

Vorschlag

Damit Ihnen das Hören und Sehen nicht vergeht

Auf dem Kahn

Zwischen Tahiti und dem aus einem Dutzend Inseln bestehenden Marquesas-Archipel liegen 1.600 Kilometer. Die Marquesanerinnen und Marquesaner bekommen alle zwei Wochen Besuch vom Fracht- und Passagierschiff »Aranui« und werden mit Gütern für den täglichen Bedarf und das Paradies begaffenden Touristen versorgt. BRD 2021.

→ **Mit dem Postschiff durch die Südsee. Von Tahiti zu den Marquesas-Inseln.** ARD Alpha, 16.45 Uhr

Auf Teig gebettet

Über die georgische Kulinarik, die Bedeutung von Estragon in der dortigen Küche und den Einfluss mongolischer Gerichte. Am wichtigsten aber: Hier gibt's die Bauanleitung für die schmackhaften Teigtaschen Chinkali. Frankreich 2024.

→ **Küchen der Welt. Georgien: Chinkali.** Arte, 18.45 Uhr

Auf dem Sonnenspektrum

Am 7. Juni jährte sich sein Todestag zum 200. Mal: Der Optiker und Instrumentenbauer Joseph Ritter von Fraunhofer. BRD 2012.

→ **Joseph von Fraunhofer. Dunkle Linien im Sonnenlicht.** ARD Alpha, 19.30 Uhr

Aus Fehlern gelernt?

Zum Themenabend im *Westdeutschen* aus Anlass des Jahrestags der Flut im Ahrtal wird die Frage aufgeworfen, ob Nordrhein-Westfalen nunmehr besser gewappnet wäre im Falle eines solchen Hochwassers. BRD 2026.

→ **WDR extra: Fünf Jahre nach der Flut.** WDR, 20.15 Uhr

Aus Liebe zum Dreck

Pizza aus dem Froster, Dosenravioli und literweise Limo: Das Nahrungsähnliche, das jene zu sich nehmen, denen Geld und Zeit fehlen, um anständig zu kochen oder sich gar bekochen zu lassen, ist so ungesund wie lecker. GB 2024.

→ **Fix und fertig: Wenn Essen süchtig macht.** Arte, 20.15 Uhr

Ausgetauschte Frau

Weibliche Konkurrenz: Nachdem die Hochzeit zwischen Becky und dem Busfahrer und Slash-Double Otto geplatzt ist, landet die Braut, die sich nicht traut, bei den Simpsons. Dort gibt sie – noch nicht vom jahrelangen Raubbau durch innerfamiliäre Sorgesklaverei gebrochen – die Superhausfrau. Marge wähnt, dass sie eine ersetzen will. USA 2000.

→ **Die Simpsons: Wird Marge verrückt gemacht?** Pro sieben Maxx, 21.35 Uhr

Ausgesetzte Feiung

Das Spielen im Matsch wurde weitgehend ersetzt durch das Spielen im Dreck, der sich Internet nennt. Das ist manchem abträglich, auch dem Immunsystem. Frankreich/Österreich 2024.

→ **Die Macht der Mikroben.** Arte, 21.40 Uhr

Aus dem Alter raus

Es geht bergauf, auch wenn es steinig ist: Mit effektivem Muskeltraining arbeiten die Frauen in der Menopause gegen Beschwerden. BRD 2026.

→ **Die Frauensauna: Plötzlich Wechseljahre! Kein Ende, sondern Neuanfang.** HR, 22.35 Uhr

<https://www.jungewelt.de/artikel/526055.vorschlag.html>