1960. Mit Yul Brynner   22.20 El Dorado   Western, USA 1966   0.20 Die glorreichen Sieben   Western, USA 1960	18.15 Ausgerechnet   18.45 Aktuelle Stunde   20.00 Tagesschau   20.15 Die Wolga   21.45 WDR aktuell   22.15 Heino, Howard und Helene – Schlagernstars und ihre Hits   23.45 Das Beste – Die Millennium-Hits und ihre Geschichten   Dokumentarfilm, D 2020	19.00 Bundesland heute   19.23 Wetter   19.30 ZIB   19.51 Wetter   19.56 Sport aktuell   20.05 Seitenblicke   20.15 Risiken & Nebenwirkungen   22.30 Die Wunderübung   0.00 Trau niemals deiner Frau

ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL ZWEI
17.00 Tagesschau   17.15 Brisant   18.00 Wer weiß denn sowas?   18.50 Quizduell-Olymp   19.45 Wissen vor acht – Zukunft   19.50 Wetter   19.55 Wirtschaft vor acht   20.00 Tagesschau   20.15 2022 – Das Quiz   23.30 Kurzschluss   0.00 Tagesschau   0.10 Wilkommen bei den Sch'tis	16.10 Die Rosenheim-Cops   17.00 heute   17.10 Adieu – Menschen, die wir nicht vergessen   18.00 SOKO Linz   19.00 Bytes   19.00 heute   19.20 Wetter   19.25 Bettys Diagnose   20.15 Die Chefin   21.15 SOKO Leipzig   22.40 heute-journal   23.10 Undine   0.40 heute journal update   0.55 Album 2022 – Bilder eines Jahres	17.00 RTL Aktuell   17.07 Explosiv Stories   17.30 Unter uns   18.00 Explosiv   18.30 Exklusiv   18.45 RTL Aktuell   19.03 RTL Aktuell – Das Wetter   19.05 Alles was zählt   19.40 GZSZ   20.15 Chris Tall live! Schönheit braucht Platz   22.15 Özcan Cosar live! Cosar Nostra – Organisierte Comedy   0.00 RTL Nachtjournal   0.35 RTL Samstag Nacht – Das Wiedersehen	15.00 Klinik am Südring   16.00 Klinik am Südring   16.30 Britt – Der Talk   17.30 Britt – Der Talk   18.00 Lenßen übernimmt   18.30 Lenßen übernimmt   19.00 Mein Mann kann   19.55 Sat.1 Nachrichten   20.15 Stars in der Manege   23.20 Rolling – Das Quiz mit der Münze Show   0.20 Rolling Show   1.15 Sechserpack Show   1.40 Sechserpack Show	15.10 Young Sheldon   15.35 The Big Bang Theory   16.05 The Big Bang Theory   16.30 The Big Bang Theory   17.00 taff   18.00 Newstime   18.10 Die Simpsons   18.40 Die Simpsons   19.05 Galileo   20.15 Jack Reacher   23.00 Sicario   1.20 Son of a Gun   3.15 Watch Me Magazin	14.35 Dumplin'   16.45 Insel der Abenteuer   18.35 Johnny English – Actionkomödie, GB/F/USA 2003. Mit Rowan Atkinson   20.15 Stirb langsam 4.0   22.45 Stirb langsam – Jetzt erst recht   1.15 Cold Skin – Insel der Kreaturen

VOX	KABEL EINS	NDR	3SAT	WDR	ORF 2
15.00 Shopping Queen   16.00 Zwischen Tüll und Tränen   17.00 Zwischen Tüll und Tränen   18.00 First Dates   19.00 Das perfekte Dinner   20.15 Titanic   20.05 nachrichten   1.20 Medical Detectives   2.10 Medical Detectives	17.05 Die nackte Kanone 2 1/2   18.40 Die nackte Kanone 33 1/3   20.15 Die Goonies   22.30 Der Supercop   0.40 I Spy	18.15 Hofgeschichten   18.45 DAS!   19.30 Ländermagazine   20.00 Tagesschau   20.15 Norwegens schönste Jahreszeit – Der Winter   21.45 NDR Info   22.00 Das Lustigste aus den Talkshows – ein Best of   0.00 Inas Nacht – Best of Singen & Sabbeln	18.45 Django Asül: Rückspiegel   19.30 Die Anstalt   20.15 Urban Priol: TILT 2022 – Der Jahresrückblick   21.45 Tilt Reiners' Happy Hour – Best of 2022   22.30 Die Carolin-Kebekus-Show   23.15 Ladies Night   0.15 Torsten Sträter: „Es ist nie zu spät, unpünktlich zu sein“	18.15 Ausgerechnet   18.45 Aktuelle Stunde   20.00 Tagesschau   20.15 HerzensDinge – Lebensgeschichten aus unserem Westen   21.00 HerzensDinge   21.45 WDR aktuell   22.00 Ladies Night   23.30 Böttinger. Wohnung 17   0.15 Torsten Sträter: „Es ist nie zu spät, unpünktlich zu sein“	19.23 Wetter   19.30 ZIB   19.51 Wetter   20.05 Seitenblicke   20.15 Vienna Blood (7)   20.22 21.50 Reisezeit   22.00 ZIB 2   22.25 Euromillionen   22.35 Alhambra – Baumeister eines Märchens

ARD	ZDF	RTL	SAT.1	PRO 7	RTL ZWEI
18.40 Dinner for One oder: Der 90. Geburtstag   19.00 Nahr 2022 – Der Jahresrückblick   19.30 Kurzschluss   19.57 Lotto   20.00 Tagesschau   20.10 Neujahrsansprache des Bundeskanzlers   Bericht   20.15 Die große Silvester Show   2.05 Silvester Showparty   2.10 Der rosarote Panther	15.45 heute Xpress   15.50 Dalli Dalli – Die Weihnachtsshow   19.00 heute   19.14 Wetter   19.15 Neujahrsansprache des Bundeskanzlers   19.25 heute-show   20.15 Willkommen 2023   0.45 heute Xpress   0.50 Die ZDF-Mitternachtsshow   2.50 Die ZDF-Kultnacht	8.20 Die ultimative Chart-Show   12.05 Die ultimative Chart-Show   18.45 RTL Aktuell   19.03 Wetter   19.04 Klima Update   19.05 Die ultimative Chart-Show   Die Party beginnt (2/2)   20.15 Die ultimative Chart-Show   0.00 Willkommen in 2023 – Der Jahreswechsel live aus Berlin vom Brandenburger Tor   0.05 Die ultimative Chart-Show   1.55 Formel Eins	8.05 Der SAT.1-Jahresrückblick mit Jörg Pilawa   10.45 Die Comedy Märchenstunde   12.40 Die Comedy Märchenstunde   14.50 Stars in der Manege   19.55 Sat.1 Nachrichten   20.15 111 Show: absolute Alleskönner!   22.15 111 tierische Viecher!   0.15 111 Show: Verrückte Verwandte!   2.00 111 Show: absolute Alleskönner!   3.30 Rolling – Das Quiz mit der Münze	6.25 Songs für die Ewigkeit   7.20 Big Countdown!   9.39 MOTZ-mobil   9.40 Schlag den Star   14.20 Joko & Klaas gegen ProSieben   17.20 Newstime   17.30 Joko & Klaas gegen ProSieben   20.15 Silvester für Eins   20.40 Der Schuh des Manitu – Extra Large   22.35 (T)Raumschiff Surprise – Periode 1   0.20 Jack Reacher	16.20 Die Flintstones in Viva Rock Vegas   18.05 Asterix und Obelix gegen Caesar   18.05 Seitenblicke   18.15 Silbersteransprache Kardinal   19.57 Sport aktuell   20.05 Seitenblicke   20.15 Die große Silvester Show   0.00 Zum Jahreswechsel

VOX	KABEL EINS	NDR	3SAT	WDR	ORF 2
12.15 100 Songs, die die Welt bewegten   14.10 100 Songs, die die Welt bewegten   16.10 100 Songs, die die Welt bewegten   18.15 100 Songs, die die Welt bewegten   20.15 Queen Forever – Die Freddie Mercury Story   0.35 Medical Detectives	18.10 Karate Kid IV – Die nächste Generation   19.15 Mörder ahoi!   22.10 Miss Marple: 16 Uhr 50 ab Paddington   23.45 Die nackte Kanone	18.45 Neues aus Büttinnen   19.10 Neues aus Büttinnen   19.40 Dinner for One oder Der 90. Geburtstag   20.10 Tagesschau   20.15 Neujahrsansprache des Bundeskanzlers   20.15 Licht aus – Spot an!   23.35 Dinner for One oder Der 90. Geburtstag   23.55 Übergang ins Neue Jahr	18.00 Céline Dion: Taking Chances World Tour   19.15 Sarah Connor: Herz Kraft Werke – Live   20.15 Herbert Grönemeyer: Mensch – Live   21.30 The Rolling Stones: Licked Live in NYC   22.45 AC/DC: Live at Donington   23.45 Jennifer Lopez: „Let's get loud“   0.40 Jamiroquai: Live in Verona	17.35 Der 90. Geburtstag oder Dinner for One   17.55 Ein Herz und eine Seele   18.45 Aktuelle Stunde   19.30 Lokaltalk-Geschichten   20.00 Tagesschau   20.10 Neujahrsansprache des Bundeskanzlers   20.15 Die Countdown-Show 2022   Show   23.55 Silvester in NRW   Show	17.50 Die Rosenheim-Cops   18.34 Pr. nach Ansage   19.00 Bundesland heute   19.23 Wetter   19.30 ZIB   19.46 Wetter   19.48 Silbersteransprache Kardinal   19.57 Sport aktuell   20.05 Seitenblicke   20.15 Die große Silvester Show   0.00 Zum Jahreswechsel

**ARD** Das Erste

**13.45** Skispringen: Vierschanzen-tournee **16.00** Ohne Gewehr **16.30** Skispringen: Weltcup **18.25** Tagesschau **18.30** Ihr letzter Wille kann mich mal **19.00** Tragikomödie, D 2019 **20.00** Tagesschau **20.15**

**20.15** **Tatort: Schutzmaß-nahmen** Krimireihe, D 22 **21.45** **Kommissar Wisting – Der Nachtmann** **22.30** **Kommissar Wisting – Der Nachtmann** **23.15** **Tagesschau** **23.25** **Das Wort zum Jahresbeginn**

**ZDF** ZDF

**15.20** Bares für Rares – Lieblings-stücke **17.20** heute Xpress **17.25** Die Rosenheim-Cops **18.55** Aktion Mensch **19.00** heute **19.15** Die letzten Stunden der Dinosaurier **19.45** heute **20.15**

**20.15** **Das Traumschiff** Serie, Bahamas **21.45** **Kreuzfahrt ins Glück** **23.15** heute Xpress **23.20** **Bride Wars – Beste Feindinnen** Roman-tikkomödie, USA 2009 **0.40** **Inspector Barnaby** Das Biest muss sterben

**RTL** RTL

**14.30** Nachts im Museum **16.30** Actionkomödie, USA/GB 2006 **16.30** Ghostbusters **18.45** RTL Aktuell **19.05** Dumm gelaufen – Die lustigsten Schlamassel des Jahres **20.15**

**20.15** **Unvergessen – Die Geheimnisse hinter den kulligsten RTL-Momenten** **23.45** **Dumm gelaufen** **0.50** **Unvergessen – Die Geheimnisse hinter den kulligsten RTL-Momenten**

**SAT.1** SAT.1

**12.50** Die Tribute von Panem – Catching Fire **15.40** Die Tribute von Panem – Mockingjay **17.50** Sci-Fi-Film, USA/CMDN/F 2014 **17.50** Pan **20.15** Abenteuer, USA/GB/AUS 2015

**20.15** **Hexen hexen** **22.15** **Plötzlich Familie** **0.35** **Hexen hexen**

**PRO 7** PRO 7

**14.45** (T)Raumschiff Surprise – Periode 1 **16.30** Der Schuh des Manitu – Extra Large **18.20** Western-komödie, D/E 2001 **18.20** Newstime **18.30** #ranNFLsüchtig **19.00**

**19.00** **American Football: NFL** **22.20** **American Football: NFL** **1.45** **Pathfinder – Fährte des Kriegers**

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

**12.30** Die Flintstones in Viva Rock Vegas **14.10** Asterix und Obelix gegen Caesar **16.25** Nach Ansage **18.25** Programm nach Ansage **20.15**

**20.15** **Der mit dem Wolf tanzt** **1.05** **Ein Fressen für die Geier** **2.50** **Get the Gringo**

**VOX** VOX

**13.05** Plan B für die Liebe **15.00** Miss Bodyguard **16.40** Titanic **20.15** Yesterday **22.35** 100 Songs, die die Welt bewegten **0.35** Medical Detectives **20.15**

**20.15** **Werk ohne Autor** **23.15** **Tagesthemen** **23.40** **Tatort: Schutzmaß-nahmen** **1.10** **Tagesschau**

**KABEL EINS** KABEL EINS

**13.55** Die Miami Cops **15.00** News **16.00** Der Supercop **18.05** Die Goonies **20.15** Der Prinz aus Zamunda **22.25** Die Glücksritter **0.35** Auf der Suche nach dem goldenen Kind **20.15**

**20.15** **Die Frau im Meer** **21.45** heute-journal **22.15** **Hamilton** **23.45** heute journal update **0.00** **Alki Alki** **1.35** **Trapped – Gefangen in Island**

**NDR** NDR

**17.05** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv – Das Magazin **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ **20.15**

**20.15** **Wer wird Millionär?** **22.15** **RTL Direkt** **22.35** **Wer wird Millionär?** **0.00** **RTL Nachtjournal** **0.35** **Die Alltagskämpfer – Überleben in Deutschland**

**SAT.1** SAT.1

**15.00** Klinik am Südring **16.00** Klinik am Südring **16.30** Britt – Der Talk **17.30** Britt – Der Talk **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten **20.15**

**20.15** **Dating Alarm** **22.10** **Der letzte Bulle – Der Film** **0.15** **Dating Alarm** **2.05** **Plötzlich Familie**

**WDR** WDR

**18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Lokalzeit-Geschichten **19.55** Neujahrssprache des Ministerpräsidenten Hendrik Wüst **20.00** Tagesschau **20.15** Unsere lustigsten Hits **21.45** Jürgen B. Hausmann – „Nach die Tage“ **23.10** Best of Hape Ker-keling **0.40** Ladies Night **20.15**

**20.15** **Young Sheldon** **21.10** **United States of AI** **21.35** **United States of AI** **22.00** **Die Simpsons** **23.50** **The Orville** **0.50** **The Orville**

**ORF 2** ORF 2

**19.30** Zeit im Bild **19.45** Wetter **19.47** Neujahrssprache des Bundespräsidenten **19.57** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Das Traumschiff **21.50** Kreuzfahrt ins Glück **23.25** ZIB **23.30** Ein Hund kam in die Küche **1.00** Nach Ansage **20.15**

**20.15** **Die Geissens** **21.15** **Die Geissens** **22.15** **20maSex – Mythen über Lust & Liebe** **1.10** **exklusiv – Die Reportage**

**ARD** Das Erste

**17.00** Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn so-was? **18.50** WaPo Bodensee **19.45** Wissen vor acht – Natur **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau **20.15**

**20.15** **Barfuß durch Austra-lien** **21.45** **Sauerkrautkoma** **23.15** **Tagesthemen** **23.40** **Gloria – Das Leben wartet nicht** **1.15** **Tagesschau**

**ZDF** ZDF

**16.10** Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Köln **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Rosenheim-Cops **20.15**

**20.15** **Die Frau im Meer** **21.45** heute-journal **22.15** **Adoptiert: Ruby und ihre zwei Mütter** **22.45** **Entscheidung in der Tiefe** **0.30** heute journal update

**RTL** RTL

**17.30** Unter uns **18.00** Explosiv – Das Magazin **18.30** Exklusiv – Das Star-Magazin **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ **20.15**

**20.15** **Wer wird Millionär?** **22.15** **RTL Direkt** **22.35** **Wer wird Millionär?** **0.00** **RTL Nachtjournal** **0.35** **Die Bergretter** **1.20** **CSI: Miami**

**SAT.1** SAT.1

**15.00** Klinik am Südring **16.00** Klinik am Südring **16.30** Britt – Der Talk **17.30** Britt – Der Talk **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** Mein Mann kann **19.55** Sat.1 Nachrichten **20.15**

**20.15** **Navy CIS** **21.15** **Navy CIS: L.A.** **22.15** **Bull** **23.15** **Bull** **0.10** **Navy CIS** **1.05** **Navy CIS: L.A.** **2.35** **Bull**

**PRO 7** PRO 7

**15.10** Young Sheldon **15.35** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo **20.15**

**20.15** **Darüber staunt die Welt Show** **22.40** **Balls – für Geld** **23.40** **Balls – für Geld** **0.40** **Darüber staunt die Welt Show**

**RTL ZWEI** RTL ZWEI

**12.55** Die Reimanns **13.55** Hartz Rot Gold **16.00** RTLZWEI News **16.05** SüdKlinik am Ring **17.05** SOS – Retter im Einsatz **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht **20.15**

**20.15** **Hartz und herzlich – Tag für Tag Benz-Baracken** **21.15** **Hartz und herzlich** **23.15** **Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern?** **1.10** **Die Forensiker**

Das Erste ARD

16.50 Ski alpin: Weltcup. Slalom Damen, 2. Lauf 17.30 Langlauf: Weltcup 18.30 Ski alpin: Weltcup. Slalom Herren, 2. Lauf 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Green Book – Eine besondere Freundschaft 2018. Mit Viggo Mortensen. Regie: Peter Farrelly 22.15 Tagesthemen 22.50 Ziemlich beste Freunde 0.35 Tagesschau

ZDF

17.00 heute 17.10 hallo deutschland 17.45 Leuchte heute 18.00 SOKO Wismar 18.54 Lotto am Mittwoch 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Blutige Anfänger



20.15 Marie Brand und die Ehrenfrauen 2022 Kriminalfilm, D 2022 21.45 heute-journal 22.15 Mare Nostrum 23.00 Einer nach dem anderen 0.45 heute journal update

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv – Das Magazin 18.30 Exklusiv – Das Star-Magazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Wer wird Millionär? Show. Die 3-Millionen-Euro-Woche. Moderation: Günther Jauch 22.15 RTL Direkt 22.35 Wer wird Millionär? 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Deutsche Parallelwelten

SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt – Der Talk 17.30 Britt – Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Die besten Comedians Deutschlands Show Mitwirkende: Ralf Schmitz, Kaya Yanar, Mirja Boes, Dieter Nuhr, Maria Clara Groppler, Paul Panzer u.a. 23.15 Smyle on Stage 0.20 Smyle on Stage

PRO 7

15.10 Young Sheldon 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Midway – Für die Freiheit 13 Hours: The Secret Soldiers of Benghazi Drama, USA/MLT/7M 16 1.50 Midway – Für die Freiheit 23.15 Midway – Für die Freiheit 0.20 Smyle on Stage

RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News 16.05 Südlinik am Ring 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 18.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Berlin – Tag & Nacht



19.05 Berlin – Tag & Nacht 20.15 Progr. nach Ansage 22.15 Progr. nach Ansage 0.15 Autopsie – Mysteriöse Todesfälle 1.10 Autopsie – Mysteriöse Todesfälle

VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Bones 21.15 Bones 22.10 Bones 23.05 Bones 0.00 vox nachrichten 0.20 Medical Detectives

Das Erste ARD

17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht – Mensch 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Nord bei Nordwest 21.45 Kommissar Wisting – Der Nachtmann 22.30 Kommissar Wisting... 23.15 Tagesthemen 23.50 Zielfahnder – Blutiger Tango

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Die purpurnen Flüsse 22.00 22.15 Die purpurnen Flüsse 2 – Die Engel der Apokalypse 0.10 Die purpurnen Flüsse 2

ZDF

15.50 Ski alpin: Weltcup 16.10 Skispringen: Vierschanzentournee 17.55 Ski alpin: Weltcup 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante



20.15 Der Bergdoktor 21.45 heute-journal 22.15 Mare Nostrum – Wem gehört das Mittelmeer? 23.00 Three Billboards Outside Ebbing, Missouri 0.45 heute journal update

NDR

19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Natur am Königssee 21.00 Reeperbahn Spezialinheit FD 65 21.45 NDR Info 22.00 Reeperbahn Spezialinheit FD 65 22.45 Reeperbahn Spezialinheit FD 65 23.30 Casino 2.20 42 – Die Antwort auf fast alles

RTL

18.00 Explosiv – Das Magazin 18.30 Exklusiv – Das Star-Magazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Wer wird Millionär? Show. Die 3-Millionen-Euro-Woche. Moderation: Günther Jauch 22.15 RTL Direkt 22.35 Wer wird Millionär? 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Berufsgeheimnisse 1.20 CSI: Miami

3SAT

20.00 Tagesschau 20.15 Maximilian. Das Spiel von Macht und Liebe (2/3) 21.00 Historienfilm, A/D/H 2017. Mit Jannis Niewöhner 21.50 Der steirische Alpenpark Mautern 22.00 ZIB 2 22.25 Atemlos 23.00 Thriller, USA 1983 0.00 Nachtschicht 0.20 Der letzte Job. Krimireihe, D 2016

SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt – Der Talk 17.30 Britt – Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Biarritz – Mord am Meer 22.45 Jung, blond, tot – Julia Durant ermittelt 0.45 Biarritz – Mord am Meer

WDR

18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Shia Su for Future 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Wir werden Camper 21.45 WDR aktuell 22.15 Helga – Die zwei Gesichter der Feddersen 23.45 Hier kommt Kurt! – Frank Zander zum 80. Geburtstag

PRO 7

15.10 Young Sheldon 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Die Besten Show. Wie Sängerin Jennifer Lopez eine technische Revolution auslöst. Moderation: Annemarie Carpendale 23.15 Big Stories Show 0.15 Die Besten Show 3.00 Big Stories Show 3.50 Spätnachrichten

ORF 2

19.00 Bundesland heute 19.23 Wetter 19.30 Zeit im Bild 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Der Bergdoktor 21.50 Autofocus 22.00 ZIB 2 22.30 Eine harte Tour 0.00 Tragikomödie, D 2020 0.00 Der Kroatien-Krimi: Messer am Hals 0.20 Kriminalgfilm, D 2017



20.15 Reeperbahn privat! Das wahre Leben auf dem Kiez 22.15 Reeperbahn privat! Das wahre Leben auf dem Kiez 0.15 Der Trödeltrupp 1.10 Der Trödeltrupp 1.55 Der Trödeltrupp

VOX

17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates – Ein Tisch für zwei 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Jumanji: Willkommen im Dschungel 22.35 Walking Tall – Auf eigene Faust 0.30 Medical Detectives

KABEL EINS

17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Codename U.N.C.L.E. 22.30 Stürb langsam – Ein guter Tag zum Sterben 0.25 Red Heat

NDR

19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Island im Winter – Glühende Lava und einsame Fjorde 21.00 Island im Winter – Raue Küsten und ewiges Eis 21.45 NDR Info 22.00 Morden im Norden 22.50 Morden im Norden 23.40 Großstadtrevier 0.30 Hamburg Transit

RTL

17.30 Unter uns 18.00 Explosiv – Das Magazin 18.30 Exklusiv – Das Star-Magazin 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Wer wird Millionär? Show. Die 3-Millionen-Euro-Woche 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Schlagerliebe Open Air – Superhits aus St. Anton 21.45 NDR Info 22.00 NDR Talk Show und 3nach9 0.00 Inas Nacht

3SAT

20.00 Tagesschau 20.15 Maximilian. Das Spiel von Macht und Liebe (3/3) 21.00 Historienfilm, A/D/H 2017 21.50 Winteridylle in den österreichischen Alpen 22.00 ZIB 2 22.25 Das Ende einer Affäre 0.00 Liebesdrama, GB/USA 1999 0.00 Nachtschicht 0.20 Ladies First. Krimireihe, D 2016

SAT.1

15.00 Klinik am Südring 16.00 Klinik am Südring 16.30 Britt – Der Talk 17.30 Britt – Der Talk 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 Mein Mann kann 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Stars in der Manege Show. Mit Sarah Engels, Evelyn Burdecki, Natasa Ochsenknecht, Bruce Darnell, Stefan Mross 23.20 Rolling – Das Quiz mit der Münze Show 0.20 Rolling – Das Quiz mit der Münze Show

WDR

18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Die Wolga 21.00 Expeditionen ins Tierreich 21.45 WDR aktuell in den Menschen hautnah 23.00 Die Spätzügler 2 – Der Himmel soll warten (2) 0.00 Tragikomödie, A/D 2013 0.30 Der zweite Frühling 0.20 Komödie, D 2003

PRO 7

15.10 Young Sheldon 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 King Arthur: Legend of the Sword 22.55 Krieg der Götter 1.00 King Arthur: Legend of the Sword

ORF 2

19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Rosenheim-Cops 22.10 Kurzprogramm 22.00 ZIB 2 22.30 Stöckl. 23.35 Melissa Naschenweng – Die Senkrechtstarlerin im Porträt 0.00 Der Kroatien-Krimi: Der Mäcchenmörder von Krac 0.20 Kriminalgfilm, D 2019

RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News 16.05 Südlinik am Ring 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Berlin – Tag & Nacht



20.15 Speed 22.35 Speed 2: Cruise Control 0.55 Operation: Broken Arrow

VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 Zwischen Tüll und Tränen 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Wo die Liebe hinfällt – Jedes Paar ist anders 22.15 Jumanji: Willkommen im Dschungel 0.35 vox nachrichten

KABEL EINS

15.50 News 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt 18.55 Achtung Kontrolle! Wir kümmern uns drum 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS 22.15 Navy CIS 23.10 Navy CIS 0.05 Navy CIS 1.00 Kabel Eins Late News

NDR

17.00 NDR Info 17.10 Leopard, Seebär & Co. 18.00 Ländermagazine 18.15 Hofgeschichten 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Deutsche Reiseziele, die Sie kennen sollten 21.45 NDR Info 22.00 NDR Talk Show und 3nach9 0.00 Inas Nacht

3SAT

19.20 Think Big! – Die Künstlerin Katharina Grosse 20.00 Tagesschau 20.15 Das Geheimnis der Hebamme (1/2) 21.45 Das Geheimnis der Hebamme (2/2) 23.15 Eine verhängnisvolle Affäre 1.10 10vor10

WDR

18.15 WDR aktuell / Lokalzeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Hund, Katze, wir – Die Liebe zum Tier 21.00 Dschungel in der Stadt – Der Kölner Zoo 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 Salon Simonetti 0.00 Kölner Treff

ORF 2

20.05 Seitenblicke 20.15 Die Toten von Salzburg 22.00 Das Tal der Mörder 23.30 Inspektor Jury spielt Katz und Maus 2016 1.05 Die Toten von Salzburg 0.20 Schattenspiel. Krimi, A/D 2022

# AKZENT - HOTELS -



Hier unser Gästemagazin  
einfach downloaden



Telefon + 49 53 21 / 75 91 40 Fax · + 49 53 21 / 75 91 49 · Spitalstraße 1 · D-38640 Goslar · [www.akzent.de](http://www.akzent.de) · [info@akzent.de](mailto:info@akzent.de)

Pinterest · Facebook · Instagram

Werden Sie unser

**AKZENT Stammgast**

... und profitieren Sie von unschlagbaren Raten  
und unserem **Stammgastvorteil in Höhe von 5 €**.

*Ihre Treue belohnen wir!*

Ihren **AKZENT**-Stammgastcode erhalten Sie bei Abreise in  
einem unserer **AKZENT** Hotels. Danach können Sie direkt von  
den Vorteilen profitieren!

Wir wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt in einem unserer  
**AKZENT** Hotels und viel Spaß mit der **AKZENT** Stammgastkarte!

*Wie?*

Fragen Sie unser freundliches **Rezeptions-Team!**

