

Sendung / Inhalt	Datum	Zeit / Sender
<p><b>Roman Signer – Die ideale Reisegeschwindigkeit</b>  <i>Film von Aufdi Aufdermaurer</i>  <i>Erstausstrahlung</i></p> <p>"Roman Signer – Die ideale Reisegeschwindigkeit" ist ein sehr persönliches filmisches Porträt des Schweizer Bildhauers, Zeichners, Aktionskünstlers und Filmers. Es gewährt an unterschiedlichen Orten und zu unterschiedlichen Zeiten Einblicke in Arbeiten, die im Verlauf eines langen und eigenwilligen künstlerischen Wegs Roman Signers entstanden sind.</p> <p>Im Jahr 2002 begann eine ungewöhnliche Reise: Der Künstler Roman Signer hatte die Idee, mit einem kleinen, dreirädrigen Ape-Fahrzeug eine alte Skisprungschanze nahe Zakopane in Polen zu befahren – und das Ganze filmisch festzuhalten. Ohne Drehbuch und ohne festes Konzept machte sich ein achtköpfiges Team mit drei Fahrzeugen auf den Weg durch Italien, Österreich, Ungarn, Tschechien und die Slowakei bis nach Polen. Unterwegs kam es zu unerwarteten Begegnungen, poetischen Momenten und "kleinen Ereignissen", wie Signer seine künstlerischen Eingriffe nennt.</p> <p>Die Reise endete mit einer Ausstellung, einer Segnung – und dem Ape auf der Schanze. Doch der Film blieb lange unvollendet. Erst über 20 Jahre später, anlässlich Signers 80. Geburtstag, wurde das Projekt abgeschlossen. Eine Hommage an das Reisen, an Signers künstlerisches Schaffen und an die Freiheit des Erkundens – persönlich, leise und voller Poesie.</p>	<p><b>Samstag, 23. Mai 2026</b></p>	<p><b>22.15 – ca. 23.45 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Tabu – Was es in der DDR nicht geben durfte</b>  <i>(aus der Reihe "ZDF-History")</i>  <i>(Erstsendung: 02.02.2025)</i>  <i>Im Streaming: 26. Mai 2026, 10.00 Uhr bis 25. Mai 2028</i></p> <p>Die DDR sei "ein sauberer Staat", so Staatschef Erich Honecker. Was nicht in dieses offizielle Bild passte, wurde totgeschwiegen – wie Prostitution, Alkoholismus und Drogenmissbrauch.</p> <p>So prangerte man Prostitution als Problem kapitalistischer Gesellschaften an, das im Sozialismus überwunden sei. Tatsächlich aber florierte das "älteste Gewerbe der Welt" – in Interhotels in Rostock und Ostberlin, vor allem aber zu Messezeiten in Leipzig. Hier mischte sogar die Staatssicherheit als Zuhälter der käuflichen Liebe mit, um die Gäste aus dem Westen abzuschöpfen.</p> <p>Fortschrittlich gab sich die DDR dagegen beim Thema Homosexualität. Der Paragraph 175, der Liebe unter Männern unter Strafe stellte, wurde in der DDR bereits 1968 abgeschafft – im Westen verschwand er erst 1994. Doch die Toleranz gegenüber Schwulen und Lesben existierte nur auf dem Papier. Punks, die es ab Anfang der 1980er-Jahre auch in der DDR gab, mussten mit Zwangsmaßnahmen des Staates rechnen. Ausgerechnet die in den USA beheimatete Religionsgemeinschaft der Mormonen konnte in der DDR Fuß fassen und einen Tempel errichten – den ersten in einem sozialistischen Land.</p>	<p><b>Dienstag, 26. Mai 2026</b></p>	<p><b>23.10 – 00.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>NANO Doku: Afrika – Power-Kontinent im Aufbruch</b>  <i>Film von John A. Kantara</i>  <i>(Erstsendung: 19.09.2024)</i>  <i>Im Streaming: 28. Mai 2026, 10.00 Uhr bis 27. Mai 2028</i></p> <p>Afrika ist der zugleich jüngste und älteste Kontinent. Durch Wissenschaft und Innovationen weist das Zukunftslabor elf</p>	<p><b>Donnerstag, 28. Mai 2026</b></p>	<p><b>20.15 – 21.00 Uhr</b> 3sat</p>

<p>der 20 weltweit am stärksten wachsenden Volkswirtschaften auf.</p> <p>"Bei Afrika denken die meisten an Armut oder an Safari", sagt der Journalist Dipo Faloyin. Doch auf dem Power-Kontinent mit der jüngsten Altersstruktur entwickeln immer mehr junge Wissenschaftler Innovationen, die unsere globalen Probleme lösen könnten. Mithilfe der Innovationskraft junger Forscher senken in Kenia neue Technologien in der Futtermittelproduktion die Preise von Kraftfutter. Mobile Kommunikationslösungen aus Nairobi liefern Wissen und Bildung in indigenen Sprachen auch in den letzten Winkel Ostafrikas. Kenia und Uganda werden schon heute zu mehr als 90 Prozent mit erneuerbaren Energien versorgt. Dies nutzt ein junger afrodeutscher Unternehmer in Kampala zur Elektrifizierung des Individualverkehrs. Und im westafrikanischen Accra wird bereits die erste künstliche Intelligenz Afrikas im Gesundheitswesen eingesetzt.</p> <p>In Zukunft muss Afrika in seiner Entwicklung Quantensprünge machen, um gegen den Klimawandel gewappnet zu sein. Denn 70 Prozent der 1,4 Milliarden Afrikaner aus 54 Ländern leben in Küstenregionen, die vom steigenden Meeresspiegel bedroht werden.</p>		
<p><b>NANO Talk: Neuer Kolonialismus – Kampf um Macht in neuen Sphären</b></p> <p><i>Moderation: Stephanie Rohde (Erstsendung: 19.09.2024) Im Streaming: 28. Mai 2026, 10.00 Uhr bis 27. Mai 2028</i></p> <p>Der Kolonialismus von heute wütet auch im Internet, in der Tiefsee und im Weltall. Wie dabei dieselben Mechanismen wie früher greifen, darüber diskutiert Stephanie Rohde mit ihren Gästen.</p> <p>Der moderne Kolonialismus unterscheidet sich kaum vom Kolonialismus der frühen Neuzeit. Auch wenn die Kolonialherren andere Namen tragen, bleiben die Mechanismen gleich: Es wird geraubt, ausgebeutet und Abhängigkeit geschaffen. Mit der "Entdeckung" Amerikas begann das koloniale Zeitalter. Damals ging es hauptsächlich um Landnahme, Gold und Versklavung. Heute geht es auch um digitale Daten, seltene Erden und eine Vormachtstellung im Weltall. Die neuen Kolonialmächte sind nicht mehr nur Staaten, sondern auch Firmen wie Alphabet, Amazon, Apple, Meta, Microsoft, Huawei und DeepSeek.</p> <p>Hat das Kolonialzeitalter am Ende gar nicht aufgehört zu existieren? Versklavt der moderne Kolonialismus per Glasfaser uns alle? Geht es am Ende wieder um globale Allmachtsfantasien und Weltherrschaft?</p>	<p><b>Donnerstag, 28. Mai 2026</b></p>	<p><b>21.00 – 22.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>WeltWeit: Iran-Krieg. Unsicherheit als einzige Konstante</b></p> <p><i>Reportage von David Kriegleder, Rosa Lyon und Christophe Kohl (Erstsendung: 24.04.2026)</i></p> <p>"Operation epischer Zorn", so lautet der amerikanische Codename für den Iran-Krieg. Doch mit jedem Tag mehr wird der Krieg zum "epischen Desaster". Ein Desaster, das nicht nur den Nahen Osten, sondern die gesamte Weltwirtschaft mit sich reißt. Drei Reporter begeben sich auf Spurensuche.</p> <p>Nach martialischen Drohungen von US-Präsident Trump, Häme aus Teheran, amerikanisch-israelischen Luftschlägen, iranischen Gegenangriffen auf Israel und die arabischen Nachbarländer, der Sperre der Straße von Hormus, einer höchst fragilen Waffenruhe und gescheiterten Friedensgesprächen steht fest – Unsicherheit ist die einzige Konstante in diesem Krieg. Was es heißt, nie zu wissen, was der nächste Tag bringt, erfahren die ORF-Korrespondenten nicht nur am eigenen</p>	<p><b>Donnerstag, 28. Mai 2026</b></p>	<p><b>23.40 – 00.30 Uhr</b> 3sat</p>

<p>Leib, sondern auch im Gespräch mit den Menschen in ihrer Region.</p> <p>Der Waffenstillstand bringt der israelischen Bevölkerung gerade eine Verschnaufpause. Doch kaum jemand traut der aktuellen Ruhe. Korrespondent David Kriegleder, der selbst seit Wochen ein Leben zwischen Bunker und Live-Berichterstattung führt, trifft Israels bekannteste Instagram-Familie und einen Musiker, um über ihre Kriegserfahrungen, Hoffnungen und Sorgen zu sprechen.</p>		
<p><b>37° Leben: Kann KI Spiritualität?</b>  <i>(Erstsendung: 24.05.2026)</i>  <i>Im Streaming: 29. Mai 2026, 10.00 Uhr bis 28. Mai 2028</i></p> <p>Zwischen Gebet und Meditation wird ein Chatbot für zwei junge Frauen zu einem sehr persönlichen Gegenüber. Mit KI suchen Alice und Maya Trost, Sinn und spirituelle Orientierung im Alltag.</p> <p>Alice spricht mit ihrer KI über Sorgen, Trost und spirituelle Fragen – und sucht Antworten zugleich draußen in der Natur. Maya lebt eine offene Spiritualität und nutzt KI als Spiegel für Sinnfragen – und trifft in einem buddhistischen Zentrum auf andere Zugänge. In einem buddhistischen Zentrum trifft Mayas sehr persönliche Form von Sinnsuche auf Meditation, Gemeinschaft und andere Vorstellungen davon, was spirituelle Tiefe bedeuten kann. Zwischen Kerzenlicht, Kaffeetasse, Wald, Meditation und Chatverlauf entsteht ein Bild davon, wie selbstverständlich KI heute in sehr persönliche Formen von Glauben, Trost und Sinnsuche hineinreichen kann.</p> <p>Was kann ein digitales Gegenüber geben? Und was entsteht nur in echter Begegnung, in Stille oder im Austausch mit anderen?</p>	<p><b>Freitag, 29. Mai 2026</b></p>	<p><b>13.10 – 14.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>NANO: Neurodiversität – Wie normal ist anders?</b>  <i>Film von Rosi Bundz und Roland Schenke</i>  <i>(Erstsendung: 12.05.2025)</i>  <i>Im Streaming: 29. Mai 2026, 06.00 Uhr bis 28. Mai 2027</i></p> <p>Neurodiversität beschreibt die Unterschiede in der Funktionsweise des Gehirns. Was bedeutet es, wenn das Denken so anders ist, dass man nicht mehr in die Gesellschaft zu passen scheint?</p> <p>Manuel Stark, Wissenschaftsjournalist und Autist, erkundet, wie Menschen mit Autismus, ADHS, Legasthenie oder Dyskalkulie unsere Gesellschaft bereichern können – wenn man ihnen die richtigen Chancen gibt. Er trifft die Autistin Lilith, eine IT-Studentin, die ihre analytischen Stärken am liebsten in einer reizarmen Umgebung entfaltet, Luka, der mit ADHS lebt und seine kreative Energie im Hyperfokus zu etwas Außergewöhnlichem macht, sowie Franny Dougan, die aufgrund ihrer Legasthenie zwar Probleme mit dem Lesen hat, aber durch ihre Kreativität eine erfolgreiche Influencerin geworden ist.</p> <p>Große Unternehmen wie SAP setzen gezielt auf neurodiverse Teams, um Innovation zu fördern. Doch viele neurodivergente Menschen stoßen im Arbeitsmarkt und im Alltag noch auf große Hürden. Der Film zeigt, dass nicht neurodivergente Menschen sich anpassen sollten, sondern dass es Strukturen braucht, die ihre besonderen Fähigkeiten einbeziehen.</p>	<p><b>Freitag, 29. Mai 2026</b></p>	<p><b>18.15 – 19.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Die Giacomettis – Eine außergewöhnliche Künstlerfamilie</b>  <i>Dokumentarfilm von Susanna Fanzun, Schweiz 2023</i>  <i>Länge: 53 Minuten</i></p> <p>Das schroff Bergell hat eine Künstlerdynastie hervorgebracht: die Giacomettis. Die Dokumentarfilmerin Susanna Fanzun folgt den Spuren dieser außergewöhnlichen Familie.</p>	<p><b>Sonntag, 31. Mai 2026</b></p>	<p><b>12.05 – 13.00 Uhr</b> 3sat</p>

<p>Die Giacomettis: Vom Vater Giovanni, der als Impressionist der ersten Stunde gilt, bis zu den Kindern Alberto, Diego, Ottilia und Bruno waren sie alle mit bemerkenswertem künstlerischem Talent ausgestattet. Allen voran der weltbekannte Bildhauer, Maler und Graveur Alberto, der die Kunstwelt mit seinen dünnen Skulpturen revolutionierte. Annetta, die strenge Mutter und ruhender Pol im Kreis ihrer Lieben, hielt die Familie zusammen. Zentrum war das Haus in Stampa im Bergell. Das intensive familiäre Zusammenleben, eingebettet in die karge alpine Landschaft, schuf eine besondere Voraussetzung für die künstlerische Entfaltung der Giacomettis. Offenheit, der Austausch mit anderen Kulturen und das Leben in Metropolen prägten ihr Leben und Werk. Die Engadiner Dokumentarfilmerin Susanna Fanzun begibt sich auf die Spuren der Familie Giacometti. Meisterhafte Gemälde – gepaart mit Skizzen, persönlichen Briefen, Zeitzeugen und atemberaubenden Aufnahmen der alpinen Landschaft – lassen ins Innerste dieser eindrücklichen Familie blicken.</p>		
<p><b>Land ohne Frauen – Wie die Taliban den Afghaninnen ihre Freiheit nehmen</b></p> <p><i>Film von Vanessa Schlesier (aus der SRF-Reihe «NZZ Format») (Erstsendung: 01.05.2026)</i></p> <p>Seit ihrer Machtübernahme 2021 erlassen die Taliban fast monatlich neue Dekrete, die Frauen in Afghanistan ihre Rechte rauben. Bildung, Arbeit, Freiheit – all das wird ihnen genommen.</p> <p>Frauen sollen aus der Öffentlichkeit verschwinden. Doch viele von ihnen kämpfen weiter – mutig, leise, entschlossen. Obwohl es Frauen mittlerweile auch verboten ist, ohne männlichen Vormund zu reisen, fährt die Ärztin Dr. Hamida Woche für Woche in ein entlegenes Provinzkrankenhaus, wo sie die Frauenabteilung leitet. In Kabul besucht die junge Hebamme Rahela werdende Mütter. Und in einem Wohnzimmer im Kabuler Stadtteil Dashte Barchi widersetzen sich erwachsene Frauen dem Bildungsverbot durch die Taliban.</p> <p>«NZZ Format» erzählt in bewegenden Bildern von weiblichem Widerstand und dem ungebrochenen Willen, nicht unsichtbar zu werden.</p>	<p><b>Sonntag, 31. Mai 2026</b></p>	<p><b>19.10 – 19.40 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Good Bye, Lenin!</b></p> <p><i>Spielfilm, Deutschland 2003 Regie: Wolfgang Becker Länge: 112 Minuten (Erstsendung: 03.10.2024) Im Streaming: 31. Mai 2026, 21.45 Uhr bis 30. Juni 2026</i></p> <p>Ostberlin Sommer 1990: Deutschland steht vor der Wiedervereinigung – freie Marktwirtschaft! Alex Kerner, gerade Anfang 20, muss der Geschichte Einhalt gebieten. Er hat triftige Gründe. Seine alleinerziehende Mutter Christiane, eine «Verdiente Aktivistin» der DDR, war kurz vorm Mauerfall ins Koma gefallen. Jede Aufregung kann lebensbedrohlich für sie sein. Deshalb lässt Alex den real existierenden Sozialismus im Plattenbau wiederauferstehen.</p> <p>Was anfänglich noch leichtfällt, wird zu einem Wettlauf mit der Zeit. Die Veränderungen draußen sind nicht mehr aufzuhalten. Doch wie soll er der Mutter den veränderten Blick aus dem Fenster mitsamt dem brandneuen Coca-Cola-Plakat erklären? Alex muss improvisieren, und so erfindet er eine ganz andere Version der Ereignisse. Gleichzeitig rasend komisch, hinreißend grotesk und sehr bewegend – ein Meisterwerk des deutschen Kinos mit Daniel Brühl, Katrin Sass, Chulpan Khamatova u.a.</p>	<p><b>Sonntag, 31. Mai 2026</b></p>	<p><b>21.45 – 00.00 Uhr</b> 3sat</p>

<p><b>Queer Pop – Ikonen, Codes und Kommerz (1/3) I want to break free – Sehnsucht nach Freiheit</b></p> <p><i>Film von Inga Turczyn und Shane Thomas McMillan (Erstsendung: 25.10.2025) Im Streaming: 6. Juni 2026, 10.00 Uhr bis 5. Juni 2028</i></p> <p>Musik, Mode oder Kunst: Queere Menschen eroberten sich in den 1970er- und 80er-Jahren neue Räume. Was zuvor verborgen war, wurde nun Teil einer neuen, lauten und selbstbewussten Popkultur.</p> <p>Mit Archivbildern, persönlichen Erlebnissen und eindrucksvollen Geschichten erzählt diese Folge, wie Stars wie Grace Jones, David Bowie oder Robert Mapplethorpe Trends setzten und Generationen prägten. Ihre Kunst war mehr als Stil – sie wurde zu einem Symbol von Freiheit. In den späten 1980er Jahren beginnt die Aids-Krise eine ganze Community zu erschüttern. Doch aus Schmerz und Verlust entstanden neue Ikonen und Bewegungen, die queere Kultur weiter sichtbar machten. Eine eindrucksvolle Zeitreise durch zwei Jahrzehnte voller Mut und Aufbruch.</p> <p>Redaktionshinweis: Die weiteren beiden Folgen des Dreiteilers «Queer Pop – Ikonen, Codes und Kommerz» zeigt 3sat an den kommenden Samstagen um 19.20 Uhr.</p>	<p><b>Samstag, 6. Juni 2026</b></p>	<p><b>19.20 – 20.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Der Goalie bin ig</b></p> <p><i>Spielfilm, Schweiz 2013 Regie: Sabine Boss Länge: 89 Minuten</i></p> <p>Ende der 1980er-Jahre: Der Lebenskünstler Ernst, von allen "Goalie" genannt, kehrt nach einem Jahr im Gefängnis zurück in die Schweizer Kleinstadt Schummertal. Er ist voller guter Vorsätze.</p> <p>Goalie will ein neues Leben anfangen, ohne Drogen. Er sucht sich einen Job und verliebt sich in die Kellnerin Regula. Es ist ihm egal, dass sein bester Freund Ueli ihn nun für einen Spießbürger hält. Doch kurz vor seinem neuen Glück holt ihn die Vergangenheit ein.</p> <p>Der Schweizer Spielfilm basiert auf dem gleichnamigen Roman von Pedro Lenz, einem der erfolgreichsten Schweizer Mundartromane der letzten Jahre. Er wurde original in Schweizer Mundart in Langenthal und Italien gedreht. "Der Goalie bin ig" wurde an den Solothurner Filmtagen 2014 uraufgeführt und gewann im gleichen Jahr den Schweizer Filmpreis in den Kategorien Bester Film, Bester Hauptdarsteller, Bestes Drehbuch und Beste Filmmusik.</p>	<p><b>Mittwoch, 10. Juni 2026</b></p>	<p><b>22.25 – 00.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Männlich, Weiblich, Trans* – Was heißt schon Geschlecht?</b></p> <p><i>Film von Constanze Griebler, Franziska Mayr-Keber (Erstsendung: 21.04.2021)</i></p> <p>Unter Jugendlichen ist die Zahl der Mädchen, die sich als Junge fühlen, weit höher als umgekehrt. Viele wünschen sich eine Hormonbehandlung vor der Pubertät.</p> <p>Wie schwierig der Weg der Geschlechtsangleichung ist und wie man bürokratische Hürden überwindet, darüber berichten junge Transmenschen auf Social-Media-Plattformen wie TikTok, Instagram und YouTube. Laut der Weltgesundheitsorganisation WHO sind Transmenschen nach wie vor eine besonders verletzbare Gruppe.</p> <p>Danny hingegen hat sich schon immer als Mann gefühlt. Mit Einsetzen der Menstruation und seinem Brustwachstum konnte er nicht sofort handeln. Erst nach seiner Schulzeit hat er mit Testosteron begonnen. Offen und mit Humor berichtet er auf TikTok und Instagram über seinen Weg zum "richtigen" Mann. Die Frage beantwortet der Journalist Malcolm Ohanwe, der sich mit Identität und Rassismus sowie toxischer Männlichkeit beschäftigt.</p>	<p><b>Mittwoch, 10. Juni 2026</b></p>	<p><b>00.25 – 01.15 Uhr</b> 3sat</p>

<p><b>Die gefährlichsten Firmen der Welt – Big Tech: Milliarden, Manipulation, Macht</b></p> <p><i>Film von Jens Strohschnieder (Erstsendung: 02.03.2026) Im Streaming: 11. Juni 2026, 10.00 Uhr bis 10. Juni 2028</i></p> <p>Algorithmen entscheiden, was wir sehen, denken und wählen. Facebook, Google &amp; Co. verdienen mit Daten nicht nur Geld – sie manipulieren Meinungen und beeinflussen Wahlen.</p> <p>Wie sind Daten zur politischen Waffe geworden? Es begann spätestens mit Obamas Wahlkampf bis hin zum Skandal um Cambridge Analytica und Donald Trump. Insider und Whistleblower enthüllen, wie Profile, Emotionen und Ängste gezielt gesteuert werden. Die zweite Folge beleuchtet die politische Dimension der Datenmacht. Sie zeigt, wie Facebook und andere Plattformen psychologische Profile erstellen, wie Algorithmen Emotionen manipulieren und politische Kampagnen steuern. Anhand von Fällen wie Cambridge Analytica, Facebook-Experimenten und internationalen Beispielen wird deutlich, wie fragil Demokratie und Öffentlichkeit im Zeitalter der exzessiven Datensammlung geworden sind.</p>	<p><b>Donnerstag, 11. Juni 2026</b></p>	<p><b>20.15 – 21.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>NANO Talk: Kollaps des Wissens</b></p> <p><i>Moderation: Stephanie Rohde Erstausstrahlung</i></p> <p>Das Internet wird geflutet mit künstlich erzeugten und häufig falschen Informationen. Kollabiert daran das Internet? Darüber diskutiert Stephanie Rohde mit ihren Gästen.</p> <p>Bots und KI produzieren Texte, Bilder und Interaktionen, die unseren Wirklichkeitsraum oft überzeugend abbilden – jedoch nicht bis zu einem gewissen Punkt. Je stärker ihr Anteil wächst, desto mehr verlieren Informationen und damit das Internet an Qualität. Dabei lässt sich die Qualität von Information immer schwerer bestimmen. Eine Unterscheidung zwischen richtig und falsch in einem Meer von künstlich erzeugten Informationen wird unmöglich. Wie verhalten wir uns, wenn das Internet nur noch ein bis zur Unkenntlichkeit veräusertes Bild unserer Wirklichkeit darstellt? Gast der Sendung ist unter anderem Martin Andree, Medienwissenschaftler und Autor.</p>	<p><b>Donnerstag, 11. Juni 2026</b></p>	<p><b>21.00 – 22.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>NANO: Mein Körper. Meine Hände – Wie sie unser Gehirn trainieren</b></p> <p><i>Film von Babette Hnup und Kristina Klasen (Erstsendung: 02.03.2026) Im Streaming: 12. Juni 2026, 06.00 Uhr bis 11. Juni 2027</i></p> <p>Unsere Hände sind wahre Multifunktionswerkzeuge. Kein anderes Körperteil ist so beweglich, sensibel und gleichzeitig so belastbar.</p> <p>Studien zeigen, dass die Verbindung zwischen Hand und Gehirn entscheidend für unsere kognitive Gesundheit ist. Jede Berührung, jedes Anfassen erzeugt ein Feuerwerk im Gehirn. Die Dokumentation zeigt, warum es wichtig ist, unsere Hände ein Leben lang zu schulen. Hände sollten trainiert werden, um im Kopf möglichst fit zu bleiben. Feinmotorische Übungen und gezieltes Handtraining können helfen, neurodegenerativen Erkrankungen vorzubeugen oder sie abzumildern. Vor drei Jahren erlitt die 29-jährige Katharina Borck einen Schlaganfall und kämpft sich seitdem mit nur einer funktionsfähigen Hand zurück in ein eigenständiges Leben. An der Uniklinik Frankfurt könnte ihr eine neuartige Therapie helfen. Die Hände von Uhrmachermeister Robert Hoffmann sind sein wichtigstes Werkzeug. In der Uhrenmanufaktur untersucht der Entwicklungspsychologe Prof. Sebastian Suggate von der Universität Regensburg, was in den Köpfen von</p>	<p><b>Freitag, 12. Juni 2026</b></p>	<p><b>18.15 – 19.00 Uhr</b> 3sat</p>

<p>Menschen passiert, die jeden Tag mit feinsten Motorik arbeiten.</p>		
<p><b>Das Parfum – Die Geschichte eines Mörders</b>  <i>Spielfilm, Deutschland/Frankreich/Spanien 2006</i>  <i>Regie: Tom Tykwer</i>  <i>Länge: 133 Minuten</i>  <i>Im Streaming: 12. Juni 2026, 20.15 Uhr bis 12. Juli 2026</i></p> <p>Im 18. Jahrhundert wird Jean-Baptiste Grenouille mit einem exzellenten Geruchssinn geboren. Besessen von der Idee, den perfekten Duft zu kreieren, lernt er das Handwerk des Parfümeurs. Doch sein Ehrgeiz führt ihn in den Wahnsinn: Um den Duft der Schönheit einzufangen, beginnt er, junge Frauen zu töten und überschreitet alle moralischen Grenzen.</p> <p>Nach dem Weltbestseller von Patrick Süskind schuf Tom Tykwer ein düsteres, fesselndes Drama. Mit Ben Whishaw, Dustin Hoffman, Alan Rickman und Rachel Hurd-Wood.</p>	<p><b>Freitag, 12. Juni 2026</b></p>	<p><b>20.15 – 22.30 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Queer Pop – Ikonen, Codes und Kommerz (2/3)</b>  <b>Fuck the Pain away – Alles ist möglich?</b>  <i>Film von Inga Turczyn und Shane Thomas McMillan</i>  <i>(Erstsendung: 08.11.2025)</i>  <i>Im Streaming: 6. Juni 2026, 10.00 Uhr bis 5. Juni 2028</i></p> <p>In den 1990er- und 2000er-Jahren erobern queere Styles die Popwelt. Club-Ästhetik wird zu Mainstream, von Mode und Musik bis zu Werbung – oft, ohne dass ihre Herkunft erkannt wird.</p> <p>Die Musikerinnen Peaches und Ebow blicken in einer Berliner Bar zurück: von Techno und Love Parade über Boygroups bis zu Stars wie George Michael oder Lady Gaga. Queere Codes wurden zu Trends – und plötzlich Teil des Alltags. Diese Folge erzählt, wie Metrosexualität, Genderfluidität oder Body Positivity sichtbar wurden und den Geschmack einer ganzen Generation prägten. Gleichzeitig zeigt sie, wie queere Ideen oft vereinnahmt wurden, während die Kämpfe dahinter unsichtbar blieben. Ist das ein Sieg der Vielfalt oder nur cleveres Marketing?</p>	<p><b>Samstag, 13. Juni 2026</b></p>	<p><b>19.20 – 20.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Queer Pop – Ikonen, Codes und Kommerz (3/3)</b>  <b>Pink Pony Club – Bubbles &amp; Backlash</b>  <i>Film von Inga Turczyn und Shane Thomas McMillan</i>  <i>(Erstsendung: 15.11.2025)</i>  <i>Im Streaming: 6. Juni 2026, 10.00 Uhr bis 5. Juni 2028</i></p> <p>Queere Codes sind heute überall: in Musik, Mode, Werbung. Ist die Avantgarde im Mainstream aufgegangen? Ist das Vielfalt pur oder der Verlust des Besonderen?</p> <p>Designer Kilian Kerner, Schauspieler Lamin Leroy Gibba und Popsängerin Luna erzählen, wie queere Ästhetik vom Rand in die Mitte der Gesellschaft wanderte. Von Drag Queens über Popstars bis TikTok: Was bedeutet Queerness, wenn sie alle nutzen? Die Folge blickt auf neue queere Ikonen und Stars wie den Rapper Lil Nas X oder Popsängerin Chappell Roan. Während Social Media Sichtbarkeit schafft, verliert sich zugleich das Gemeinsame: Aus Avantgarde werden Trends, aus Kämpfen Marketing-Strategien. War dies das Ziel oder ist es das Ende der Differenz? Zwischen Emanzipation und Gegenreaktion entfaltet sich ein schillerndes Bild der Gegenwart.</p>	<p><b>Samstag, 20. Juni 2026</b></p>	<p><b>19.20 – 20.00 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>Der Testosteron-Boom – Zwischen Medizin und Körperkult</b>  <i>Film von Philipp Jöster</i>  <i>(aus der Reihe «NZZ Format»)</i>  <i>(Erstsendung: 09.04.2026)</i></p>	<p><b>Sonntag, 21. Juni 2026</b></p>	<p><b>19.10 – 19.40 Uhr</b> 3sat</p>

<p>Im Fitness- und Bodybuildingbereich spielt Testosteron eine große Rolle. Früher vor allem mit illegaler Muskel- und Leistungssteigerung verbunden, spricht man heute locker über «TRT».</p> <p>Was lange vor allem eine medizinische Behandlung für Männer mit diagnostiziertem Testosteron-Mangel war, wird heute auch im Kontext von Leistungsfähigkeit, Energie und Selbstoptimierung diskutiert. Digitale Kanäle tragen dazu bei, dass sich das Thema Testosteron-Ersatztherapie stärker verbreitet. Start-ups bieten Testosteron-Ersatztherapien als telemedizinische Dienstleistung an. Gleichzeitig wächst die Kritik aus der Medizin. Fachärzte beobachten, dass zunehmend Männer eine Therapie nachfragen, obwohl Beschwerden wie Müdigkeit, Antriebslosigkeit und Leistungsabfall nicht nur auf einen Testosteron-Mangel zurückzuführen sind. Die Zufuhr des Hormons von außen verändert die körpereigene Produktion – und das kann Folgen haben. Der Film begleitet Betroffene, Ärzte und Anbieter und fragt: Wo beginnt eine medizinisch sinnvolle Behandlung – und wo wird aus Testosteron ein Produkt im wachsenden Markt der Selbstoptimierung?</p>		
<p><b>3satDokumentarfilmzeit: Sagrada</b>  <i>Dokumentarfilm von Stefan Haupt, Schweiz 2012</i>  <i>Länge: 90 Minuten</i></p> <p>Seit 131 Jahren befindet sich Antoni Gaudís Sagrada Família im Bau. Bis heute ist die Kathedrale in Barcelona erst zur Hälfte fertiggestellt.</p> <p>Der Dokumentarfilmer Stefan Haupt lässt die Zuschauer eintauchen in das Universum des Bauwerks, dessen bewegte Geschichte und heutige Fortentwicklung. An dem Monument des Architekten Antoni Gaudí wird seit 1882 gebaut. Der Dokumentarfilm des Zürcher Filmemachers Stefan Haupt erzählt die verrückte Entstehungsgeschichte der Kathedrale und die mit dem außergewöhnlichen Bauwerk untrennbar verbundene, ebenso bewegte Lebensgeschichte ihres Architekten. Haupts Film fragt dabei auch nach der menschlichen Schöpfungskraft – und wofür sie heute eingesetzt werden soll.</p>	<p><b>Montag, 22. Juni 2026</b></p>	<p><b>22.25 – 00.00 Uhr</b>  3sat</p>
<p><b>Rechtsruck im Silicon Valley – Warum die kalifornischen Tech-Eliten Trump unterstützen</b>  <i>Film von Cornelius Janzen</i>  <i>Erstausstrahlung</i>  <i>Im Streaming: 27. Juni 2026, 10.00 Uhr bis 26. Juni 2028</i></p> <p>Das Silicon Valley steht für Freiheit und Fortschritt. Doch es gibt dort auch eine dunkle Seite. Ein Film über autoritäres und antidemokratisches Denken in der Tech-Branche.</p> <p>Milliardäre wie Elon Musk und Peter Thiel propagieren «Disruption» und zielen dabei unter anderem auf den Abbau demokratischer Institutionen ab. Doch welchen Ideen und Vordenkern folgen sie dabei? Und was verbindet sie mit Donald Trump? Laut dem Literaturwissenschaftler und Stanford-Professor Adrian Daub ist dieses Denken mit faschistischen Ideen kompatibel. Der Kult um Gründer und deren Genialität führe nämlich dazu, dass sich eine zunehmend autoritäre Kultur durchsetze, die die Demokratie als lästiges Hindernis betrachtet. Mit Trump hat die Tech-Elite einen Verbündeten im Weißen Haus gefunden, der ihnen direkten Zugang zur Macht ermöglicht. Die Programmiererin Aya Jaff bezeichnet dieses Machtgefüge als «Broligarchie»: eine kleine, abgeschottete Gruppe, die Kapital, Technologie und politischen Einfluss eng verknüpft. Die Dokumentation stellt die zentrale Frage: Wie viel Demokratie bleibt, wenn wir den Fortschrittsversprechen der Tech-Branche blind folgen?</p>	<p><b>Samstag, 27. Juni 2026</b></p>	<p><b>19.20 – 20.00 Uhr</b>  3sat</p>

<p><b>Erbgut verändern? – Wie die Genschere Crispr Medizin und Sport revolutioniert</b></p> <p><i>Film von German Kral (aus der SRF-Reihe «NZZ Format») (Erstsendung: 26.02.2026)</i></p> <p>Was haben Polopferde aus Buenos Aires, Schweine auf einem Bauernhof bei München und eine revolutionäre Krebstherapie aus Heidelberg gemeinsam?</p> <p>Bei allen dreien wurde das Erbgut verändert – mit CRISPR-Cas9, der sogenannten Genschere. Doch welche Türen öffnet diese "Gen-Editierung"? "NZZ Format" reist bis in die argentinische Pampa, um die ersten Gen-editierten Polopferde der Geschichte zu besuchen. In Heidelberg trifft das Filmteam einen Shootingstar der Medizin, der mit Gen-editierten Immunzellen an einer Therapie arbeitet, die die Krebsbehandlung grundlegend verändern könnte. Und auf einem Bauernhof bei München besucht es Gen-editierte Schweine, die bald eine Lösung für alle Menschen sein könnten, die weltweit auf ein Spenderherz warten.</p> <p>2020 erhielten zwei Wissenschaftlerinnen den "Nobelpreis für Chemie" für diese revolutionäre Entdeckung. Doch auch die Risiken der Gen-Editierung sind groß. Wie gelingt die Balance zwischen wissenschaftlichem Fortschritt, ethischer Verantwortung und gesellschaftlicher Kontrolle? Ist CRISPR-Cas9 der Anfang vom Ende des Lebens, so wie wir es bis jetzt kennen?</p>	<p><b>Sonntag, 28. Juni 2026</b></p>	<p><b>19.10 – 19.40 Uhr</b> 3sat</p>
<p><b>NANO: Immer mehr Wut – Warum sind wir so aggressiv?</b></p> <p><i>Film von Christine Binder und Luzie Funke (Erstsendung: 26.02.2026)</i></p> <p>Aggression und Ärger nehmen zu: Laut Umfragen erleben 84 Prozent mehr Verrohung und eskalierende Konflikte im Alltag – ob im Straßenverkehr oder online. Werden wir zur Wutgesellschaft?</p> <p>Wut kennt jeder. Sie spaltet, treibt an und verbindet. Sie wirkt zerstörerisch, aber auch konstruktiv: Wut mobilisiert, macht Missstände sichtbar und verändert unser Zusammenleben stärker, als vielen bewusst ist. Doch was passiert, wenn Wut zur Norm wird? Wut äußert sich nicht nur öffentlich – etwa in sozialen Medien, auf Demonstrationen oder im Straßenverkehr: Auch im Körper löst sie Stressreaktionen aus, die unsere Gesundheit beeinträchtigen können. Forschungen aus Psychologie, Neurobiologie und Soziologie zeigen, warum Menschen unterschiedlich auf Ärger reagieren, welche Rolle Neurotransmitter und Hirnareale spielen und wie Kinder erst lernen müssen, Impulse zu kontrollieren. Die «NANO Doku» untersucht Ursachen und Mechanismen hinter der steigenden Gereiztheit. Sie begleitet die Polizei im Einsatz, eine Schulklasse bei einem Projekt zur Impulskontrolle und testet, wie wir effektiv Wut abbauen können.</p>	<p><b>Freitag, 3. Juli 2026</b></p>	<p><b>18.15 – 19.00 Uhr</b> 3sat</p>