

Programm April 2025

Samstag, 16.40 Uhr auf SRF 1
Sonntag, ca. 12 Uhr auf SRF zwei
Wiederholungen auf SRF info



05./06. April: Salome – mein Weg aus der Selbstzerstörung (Wdhlg.) Talk, ERF Medien

Salome Stutz erlebt als adoptiertes Mädchen eine glückliche Kindheit. Bis ihre Familie an einen neuen Ort zieht. Die damals Elfjährige wird dabei – wie schon als Baby – jäh aus ihrem Umfeld gerissen: Sie erlebt eine sogenannte Retraumatisierung, die ihr ganzes Leben prägen wird. Das findet Salome aber erst viele Jahre später heraus.

Auf Mobbing in der Schule folgen Depressionen in der Lehrzeit. Salome stürzt sich immer mehr in Magersucht und Bulimie. Sie spürt sich nicht mehr und beginnt sich auch zu ritzen. Das geht so weit, bis sie nach einem Suizidversuch in die Jugendpsychiatrie eingewiesen wird. Die vermeintliche Wende in der Psychi entpuppt sich aber eher als «Highway to Hell»: Salome lernt dort einen Mann kennen, mit dem sie später als Teil einer kriminellen Bande um die Häuser zieht, Einbrüche begeht und Drogen konsumiert. Ihr Totalabsturz spitzt sich zu, als sie mit 19 durch einen Übergriff schwanger wird. Salome wird von ihrer Clique und vom Frauenarzt zur Abtreibung gedrängt – in ihr regt sich Widerstand. Völlig unerwartet entdeckt sie durch die Schwangerschaft einen neuen Lebenssinn. Salome begibt sich auf eine lange Reise, raus aus der Selbstzerstörung. Die fünffache Mutter ist auch heute noch auf diesem Weg: «Ich bezeichne mich als eine geheilte Süchtige. Heute habe ich Strategien, die mir im Alltag helfen, nicht in alte Süchte wie Essstörungen oder Drogen zurückzufallen.»

12./13. April: Im Bann des Übersinnlichen

Magazin, ALPHAVISION

Die meisten Menschen kommen irgendwann in ihrem Leben an den Punkt, an dem sie sich auf die Suche nach dem Sinn des Lebens machen. Viele versuchen ihn in esoterischen Praktiken zu finden.

Tarotkarten legen, Horoskope erstellen, manifestieren, pendeln, Reiki, schamanistische Praktiken, Engelsanbetung. Dieses und vieles mehr soll dazu dienen, sich und sein Leben zu optimieren, Vergangenheit und Zukunft zu beeinflussen, Halt und vielleicht den Sinn des Lebens darin zu finden. Viele nennen sich spirituell und verbinden sich mit höheren Mächten. Doch auf welche Macht man sich einlässt, ist entscheidend – das haben auch unsere Protagonisten erfahren.

19./20. April: Weltklasse-Pâtissier: Erfolg hat nicht nur Schoggi-Seiten

alk, ERF Medien

David Schmid gehört zu den besten Pâtissiers weltweit. Nach der Auszeichnung als «Weltkonditor» sind seine Confiserie-Kreationen so beliebt, dass er die Nachfrage kaum bewältigen kann. Um wieder Freude an seiner Leidenschaft zu haben, wagt er mit seiner Frau Nicole nun einen ungewöhnlichen Neustart.

2021 wird David Schmid als Weltkonditor ausgezeichnet und gewinnt die «Bäckerkrone». Die beiden Titel lassen die Nachfrage nach seinen Gourmet-Desserts explodieren. Doch der Erfolg hat nicht nur Schokoladenseiten. Jede Woche beginnt die Produktion wieder bei null, weil die Ladenregale leer gekauft werden. Ständig müssen noch mehr Angestellte eingearbeitet werden, um den Ansturm zu bewältigen. David Schmid arbeitet sieben Tage in der Woche. Ferien gibt es keine. «Es kam vor, dass ich kreidebleich arbeiten ging, mich kurz übergab und dann weiterarbeitete», erinnert sich David Schmid. Auch seine Frau Nicole, die ebenfalls im Geschäft arbeitet, macht sich Sorgen um die Gesundheit ihres Mannes. Um weniger Druck zu haben und mehr Ruhe für ihre Leidenschaft, geben Schmid's ihr Geschäft auf und ziehen im letzten Herbst in eine Garage in einem Industriegebiet. «Wir verkleinern uns und verzichten auf das grosse Geld, um glücklich zu sein», sagt der Weltklasse-Pâtissier.

26./27. April: Weg vom Fenster?

Magazin, ALPHAVISION

Wenn sich unsere Lebenssituation und Leistungsfähigkeit wegen Krankheit, Jobverlust oder aus anderen Gründen verändert, kann die Frage aufkommen: Ist nun alles vorbei? Bin ich nun «weg vom Fenster?»

Es ist nicht leicht, wenn man gezwungen ist, langjährige Selbstverständlichkeiten oder Rollen aufzugeben. Es ist harte Arbeit, sich mit der Situation abzufinden und einen Teil seiner Identität vielleicht ganz neu definieren zu müssen. Doch neue Perspektiven können auch zu einer Chance werden. FENSTER ZUM SONNTAG porträtiert Menschen, die von einer solchen Reise der Veränderung erzählen und entdecken, dass ihr Wert nicht von Umständen, Aufgaben und Rollen alleine abhängt.