



ABU TV-Tipps im Dezember 2025 (bis 04. Januar 2026)

Eine Dienstleistung des szUDH, zusammengestellt von Manfred Pfiffner (Angaben ohne Gewähr)

Extrem! Zwischen Dürre und Sintflut

Film von Udo Maurer

Regenfälle mit 60 Litern Niederschlag in der Stunde in Österreich, tödliche Trockenheit dagegen am Horn von Afrika - das sind Ereignisse, die mögliche Klimaszenarien vor Augen führen.

Auch gemäßigte Regionen sollen im 21. Jahrhundert möglicherweise "extrem" werden. Weite Teile der Welt werden austrocknen, während andere im Regen versinken. Wie geht der Mensch mit solchen Verhältnissen um?

Antworten darauf findet man in jenen Gebieten, wo schon jetzt außergewöhnliche Verhältnisse herrschen, und wo die Menschen am Limit leben.

3sat

Dienstag, 2. Dezember 2025
15.50 – 16.45 Uhr
(Erstsendung 24.8.2010)

NANO: Mein Körper. Mein Adrenalin. Actionhormon und Lebensretter

Film von Katrin Focke

Im Streaming: 5. Dezember 2025, 06.00 Uhr bis 4. Dezember 2026

Adrenalin ist ein wahres "Wundermittel", ohne das wir sicherlich nicht bis heute überlebt hätten: In Stresssituationen wird es innerhalb von Millisekunden im Körper ausgeschüttet.

Es aktiviert den "Kampf-oder-Flucht"-Mechanismus, der hilft, schnell auf Bedrohungen oder Stresssituationen jeglicher Art zu reagieren. Heute ist der Körper nicht mehr so häufig extremen physischen Gefahren ausgesetzt wie in der Vergangenheit.

Der Adrenalinspiegel kann allerdings auch durch psychischen Stress, wie zum Beispiel durch beruflichen Druck, finanzielle Sorgen oder zwischenmenschliche Konflikte aktiviert werden.

3sat

Freitag, 5. Dezember 2025
18.15 – 19.00 Uhr
(Erstsendung 17.3.2025)

Die menschliche Sucht nach Extremen hat außerdem eine Menge Freizeitaktivitäten hervorgebracht, die einen Adrenalinkick erzeugen und das Hormon zu einem begehrten "Genussmittel" machen. Das Filmteam trifft einen der besten Freestyle-Motocross-Fahrer der Welt und begleitet ihn zu einem Wettbewerb.

Adrenalin beeinflusst viele Körperfunktionen gleichzeitig: Es sorgt für eine Erhöhung der Herzfrequenz, um mehr Blut und damit mehr Sauerstoff zu den Muskeln zu bringen. Die Atemfrequenz steigt ebenfalls, was den Gasaustausch in der Lunge verbessert. Gleichzeitig wird die Blutzufuhr zu weniger wichtigen Organen wie dem Verdauungssystem reduziert, sodass der Körper seine Ressourcen auf lebenswichtige Funktionen konzentrieren kann. Die Pupillen weiten sich, um eine bessere Sicht zu ermöglichen. Die Haut wird blass, da Blut in die inneren Organe umgeleitet wird. Von diesen Effekten profitiert zum Beispiel auch eine junge Fallschirmjägerin bei der Ausbildung. Das Filmteam ist bei einem ihrer ersten Sprünge mit dabei.

Doch die Wirkung des Adrenalins geht über die akuten Reaktionen hinaus: In moderaten Mengen ist es auch für die Regulation des Kreislaufs und den Stoffwechsel wichtig, es stillt Blutungen und hemmt das Schmerzempfinden. Diese Eigenschaften machen es auch zu einem "Nummer-1-Medikament" in der Notfallmedizin. Auf der Intensivstation am Klinikum Großhadern begleitet das Filmteam einen Anästhesisten, der mehrmals die Woche Adrenalin als lebensnotwendiges Medikament verwendet.

Zeitreise - Die Welt im Jahr 0

Film von Andreas Sawall

Der Berliner Archäologe Matthias Wemhoff reist zurück in die Zeit und fragt: Warum gibt es überhaupt diese Ungleichzeitigkeit in der Entwicklung der Völker?

Was geschah im Rest der Welt, als mit Jesus Geburt das Jahr 0 für unsere Zeitrechnung festgeschrieben wurde? Was machten die Maya, als die Chinesen die Große Mauer bauten? Prof. Wemhoff zeigt die Gleichzeitigkeit von Dingen, die unterschiedlicher kaum sein könnten.

Zum ersten Mal im deutschen Fernsehen entsteht so eine Parallelgeschichte der Menschheit, die durch das Miterleben zum Staunen einlädt. In den beiden Teilen von "Terra X - Zeitreise" geht es um die zwei mythischen Daten der Jahre 0 und 1000.

Ein Reich beherrscht fast den gesamten europäischen Kontinent: Das Imperium Romanum reicht von Nordafrika bis zum Ärmelkanal. Mit "Brot und Spielen" entfliehen die Römer ihrem harten Alltag. Für die Spiele steht das Kolosseum mit seinen blutigen Gladiatorenkämpfen, für das Brot das erste (bekannte) Kochbuch der Welt. Verfasst von dem römischen Genießer

3sat

Sonntag, 7. Dezember 2025
09.30 – 10.15 Uhr
(Erstsendung 17.8.2014)

Marcus Gavius Apicius. Seine exotischen Rezepte haben sich bis heute gehalten und lassen sich nachkochen. Das Römische Reich ist damals die bekannteste Macht unserer Welt, doch Zehntausende Kilometer entfernt besteht zur selben Zeit ein ebenso mächtiges und furchteinflößendes Imperium: China.

Dort findet um das Jahr 0 eine Volkszählung statt, die seltsamerweise fast genau auf dieselbe Anzahl von Einwohnern kommt wie das Römische Reich. Auch die Fläche des Han-Reiches ist fast identisch. Und während die Han-Chinesen versuchen, ihre verwundbare Westgrenze mit der Verlängerung einer Mauer - man wird sie später die Chinesische Mauer nennen - gegen die rebellischen Xiongnu zu schützen, errichten die Römer den Limes. Einen Grenzwall gegen die Barbaren aus dem Norden - nicht zuletzt auch gegen die Germanen.

12.000 Kilometer entfernt führt die Zeitreise im Jahr 0 zu einer Kultur, von deren Existenz in Europa damals niemand etwas ahnte. Jedes Bauwerk der Maya ist den Göttern gewidmet, ihr Götterhimmel ist voll von ihnen. Allein, um den Willen der Götter vorherzusehen, entwickeln sich die Maya zu den fortschrittlichsten Astronomen und Mathematikern der Welt im Jahr 0.

Prof. Matthias Wemhoff reist zu den genannten und weiteren Orten, findet Verbindendes und Trennendes. Er lässt die Zuschauer spüren, wie aufregend es gewesen wäre, im Jahr 0 die Welt zu bereisen und Unterschiede, aber auch Gemeinsamkeiten zu erleben. Eine Zeitreise mit ganz neuen Einsichten, die vor Augen führt, wie wir uns als Menschheit in einem auf wenige Jahre beschränkten Zeitfenster entwickelten.

Zeitreise - Die Welt im Jahr 500

Film von Andreas Sawall

In der zweiten Staffel der "Terra X"-Zeitreise taucht der Berliner Archäologe Matthias Wemhoff erneut in die Parallelgeschichte der Zivilisationen der Jahre 500 und 1500 nach Christus ein.

Wie groß waren Gemeinsamkeiten, wie stark Unterschiede? Was waren die Gemeinsamkeiten, oder gab es kaum welche? Durch den parallelen Blick auf weit auseinanderliegende - oft nichts voneinander wissenden - Kulturen entsteht ein neues spannendes Geschichtsbild.

Als in Europa Rom am Boden liegt und die Völkerwanderung ihren Lauf nimmt, ist Amerika noch ein ferner, unbekannter Kontinent. Doch was geschieht damals dort oder in Asien oder in Afrika? Gerade im Norden Afrikas überlebt die jahrhundertealte Kultur der Römer: Es sind die als kulturlos verschrienen Vandalen in Tunesien, die sich so römisch geben wie die Römer selbst. Und auch das Oströmische Reich erlebt eine Blütezeit, die noch heute sichtbaren Errungenschaften Kaiser Justinians sind enorm: Matthias Wemhoff entdeckt im modernen Istanbul unterirdische Wasserreservoirs und kilometerlange Aquädukte.

3sat

Sonntag, 7. Dezember 2025
10.15 – 11.00 Uhr
(Erstsendung 17.1.2016)

Tausende Kilometer entfernt entstehen zur selben Zeit beeindruckende Monumente anderer Kulturen: In Zentralmexiko errichten Menschen gigantische Pyramiden ohne technische Hilfsmittel. Alles zu Ehren ihrer Götter. Zeitgleich wird 20 000 Kilometer entfernt eine andere Meisterleistung vollbracht, die einen Siegeszug um die Welt antreten sollte: Im Norden Indiens erfinden kluge Köpfe ein hochkomplexes Spiel - Schach. Die Fürsten jener Zeit erproben mit dem Spiel die Strategien ihrer Armeen.

Die Seidenstraße, der wichtigste Handelsweg zwischen den Kontinenten, wird im Jahr 500 zum Schauplatz der ersten Industriespionage. Zwei byzantinische Mönche schmuggeln aus China eines der wertvollsten Güter dieser Zeit: Seidenraupen-Eier. Die Produktion von Seide bedeutet damals Geld, Macht, Einfluss und Fortschritt. Dinge, die im Jahr 500 aber nicht überall auf der Welt den gleichen Stellenwert hatten, wie Matthias Wemhoff in der Region des heutigen Namibia mit eigenen Augen sehen kann.

Dort leben schon damals die San, die auch heute noch hier zu Hause sind. Seit Jahrtausenden hat sich ihre Kultur und Lebensart kaum verändert. Während die Völkerwanderung in Europa ganze Kulturen vernichtet, die Menschen von Teotihuacan nach kriegerischen Auseinandersetzungen aus der Geschichte scheinbar verschwinden und Kaiser Justinian viele Aufstände blutig niederschlägt, überlebt die einfache Kultur der San.

Matthias Wemhoff führt die Zuschauer durch diese ferne Zeit, zeigt Gemeinsamkeiten und Unterschiede auf und schaut vor allem auch, welche kulturellen Errungenschaften von damals wir heute noch in unserem Alltag finden. Eine Zeitreise, die im Heute endet.

Zeitreise - Die Welt im Jahr 1000

Film von Andreas Sawall

Was machten eigentlich die Maya, als die Chinesen die Große Mauer bauten? Was die Deutschen, als die Wikinger ein weites Handelsreich etablierten? Die Sendung lädt zum Staunen ein.

Um das Jahr 1000 leben in Deutschland 90 Prozent der Bevölkerung auf dem Land. Nur wenige Ortschaften ragen als kleine Inseln aus endlosen Wäldern heraus. Rom ist längst untergegangen. Große Städte sind im Jahr 1000 nicht in Europa zu finden, dafür aber in China.

Schon um das Jahr 0 eines der mächtigsten Reiche der Erde, wird das chinesische Kaiserreich um 1000 von einem Modernisierungsschub erfasst. Die Wirtschaft wird revolutioniert, echte, große Metropolen entstehen, die ersten Megacities der Menschheit. In Kaifeng leben bereits knapp eine Million Menschen - die größte Stadt der Welt, in der der Handel dominierte. Möglich gemacht durch die Erfindung des Papiergeldes, das erst 600 Jahre später nach Europa kommen sollte.

3sat

Sonntag, 7. Dezember 2025
11.00 – 11.45 Uhr
(Erstsendung 24.1.2016)

Dort macht sich zur selben Zeit ein Völkerverbund auf den Weg, Geschichte zu schreiben und ein großes Handelsreich zu gründen: die Wikinger. Meist als brutale Zeitgenossen verschrien, die andere Völker unterjochen, Dörfer und Städte brandschatzen, sind es die Wikinger, die um das Jahr 1000 eine erste, frühe Form der Demokratie begründen, die diesen Namen auch verdient. Und nicht nur das: Im Jahr 1001 ist es ein Wikinger, Leif Eriksson, der als erster Europäer seinen Fuß auf amerikanischen Boden setzt. Nur die Archäologie macht solche Erkenntnisse möglich, denn Schriftliches haben die Wikinger nicht hinterlassen. Sie kannten kein umfassendes Schriftsystem.

Die waren damals rar gesät: so die faszinierende Rongorongo-Schrift der abgelegenen Osterinsel. Völlig unbeeinflusst von außen existiert hier bereits um das Jahr 1000 eine Schrift, die bis heute nicht in Gänze entziffert ist. Doch nicht nur die Schriftform der Osterinsel-Bewohner ist einzigartig, sondern auch ihre berühmten riesigen Steinköpfe aus dieser Zeit haben Geschichte geschrieben.

Auf der mexikanischen Halbinsel Yucatan entfaltet das Reich von Chichén Itzá um das Jahr 1000 seine größte Ausdehnung, vereint so unterschiedliche Völker wie Tolteken, Maya sowie Einwanderer aus Mexiko. Anders als auf der unzugänglichen Osterinsel belassen es die Menschen im Melting Pot Chichén Itzá nicht bei der Götterverehrung durch riesige Statuen, sondern opfern auch Menschen. Belege dafür fanden Archäologen in unterirdischen Wasserlöchern, den sogenannten Cenotes.

Byzanz kannte um das Jahr 1000 keine Menschenopfer, war aber das eigentliche und prächtigste Zentrum der Machtentfaltung in Europa. Selbst die wilden Wikinger waren auf ihren Handels- und Entdeckungsreisen bis in die damals glanzvolle Hauptstadt Konstantinopel gekommen. Im elegantesten und beeindruckendsten Bauwerk des gesamten byzantinischen Reichs, der Hagia Sophia, finden sich die überraschenden Belege dafür, wie weit die damalige Welt bereits zusammengewachsen war: die eingeritzten Runen eines Wikingers.

Bei aller Ungleichzeitigkeit der Entwicklung im Jahr 1000 war schon etwas zu spüren, was heute Allgemeinwissen ist: Die Globalisierung der Welt schreitet stetig voran, die ganze Welt wird zu einem Dorf.

Zeitreise - Die Welt im Jahr 1500

Film von Andreas Sawall

In der zweiten Staffel der "Terra X"-Zeitreise taucht der Berliner Archäologe Matthias Wemhoff erneut in die Parallelgeschichte der Zivilisationen der Jahre 500 und 1500 nach Christus ein.

Wie groß waren die Gemeinsamkeiten, wie stark die Unterschiede? Durch den parallelen Blick auf weit auseinanderliegende, oft nichts voneinander wissenden Kulturen entsteht ein neues, spannendes Geschichtsbild.

3sat

Sonntag, 7. Dezember 2025
11.45 – 12.30 Uhr
(Erstsendung 24.1.2016)

In der Welt des Jahres 1500 haben Kirchen noch große Macht. Insbesondere die katholische Kirche hat das Leben der Menschen im Griff, wie Matthias Wemhoff in den Archiven der apostolischen Bußbehörde in Rom entdeckt. Hier lagern Berichte von einfachen Menschen, die den Papst um Vergebung ihrer Sünden baten. Darunter auch der ungewöhnliche Fall eines schottischen Priesters, der bei einem Fußballspiel einen Mönch mit einem rüden Foul stoppte. Der verletzte Spieler starb noch auf dem Spielfeld. Um Absolution zu erhalten, schilderte der Priester den Unfall bis ins kleinste Detail.

Europa geht damals unaufhaltsam einer neuen Zeit entgegen. So erkennt Kopernikus, dass sich die Erde um die Sonne dreht, und stellt damit das Menschen- und Gottesbild auf ein neues Fundament. Andere Zeitgenossen hängen unterdessen noch dem alten Glauben an Magie und Hexen an, so auch Martin Luther. Der Reformator stellt zwar heftig die Macht des Papstes infrage, ist aber gleichzeitig Anhänger der Hexenverbrennung. Die bahnbrechenden Entdeckungen der spanischen Seefahrer nimmt er kaum wahr, auch die revolutionäre Kunst Michelangelos oder Leonardo da Vincis beeinflusst sein Weltbild nicht.

Dabei ist Leonardo da Vinci nicht nur ein genialer Künstler, Erfinder und Ingenieur, sondern auch ein umtriebiger Geschäftsmann. Matthias Wemhoff entdeckt in Istanbul einen Brief Leonardos, in dem er sich dem osmanischen Sultan Bayezid II. als Architekt einer gigantischen Brücke über das Goldene Horn anbietet. Doch Bayezid bevorzugt Michelangelo, den alten Rivalen Leonardo da Vincis, aber der lehnt ab.

Der Siegeszug der Osmanen macht in Istanbul im Jahr 1500 vieles möglich, auch wenn einige Neuerungen im Verborgenen stattfinden müssen. Eine verschworene Gemeinschaft von Muslimen und Christen trifft sich heimlich, um ein neues, noch illegales Getränk zu genießen: den Kaffee. Wer beim Konsum erwischt wird, dem droht eine Strafe.

Auch an anderen Orten treten Neuerungen ihren Siegeszug an, selbst wenn sie verboten sind. Venedig ist im 16. Jahrhundert die Stadt, in der über 800 Inquisitionsverfahren oftmals wegen Bagatellen geführt werden. Und dennoch trauen sich die Venezianerinnen, heimlich Alchimisten zu besuchen, die ihnen mit allerlei Tinkturen die Haare blond färben. Das neue Schönheitsideal der "Bella Bionda" ist geboren.

Auf den technologischen Fortschritt setzen im Jahr 1500 vor allem die Spanier und Portugiesen mit ihren Schiffen. Es sind meist Abenteurer in ihren Diensten, die den Globus neu vermessen. Doch mit dem Fortschritt kommt auch die dunkle Seite der Macht in die neu entdeckten Länder: Mit ihren Feuerwaffen rotten die Spanier die Azteken und Inka nahezu aus, eingeschleppte Krankheiten aus der Alten Welt töten Hunderttausende Eingeborene. Als die Portugiesen fast zeitgleich in Japan landen, haben auch sie Musketen im Gepäck. Umso verwunderter sind sie, dass der alte Kriegerstand des Landes, die Samurai, die Feuerwaffe

aus moralischen Gründen verdammt. Ein in der Weltgeschichte einmaliges Phänomen und eine Haltung, die den Europäern fremd bleibt und den europäischen Siegeszug vereinfacht.

1500 ist eine Zeit der fortschreitenden Expansion. Europa baut Weltreiche auf, sei es in Amerika, sei es in Asien. Immer mit Unterstützung der Kirche. Es geht um Gold, um Gewürze und immer auch um die Bekehrung der sogenannten Heiden. Der kulturelle Reichtum bleibt den Eroberern fremd und verschlossen.

Den Seefahrern gelingt aber beiläufig etwas anderes: Sie legen den Grundstein für ein erstes Welthandels- und Kommunikationssystem und werden so zu Wegbereitern der Globalisierung. Mit all den Vor- und Nachteilen, die uns heute noch beschäftigen. Matthias Wemhoff entführt die Zuschauer in die Welt der damaligen Innovation und Neuordnung, die heute kaum aktueller sein könnte.

Die schwarze Spinne

Spielfilm, Schweiz 2022

Sumiswald im Emmental des 13. Jahrhunderts: Die Hebamme Christine geht einen Pakt mit dem Teufel ein, um ihr Dorf vor dem Terror der Deutschritter zu retten.

Doch fortan mit einer Spinnenpest bestraft, wird Christine von der Retterin zur Gejagten. Die Gewalt eskaliert. Kann die couragierte Hebamme den Teufel besiegen? Und gelingt es Christine, ihre Schwester Maria im Kampf gegen das Böse auf ihre Seite zu ziehen?

Die schöne, eigenwillige Christine ist Hebamme im Bauerndorf Sumiswald, wo der vom Krieg traumatisierte Ordensritter Hans von Stoffeln mit Gewalt und Willkür herrscht. Nach zwei Jahren auszehrender Fronarbeit erteilt Stoffeln den Bauern einen unmöglichen Befehl: Sie haben innerhalb kürzester Zeit einen Schattengang mit 100 ausgewachsenen Buchen zu pflanzen. Beim Versuch, diesen Auftrag auszuführen, stirbt Christines Vater. Die Bauern stellen bald fest, dass sie keine Chance haben, rechtzeitig fertigzuwerden.

Christine greift zum äußersten Mittel, um ihr Dorf zu retten: Sie geht einen Pakt mit dem Teufel ein, der für seine Hilfe ein ungetauftes Neugeborenes verlangt. Der Pakt wird mit einem Kuss auf Christines Wange besiegelt.

Die Bauern sind dankbar für Christines großen Mut, und sie genießt viel Anerkennung als Retterin in größter Not. Als die Aufgabe vom Teufel erfüllt ist, sieht Stoffeln von weiterer Tyrannei ab. Den seltsamen Fremden hat man längst vergessen, nur Christines Schwester Maria ahnt Schlimmes, als sie vom Pakt mit ihm erfährt. Zwar gelingt es mithilfe des beherzten Priesters, den Teufel um das erste Neugeborene zu betrügen, aber die Strafe dafür trifft Christine: Sie leidet Höllenqualen, als ihr auf der Wange eine Spinne wächst.

3sat

Sonntag, 7. Dezember 2025
23.15 – 01.00 Uhr
(Erstaussstrahlung 2022)

Leider kann sie die bösen Kräfte, die sie zu Hilfe geholt hat, nicht stoppen. Die Bauern machen Christine feige zum Sündenbock.

Flüssiges Gold – Was steckt im Abwasser?

Film von Philip Montasser

Im Streaming: 7. Dezember 2025, 10.00 Uhr bis 7. Dezember 2030

Was wir täglich wegspülen, steckt voller Ressourcen und Informationen. Mit Hightech holen Forschende aus dem Abwasser zurück, was verloren scheint: Energie, Rohstoffe und Wissen.

Die Kläranlage der Zukunft ist Kraftwerk und Bioraffinerie zugleich. Sie erzeugt Strom und produziert Bioplastik, zudem gewinnt sie den äußerst knappen Nährstoff Phosphor aus Abwasser zurück. "nano" geht auf eine wissenschaftliche Schatzsuche im Abwasser.

Was tagtäglich durch unsere Kanalisation fließt, ist weit mehr als nur Abfall. Unser Abwasser ist eine komplexe Mischung aus Stoffen, in der sich wertvolle Ressourcen verbergen – Energie, Nährstoffe und sogar Informationen über unseren Alltag. Forschende weltweit versuchen, diesen Strom nutzbar zu machen.

In Hamburg entsteht derzeit eine der modernsten Abwasserwärmepumpen Europas: Sie soll künftig bis zu 39.000 Haushalte mit Heizenergie versorgen. In Oberbayern gewinnt ein Unternehmen aus Klärschlamm wertvollen Phosphor zurück – einen Rohstoff, der für die Landwirtschaft unverzichtbar ist. Die Biotechnologin Yuemei Lin von der Technischen Universität Delft entdeckte im Klärschlamm ein natürliches Polymer, das sich zu biologisch abbaubarem Kunststoff verarbeiten lässt.

Die Beispiele zeigen: Abwasser ist kein Abfallprodukt, sondern Teil mehrerer essentieller Rohstoffkreisläufe – ein Schlüssel für Energiewende, Ressourcenschutz und nachhaltiges Wirtschaften.

Um 20.15 Uhr beleuchtet die NANO Doku relevante wissenschaftliche Themen, die uns bewegen; um 21.00 Uhr diskutieren die Moderatorinnen Alena Buyx und Stephanie Rohde im Wechsel im NANO Talk mit ihren Gästen aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Perspektiven über das Thema.

3sat

Donnerstag, 11. Dezember 2025
20.15 – 21.00 Uhr
(Erstaussstrahlung)

Albrecht Dürer - Superstar

Film von Christian Stiefenhofer

Im Streaming: 14. Dezember 2025, 10.00 Uhr bis 14. Dezember 2027

3sat

Sonntag, 14. Dezember 2025
12.15 – 13.00 Uhr
(Erstsendung 8.9.2019)

Albrecht Dürers Kunst kennt fast jeder: "Betende Hände", "Der Feldhase", die Selbstbildnisse. Das Genie aus Nürnberg hat die Kunst für immer verändert. Wer war dieser Superstar?

Dürer, der ehrwürdige alte Meister: Dieses Klischee aus dem Schulbuch trägt. "Terra X" zeigt, wie innovativ und sogar revolutionär Dürer war: mit seinen Dämonen, seiner Nacktheit und seinem Witz. Konventionen waren ihm egal. Ein moderner Künstler.

Diese "Terra X"-Dokumentation zeigt die Welt, aus der Dürer kommt: das aufstrebende Nürnberg um 1500. Eine deutsche Weltstadt, aber eng und von Seuchen geplagt. Bei seinem Vater, einem Goldschmied, geht der Zwölfjährige in die Lehre. Der muss ihn bald ziehen lassen, denn schnell zeigt Albrecht, was seine Berufung ist: Er wird Maler. Wie ein Fotograf es heute tun würde, bannt er alles, was ihn interessiert, auf Tausende Papierseiten. In Venedig lernt er, es mit den italienischen Meistern aufzunehmen. Und dann zeigt der junge Maler der Welt, was er kann. Im "Selbstbildnis" von 1500 malt er sich wie Jesus Christus, und nun folgt ein Paukenschlag auf den anderen.

Zusammen mit Dürer-Spezialisten geht "Terra X" in die wichtigsten Museen nach München, Nürnberg und Wien. Archive wurden geöffnet, kostbare Unikate gezeigt. Was ist ihr Geheimnis? Mit modernster Animationstechnik wird die unendlich feine Machart der Werke erforscht. Mit dem bloßen Auge nicht erkennbar, aber dennoch von Dürer ausgemalt: das silbrige Fell des "Feldhasen", das Horrorszenario der "Apokalyptischen Reiter". Und "Terra X" untersucht die zeitlose Relevanz von Albrecht Dürers Monogramm "AD" - es ist das erste Logo, das erste Markenzeichen der Geschichte.

Die Dokumentation schildert in Reenactments, wie Dürer immer "Der Erste" war: Er schuf das erste Akt-Selbstbildnis, dann das erste weibliche Aktporträt, und er arbeitete als Erster fürs große Publikum - von manchen seiner Holzschnitte verkaufte er Tausende Exemplare. Damit steht er am Beginn unseres Bilder-Zeitalters und ist mit seinen ikonenhaften Meisterwerken auch heute allgegenwärtig. Ein Meister also, der zeitlos jung und revolutionär geblieben ist.

Aufwachsen ohne Smartphone – Ist eine Kindheit ohne Tiktok und Co. möglich?

Film von Caroline Sami

Immer mehr Länder diskutieren über Handyverbote an Schulen oder haben sie bereits eingeführt. Aktuelles Beispiel: Italien. Einige Eltern setzen dies bereits selbst durch.

Auch in der Schweiz finden das viele gut. Eine Mutter und ihre Tochter erzählen über ihre Erfahrungen. "Handys sind einerseits sehr nützlich, aber sie rauben Kindern auch Zeit. Zudem braucht

3sat

Sonntag, 14. Dezember 2025
19.10 – 19.40 Uhr
(Erstsendung 21.8.2025)

es eine gewisse Reife, um sie gefahrlos nutzen zu können", meint Eléonora.

Die Waadtländer Mutter hat sich entschieden, ihrer zwölfjährigen Tochter Mathilde erst mit 14 ein eigenes Handy zu erlauben. Wie viele andere Eltern macht sich Eléonora Sorgen um die Suchtgefahr der Sozialen Netzwerke, aber auch um die oft idealisierten oder irreführenden Darstellungen der Welt und der Gesellschaft, die diese Plattformen vermittelten. Ebenso geht es ihr um die problematischen Inhalte im Netz, die meist mit nur wenigen Klicks zugänglich sind.

Wenn Mathilde erreichbar sein muss, geben ihre Eltern ihr ein Nokia-Handy. Um mit ihren Freundinnen zu kommunizieren, schreibt sie E-Mails. Das Mädchen selbst erlebt die Entscheidung ihrer Eltern mit gemischten Gefühlen. In ihrer Klasse haben neben ihr nur zwei andere kein Smartphone. Damit haben sie auch keinen Zugang zur WhatsApp-Gruppe der Klasse, in der beispielsweise Informationen vor Tests geteilt werden. Ein Problem, findet Mathilde.

Dennoch fühle sie sich nicht ausgeschlossen, da sie ihre Freunde ja jeden Tag sehe, sagt sie. Sie findet es jedoch "ein bisschen nervig", wenn alle Jugendlichen in einer Gruppe am Handy sind und nicht miteinander reden. "Beim Spiel 'Schere, Stein, Papier' arbeitet unser Gehirn viel mehr, als wenn wir durch Instagram scrollen", findet Mathilde.

Enge Freunde verstanden die Familie, sagt die Mutter. Andere Leute hingegen bezeichneten die Entscheidung gegen ein Smartphone für die Zwölfjährige als übertrieben oder zu starr. Eléonora glaubt, diese Personen wollten wohl eher ihre eigene Entscheidung rechtfertigen, ihrem eigenen Kind bereits ein Handy zu geben.

Das beobachtet auch Alexandra Berchtold, Gründerin des Vereins "Smartphone-freie Kindheit Schweiz". Viele Eltern wollten ihrem Kind kein Handy geben, täten es dann aber trotzdem, weil sie dächten, dass das auch andere Eltern machen würden. Sie möchte den Eltern die Botschaft vermitteln, dass ihre Kinder nicht von der Gesellschaft ausgeschlossen sind, nur weil sie kein Smartphone haben, und dass viele Kinder im Alltag gut ohne Handy leben können.

Im Oktober 2024 hat sie den Verein gegründet, der für ein Smartphone erst ab 14 Jahren plädiert. Mittlerweile zählt er bereits fast 500 Familien. Dieser Trend gegen Smartphones für Kinder und Jugendliche oder auch gegen die Nutzung sozialer Medien bis zu einem bestimmten Alter lässt sich in anderen Teilen der Welt ebenfalls beobachten.

So haben mehrere Länder bereits Beschränkungen für die Nutzung sozialer Medien eingeführt oder planen dies. Australien hat die Nutzung von TikTok, Instagram und Snapchat für Personen unter 16 Jahren verboten. Frankreich verspricht

Regelungen für unter 15-Jährige. Die niederländische Regierung riet Eltern gerade, Kindern unter 15 Jahren die Nutzung sozialer Medien zu verbieten.

Und gerade erst hat Italien entschieden, dass Handys ab dem neuen Schuljahr auch in den oberen Klassen im Unterricht verboten sind. Bislang war die Nutzung generell schon bis zu einem Alter von etwa 15 Jahren untersagt.

Natur - Die Geschichte unseres Planeten

Film von Yann Arthus-Bertrand

Im Streaming: 15. Dezember 2025, 10.00 Uhr bis 15. Dezember 2035

Es ist eine Reise durch Zeit und Raum – vom Anfang des Lebens von vor Milliarden Jahren bis in die entlegensten Winkel unseres Planeten heute.

Mit atemberaubenden Bildern von Menschen, Tieren und Landschaften zeigt der vielfach preisgekrönte französische Filmemacher Yann Arthus-Bertrand in seinem bisher persönlichsten Film die unfassbare Vielfalt unserer Welt.

Yann Arthus-Bertrand stellt die entscheidende Frage: Wie lange können wir diese Schönheit und unseren einzigartigen Planeten noch bewahren?

Er erzählt aus seiner persönlichen Sicht heraus, wie der Planet entstand, sich entfaltete und wir daraus ein Heim für acht Milliarden Menschen machten. Und wie all das auf dem Spiel steht, weil wir es übertrieben, die Natur überfordert und über alle Maßen ausgebeutet haben. Der Film zeigt uns das Leben auf der Erde – in all seiner Pracht, Verletzlichkeit und Widersprüchlichkeit. Es ist eine Hommage an unseren Planeten, aber auch ein eindringlicher Appell des Filmemachers, Verantwortung zu übernehmen. Denn eines steht fest: Einen Planeten wie die Erde gibt es nur einmal.

Um die unermessliche Vielfalt der Erde in Bildern einzufangen, reicht ein einzelnes Filmteam nicht aus. Bertrand macht aus dieser Herausforderung eine Stärke: Mit Unterstützung Dutzender Filmemacherinnen und Filmemacher aus aller Welt entstand ein visuell überwältigendes Werk – getragen von modernster Filmtechnik, spektakulären Drohnenaufnahmen und einer eindrucksvollen Bildsprache.

Von den Gletschern der Arktis bis in die Wüsten Afrikas, von den größten Meeressäugern bis zu den kleinsten Insekten, von Menschen in Europa bis in die Mongolei und nach Indien – Bertrand erzählt die Geschichte unseres Planeten neu: Wie der Mensch mit seiner Kreativität und Technik Naturkräfte gebändigt, Städte geschaffen und ganze Landschaften geformt hat – und wie er nun an einem Scheideweg steht.

Bertrand zeigt nicht nur, was auf dem Spiel steht, sondern auch Wege, wie wir die Erde retten – oder zumindest bewahren –

3sat

Montag, 15. Dezember 2025
20.15 – 21.45 Uhr
(Erstausstrahlung)

können. Seine filmische Reise, die vor Jahrmilliarden beginnt und bis heute andauert, ist zugleich eine Liebeserklärung und eine Mahnung. Sie soll uns dazu bewegen, unsere Erfindungsgabe nicht länger gegen, sondern für den Erhalt unserer Erde einzusetzen.

Eine besondere Rolle gibt er dabei den Frauen: angefangen von der kürzlich verstorbenen Jane Goodall, die ihm nicht nur Inspiration, sondern mit ihrer Sicht auf die Natur sogar Offenbarung war, bis hin zu den Frauen heute, die vieles unternehmen, den Planeten zu retten. Ihnen gebührt dann auch das Schlusswort zu diesem ungewöhnlichen Film.

er Film beeindruckt nicht nur inhaltlich, sondern auch technisch. Mit einer außergewöhnlichen Vielfalt an Stilmitteln – von hochauflösenden Makroaufnahmen bis hin zu spektakulären Drohnenbildern entsteht ein Werk, das Kunst, Wissenschaft und Engagement vereint.

Ein Film, der uns die Welt mit neuen Augen sehen lässt – und uns daran erinnert, dass ihre Zukunft in unseren Händen liegt.

The True Story of Justin Bieber

Film von Tim Ahrens

Bearbeitete Fassung

Justin Bieber steigt vom YouTube-Wunder zum weltweiten Megastar auf. Sänger, Ehemann und Ikone. Doch Ruhm und Erfolg fordern ihren Preis – ein Leben zwischen Abstürzen und Höhenflügen.

"The True Story of Justin Bieber" erzählt die Geschichte einer der größten Popstars unserer Zeit. Vom YouTube-Wunder zum Weltstar aufgestiegen, kämpft er mit Abstürzen – doch er wächst daran und kehrt zurück – stärker denn je.

Justin Bieber – einer der erfolgreichsten Popstars unserer Zeit. Als Kind steigt der gebürtige Kanadier aus bescheidenen Verhältnissen zum weltweiten Megastar auf. Entdeckt durch Scooter Braun auf YouTube, mit Mentor Usher an seiner Seite, katapultiert ihn sein Megahit "Baby" 2010 an die Spitze der Charts und macht ihn zum Teenie-Idol einer ganzen Generation.

Mit seiner Musik prägt er die Popkultur, bricht Rekorde und füllt Arenen weltweit. Doch der frühe Ruhm fordert seinen Preis: Drogenprobleme und Skandale bringen ihn ins Wanken. Auch seine turbulente On-Off-Beziehung mit Selena Gomez sorgt für Schlagzeilen und prägt viele seiner frühen Songs. Alben wie "Purpose" und "Changes" weisen Justin seinen Weg aus der Dunkelheit. In Songs wie "Lonely" zeigt er seine verletzte Seite, während er als Social-Media-Pionier Millionen "Beliebers" auf seinem Weg mitnimmt.

Heute steht Justin als gereifter und ernstzunehmender Künstler auf den Bühnen der Welt. Mit Frau Hailey und ihrem gemeinsamen Kind findet er das Gleichgewicht zwischen Ruhm

3sat

Dienstag, 16. Dezember 2025
19.20 – 20.00 Uhr
(Erstsendung 15.3.2025)

und Privatleben. Über 350 Millionen verkaufte Tonträger, unzählige Auszeichnungen und Weltrekorde: Justin Bieber – eine unangefochtene Pop-Ikone.

The True Story of Beyoncé

Film von Daniel Webelholz

Bearbeitete Fassung

Beyoncé schafft den Sprung von der Teenie-Girlband zu einer der größten Sängerinnen in der Pop-Geschichte. Sie ist Businessfrau, Mutter und Rolemodel. Doch der Preis dafür ist hoch.

"The True Story of Beyoncé" erzählt die Biografie einer der größten Pop-Ikonen aller Zeiten. Schon als kleines Mädchen auf Erfolg gedrillt, muss sie früh lernen dem Erfolgsdruck standzuhalten und immer wieder über sich hinauswachsen.

Mit ihrem Album "Cowboy Carter" gelingt es Beyoncé als erste schwarze Frau gleichzeitig die Pop- und Country Charts anzuführen. Damit ist ihr Ruf als eine der größten Künstlerinnen aller Zeiten unantastbar.

ufgewachsen in Houston, wird die am 4. September 1981 geborene Beyoncé Giselle Knowles vor allem von ihrem Vater zum Erfolg gepusht. Mit gerade einmal neun Jahren wird sie Teil der Girlband "Girls Tyme", die mit Beyoncé's Vater als Manager zu einer der erfolgreichsten Girlbands der 90er-Jahre wird: Destinys Child. Schon mit 18 Jahren zählt Beyoncé zu einer der erfolgreichsten Nachwuchskünstlerinnen im Musik- und Showbusiness. Mit Ehemann Jay-Z an ihrer Seite schafft sie den Sprung zur Queen of Pop, die mit Hits wie "Run the World (Girls)" oder "Single Ladies" die Musikindustrie revolutioniert.

Doch nicht nur das – Beyoncé schafft es Pop-Kultur und Gesellschaftskritik miteinander zu vereinen. Mit ihren Shows setzt sie immer wieder Statements gegen Rassismus und für Feminismus. Damit verkauft sie weltweit nicht nur über 200 Millionen Platten, mit 32 Trophäen ist sie auch die am häufigsten ausgezeichnete Künstlerin in der Geschichte der Grammys.

3sat

Donnerstag, 18. Dezember 2025
06.00 – 06.45 Uhr
(Erstsendung 8.3.2025)

Das Märchen von der sauberen Schokolade

Film von Michael Höft

Im Streaming: 18. Dezember 2025, 06.00 Uhr bis 24. Dezember 2025

Sie sind für fairen Handel, für Nachhaltigkeit und gegen Kinderarbeit. Wer sich als kritischer Verbraucher auf den Seiten der Schokoladenhersteller umsieht, hat schnell ein gutes Gefühl.

Schokolade, so scheint es, kann man ohne schlechtes Gewissen kaufen. Aber stimmt das wirklich? Ein Fernsteam reist an die

3sat

Donnerstag, 18. Dezember 2025
23.05 – 23.50 Uhr
(Erstsendung 16.12.2024)

Elfenbeinküste und deckt erschreckende Zustände auf: zahlreiche Kinder schufteten dort unter erbärmlichen Bedingungen.

Die Kakaobohnen, die sie ernten, stecken auch in Schokoladentafeln, auf denen ein Siegel für Nachhaltigkeit und fairen Handel prangt.

"Wenn wir mal Fleisch essen, dann sind es Ratten", erzählt die 13-jährige Marcellin. Sie arbeitet wie viele andere Kinder auf den Kakaoplantagen in Côte d'Ivoire, dem größten Kakaoproduzenten der Welt. Die jungen Arbeiterinnen und Arbeiter sind oft erst zwölf Jahre alt, hantieren mit gefährlichen Werkzeugen und haben keine Chance auf Schulbildung oder auch nur einen anständigen Lohn oder ausreichende Ernährung.

Schätzungen zufolge sind rund 1,5 Millionen Kinder unter solch prekären Umständen allein in der Elfenbeinküste tätig. Viele von ihnen stammen aus noch ärmeren Ländern wie Mali oder Burkina Faso. Sie sind von ihren Eltern an Plantagenbesitzer verkauft worden, weil sie ihre Familien nicht ernähren können.

Wie kann das sein? Immerhin prangt auf vielen Schokoladenpackungen das Siegel der Zertifizierungsstelle "Rainforest Alliance", das für ökologische und soziale Nachhaltigkeit stehen soll. Der Schweizer Schokoladenhersteller "Lindt & Sprüngli" führt dieses Siegel auch, wirbt aber vor allem mit einem eigenen Programm zur Nachhaltigkeit.

Nachdem Filmemacher Michael Höft mehrere Fälle von Kinderarbeit auf Kakaoplantagen für einen Film im Jahr 2023 dokumentiert hat, konfrontiert er "Rainforest Alliance" mit den Ergebnissen. Die Organisation gibt zu, dass sie zwar gegen Kinderarbeit kämpfe, nicht aber garantieren könne, dass Produkte mit ihrem Siegel frei von Kinderarbeit sind. Man bemühe sich aber. Ein Jahr später besucht Michael Höft das Land erneut: Hat sich auf den Plantagen von "Rainforest Alliance" etwas verbessert?

Michael Höft konfrontiert auch die Firma "Lindt & Sprüngli" mit den Ergebnissen seiner Recherche. Das Unternehmen versichert, ab 2025 Kinderarbeit in seiner Lieferkette vermeiden zu wollen und verweist auf ein firmeneigenes Farming-Programm, das die wirtschaftliche und soziale Lage der Kakaobauern deutlich verbessern würde. Geht es den Kakaobauern dieses Programmes wirklich besser? Oder sind die Informationen des Schokoladengiganten reine PR?

Michael Höft reist erneut in die Elfenbeinküste, denn die Kakaobohnen, die im Herbst 2024 geerntet werden, landen im kommenden Jahr in den Schokoladentafeln.

Die Dokumentation "Das Märchen von der sauberen Schokolade" deckt die bittere Wahrheit hinter der süßen Versuchung auf und fragt, wie viel jedem der Genuss von Schokolade wert ist.

Eine packende Dokumentation über die bittere Seite von Schokolade, der Lieblingssüßigkeit der Deutschen.

Trend Reloaded: Mode - Wie Retro unsere Gegenwart prägt

Film von Angela Scheele

Im Streaming: 20. Dezember 2025, 10.00 Uhr bis 20. Dezember 2030

Auf Laufstegen, in Boutiquen oder Sozialen Medien: Die Mode der 1970er- bis frühen 2000er-Jahre wird heute neu aufgelegt. Mode-Revivals sind aber nicht nur stilistische Wiederholungen.

Mode ist Ausdruck individueller wie kollektiver Identität. Kleidung kann zeigen, wer wir sind und verbergen, was wir nicht zeigen wollen. Sie sind Zeichen gesellschaftlicher Umbrüche. Ein Grund, warum Mode so empfänglich für das Prinzip des Revivals ist.

Mode ist mehr als Stil – sie ist Spiegel gesellschaftlicher Entwicklungen. Soziale, politische und technologische Veränderungen prägen, was wir tragen. Was erzählen uns aktuelle Modetrends über Gender, Herkunft, Rebellion und Klasse? Kaum ist ein Trend vorbei, wird er neu aufgelegt. Doch das ist mehr als bloße Wiederholung: Die Auflösung starrer Geschlechterbilder in der Mode etwa ist nicht nur ein Fortschritt, sondern auch eine Rückbesinnung – auf historische Momente, in denen Kleidung bereits mit Normen gebrochen hat. Die "neue Frau" der Weimarer Republik im Herrenanzug oder die Protestmode der 1968er-Bewegung sind nur zwei Beispiele für Mode als Ausdruck gesellschaftlicher Haltung. Vintage ist heute das sichtbarste Revival – und zugleich ein Statement gegen Fast Fashion, Überfluss und digitale Erschöpfung. In den Straßen von Berlin, Mailand oder Paris zeigt sich: Wer heute modisch sein will, greift auf "damals" zurück – aber mit neuer Interpretation. Dabei stellt sich die Frage: Feiern wir nur den Stil vergangener Jahrzehnte oder auch die Ideen, die ihn einst geprägt haben? Die Dokumentation beleuchtet, welche alten Looks heute wieder "in" sind, wer mit ihnen Normen bricht und auf welche historischen Vorbilder sich die Mode von heute beruft.

"Trend Reloaded" beleuchtet in drei Teilen die Retro-Wellen in Film & Fernsehen, Musik und Mode. Die Reihe fragt, was der aktuelle Retro-Hype über unsere Gesellschaft aussagt – und nimmt die Zuschauer*innen mit auf eine bildstarke Reise durch die popkulturellen Jahrzehnte, entlang ikonischer Persönlichkeiten und prägender Phänomene.

3sat

Samstag, 20. Dezember 2025
19.20 – 20.00 Uhr
(Erstausstrahlung)

True ART Crime – Spektakuläre Verbrechen in der Kunstwelt

Film von Corinna Hobick und Ole Siebrecht

Im Streaming: 20. Dezember 2025, 10.00 Uhr bis 20. Dezember 2030

3sat

Samstag, 20. Dezember 2025
20.15 – 21.15 Uhr
(Erstausstrahlung)

Geniale Fälscher, dreiste Diebe und schwerer Betrug: "True ART Crime" zeigt die spektakulärsten Kunstverbrechen Europas - zwischen Kunstraub, Fälschung und psychologischem Abgrund.

Die Sendung erzählt einige der berühmtesten Fälle der letzten Jahrzehnte in Europa. Von beuteschweren Raubzügen bis zu charmanten Betrügern. Sie verbindet True Crime mit Kunstgeschichte und erzählt echte Fälle mit Tempo, Tiefe und einem Augenzwinkern.

Was passiert, wenn Kunst nicht nur inspiriert, sondern verführt? "True ART Crime" taucht ein in die schillernde Schattenseite der Kunstwelt – mit echten Fällen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Geniale Fälscher wie Wolfgang Beltracchi täuschen jahrzehntelang Experten und Expertinnen sowie Sammler und Sammlerinnen. Ein Berliner Clan raubt Juwelen im Wert von über 100 Millionen Euro aus dem Grünen Gewölbe. In Manching verschwinden 483 keltische Goldmünzen in nur neun Minuten. Und dann ist da Stéphane Breitwieser, der über 200 Kunstwerke stiehlt – meist ohne Gewalt, nur mit Charme und Geschicklichkeit.

"True ART Crime" erzählt diese und weitere spektakuläre Fälle mit emotionaler Tiefe, absurden Wendungen und klarem Blick auf die Kunstwelt.

Mit dabei: René Allonge, Chefermittler für Kunstkriminalität beim LKA Berlin, der einige der spektakulärsten Fälle Europas aufgeklärt hat. Dr. Bianca Berding, Kunsthistorikerin und Jugendstil-Expertin aus "Bares für Rares", bringt kunstgeschichtliche Tiefe und pointierte Analysen. Und Lydia Benecke, Kriminalpsychologin und Bestsellerautorin, erklärt die psychologischen Motive hinter den Taten, von Gier bis Größenwahn.

Ein Format für alle, die Kunst lieben – und Geheimnisse noch mehr.

Der Hauptmann von Köpenick

Spielfilm, BRD 1956

Im Streaming: 27. Dezember 2025, 06.00 Uhr bis 25. Januar 2026

Dem vorbestraften Dokumentenfälscher Wilhelm Voigt stehen in der gebrauchten Uniform eines Hauptmanns plötzlich alle Türen offen. Er wittert die Chance, endlich einen neuen Pass zu erlangen.

Die Verfilmung des Carl-Zuckmayer-Stücks "Der Hauptmann von Köpenick" mit Heinz Rühmann stellt auf wunderbare und entlarvende Weise naives Obrigkeitsdenken und die Macht des äußeren Scheins bloß. Der Film wurde im In- und Ausland ein großer Erfolg.

Wilhelm Voigt hat viele Jahre seines Lebens hinter Zuchthausmauern verbracht. Wegen Posturkundenfälschung bekam er schon als junger Mann 15 Jahre Zuchthaus, später

3sat

Samstag, 27. Dezember 2025
18.45 – 20.15 Uhr
(Erstausstrahlung)

versuchte er sein Glück im Ausland, aber das Heimweh trieb ihn zurück. Ein Passvergehen brachte ihn erneut hinter Gitter.

Nach seiner Entlassung versucht er nun, als Schuhmacher eine neue Existenzgrundlage zu finden. Dabei gerät er in einen wahren Teufelskreis: Ohne Papiere erhält er keine Arbeit, und ohne Arbeitsnachweis keine Papiere. Am liebsten würde er deshalb Deutschland wieder verlassen, aber dazu braucht er einen Pass.

Neben "Der Hauptmann von Köpenick" mit Heinz Rühmann inszenierte Helmut Käutner (1908-1980) einige der wichtigsten deutschen Spielfilme vor allem der 40er und 50er Jahre, darunter "Große Freiheit Nr. 7" (1943), "Unter den Brücken" (1945), "Die letzte Brücke" (1953) und "Des Teufels General" (1955).

Fräulein Smillas Gespür für Schnee

Spielfilm, Deutschland/Dänemark/Schweden 1997

Im Streaming: 27. Dezember 2025, 06.00 Uhr bis 25. Januar 2026

Die arbeitslose Wissenschaftlerin Smilla Jaspersen lebt in Kopenhagen eher freudlos in den Tag hinein, bis sie ein Unglücksfall aus ihrer persönlichen Lethargie reißt.

Isaiah, ein mit ihr befreundeter Nachbarsjunge, wird tot aufgefunden; angeblich ist er beim Spielen vom Dach des Wohnhauses gestürzt. Doch Smilla glaubt nicht an einen Unfall. Ungereimtheiten widersprechen dieser These. Smilla beginnt, auf eigene Faust zu ermitteln.

Smilla Jaspersen lebt seit ihrer Kindheit in Kopenhagen, ist dort aber nie heimisch geworden. Als wahres Zuhause empfindet sie Grönland, die Heimat ihrer Mutter, einer Inuit. Nach deren Tod wurde Smilla von ihrem Vater, dem dänischen Arzt Dr. Moritz Jaspersen, nach Kopenhagen gebracht.

Heute ist sie eine attraktive junge Frau, die aber weder beruflich noch privat ihren Weg gefunden hat. Obwohl eine hoch qualifizierte Wissenschaftlerin - niemand kennt sich so gut mit Schnee und Eis aus wie sie - findet Smilla keine Arbeitsstelle, zu schroff und streitbar begegnet sie jedem in ihrer Umgebung.

Einzig dem kleinen Nachbarsjungen Isaiah, der ebenfalls einer Inuit-Familie entstammt, ist es gelungen, Smillas Fassade aus Ablehnung und Einsamkeit zu durchbrechen. Doch als sie eines Tages nach Hause kommt, liegt Isaiah tot im Schnee. Er sei beim Spielen vom Dach gestürzt, heißt es im polizeilichen Ermittlungsbericht. Smilla hegt Zweifel an dieser Theorie und beginnt, auf eigene Faust Nachforschungen anzustellen, wobei sie unerwartete Hilfe von ihrem mysteriösen Nachbarn bekommt. Ob sie ihm trauen kann? Je tiefer Smilla in die Umstände und Hintergründe von Isaiahs Tod eintaucht, desto stärker tappt sie im Dunkeln. Überall nur neue Fragen, rätselhafte Vorkommnisse.

Ihre Recherchen führen sie zur "Greenland Mining Company". Isaiahs Vater war bei einer von "Greenland Mining" organisierten Expedition unter rätselhaften Umständen ums Leben gekommen.

3sat

Samstag, 27. Dezember 2025
20.15 – 22.10 Uhr
(1997)

Für Smilla wird immer klarer, dass der Konzern hinter Isaiahs Tod steckt. Als sie erfährt, dass "Greenland Mining" eine neue geheimnisvolle Expedition in die Arktis plant, schmuggelt sie sich an Bord des Forschungsschiffes - und gerät in Lebensgefahr.

Dass in Skandinavien die besten europäischen Krimistoffe entstehen, beweisen nicht nur die Romanerfolge von Henning Mankell und Stieg Larsson. Bereits 1992 gelang dem dänischen Schriftsteller Peter Høeg mit "Fräulein Smillas Gespür für Schnee" ein von der Kritik hoch gelobter Bestseller. Der 2011 verstorbene Produzent Bernd Eichinger sicherte sich die Rechte und stellte eine ambitionierte Kinoverfilmung auf die Beine: Für die Regie gewann er den renommierten dänischen Filmemacher Bille August, mit dem Eichinger bereits 1993 bei seiner Adaption von "Das Geisterhaus" zusammenarbeitete. In der britischen Schauspielerin Julia Ormond fanden sie die perfekte Verkörperung der anmutigen, verletzlichen, aber auch spröden Heldenin Smilla Jaspersen. Ihr zur Seite stellte man ein "Who's who" internationaler Darsteller, angeführt von Richard Harris ("Gladiator"), Gabriel Byrne ("Miller's Crossing"), Mario Adorf ("Die Blechtrommel") und Jürgen Vogel ("Das Leben ist eine Baustelle"). Der spannende, imposant fotografierte Krimi avancierte zum Kassenerfolg und eröffnete im Februar 1997 die 47. Internationalen Filmfestspiele Berlin.

Wagner schnell erklärt (1/4)

Crashkurs "Das Rheingold"

Film von Alexander Naumann und Heidi Ruhbaum

Im Streaming: 1. Januar 2026, 06.00 Uhr bis 31. Dezember 2026

Richard Wagners "Rheingold" in unter zehn Minuten: Kinder erklären mit ihrer ganz eigenen Sicht auf die Dinge sehr anschaulich den ersten Teil des "Ring des Nibelungen" in einem Comic-Video.

Der Film zeigt, wie Alberich den Schatz klaut, Wotan ihn über den Tisch zieht und am Ende der machtvolle Ring dann doch in die falschen Hände gerät.

3sat

Donnerstag, 01. Januar 2026
08.55 – 09.00 Uhr
(Erstausstrahlung)

Der Ring des Nibelungen: Das Rheingold

Aufzeichnung Opernhaus Zürich, Mai 2024

In der Nähe von Wagners einstigem Wohnsitz in Zürich, wo ein Großteil des "Rings" komponiert wurde, führte das Opernhaus Zürich 2024 erstmals seit über 20 Jahren einen ganzen Zyklus auf.

"In gewisser Weise kehrt der Ring zu seinen Ursprüngen zurück", sagt Andreas Homoki, der Regisseur von Wagners grandiosem Mythos, der den Aufstieg und Fall einer ganzen Welt schildert und sich mit Themen wie Liebe, Schicksal, Mut und Verrat auseinandersetzt.

3sat

Donnerstag, 01. Januar 2026
09.00 – 11.45 Uhr
(Mai 2024)

Im Kern ist "Der Ring des Nibelungen" auch ein Familiendrama über Wotan, den Göttervater, und sein Ringen um Vertragstreue und Vertragsbruch, über Freiheit und Unfreiheit, sowie seine verzweifelten Versuche, den Untergang aufzuhalten, den er selbst eingeleitet hat.

Homokis Inszenierung bringt die Götter, Menschen und Fabelwesen einander erstaunlich nahe und macht ihre Beziehungen und Motivationen durch eine sorgfältige Darstellung der Charaktere lebendig und überzeugend. Die exzellente Solistenbesetzung bleibt über alle vier Opern konstant, was die dramaturgische Intensität noch weiter erhöht: Tomasz Konieczny als Wotan, Camilla Nylund als Brünnhilde, Christopher Purves als Alberich, Wolfgang Ablinger-Sperrhacke als Mime und Klaus Florian Vogt als Siegfried, der in Homokis Zürcher Inszenierung sein Rollendebüt feierte. Musikalischer Leiter war Gianandrea Noseda.

"Das Rheingold", der Prolog zu Wagners Ring, enthüllt die kosmischen Konflikte zwischen Göttern, Riesen und Nibelungen um den schicksalhaften

Wagner schnell erklärt (2/4)

Crashkurs "Die Walküre"

Film von Alexander Naumann und Heidi Ruhbaum

Im Streaming: 1. Januar 2026, 06.00 Uhr bis 31. Dezember 2026

Mit dieser Frau ist nicht zu spaßen: Die Walküre Brünnhilde führt ihrem Göttervater Wotan tote Helden für seine Armee zu. Doch bei Siegmund macht sie eine Ausnahme. Wotan ist "not amused".

Der zweite Teil aus Richard Wagners Tetralogie "Der Ring des Nibelungen" als Comic-Video, in unter zehn Minuten von Kindern erzählt.

3sat

Donnerstag, 01. Januar 2026
11.45 – 11.50 Uhr
(Erstausstrahlung)

Der Ring des Nibelungen: Die Walküre

Aufzeichnung Opernhaus Zürich, Mai 2024

In der Nähe von Wagners einstigem Wohnsitz in Zürich, wo ein Großteil des "Rings" komponiert wurde, führte das Opernhaus Zürich 2024 erstmals seit über 20 Jahren einen ganzen Zyklus auf.

Liebe, Schicksal und Rebellion gegen die göttliche Autorität: In "Die Walküre" entwickelt sich die Tragödie um die getrennten Zwillinge Siegmund und Sieglinde. Brünnhilde widersetzt sich ihrem Vater, was Wotan zu einer verhängnisvollen Entscheidung veranlasst.

"In gewisser Weise kehrt der Ring zu seinen Ursprüngen zurück", sagt Andreas Homoki, der Regisseur von Wagners grandiosem Mythos, der den Aufstieg und Fall einer ganzen Welt schildert

3sat

Donnerstag, 01. Januar 2026
11.50 – 15.50 Uhr
(2024)

und sich mit Themen wie Liebe, Schicksal, Mut und Verrat auseinandersetzt.

Im Kern ist "Der Ring des Nibelungen" auch ein Familiendrama über Wotan, den Göttervater, und sein Ringen um Vertragstreue und Vertragsbruch, über Freiheit und Unfreiheit, sowie seine verzweifelten Versuche, den Untergang aufzuhalten, den er selbst eingeleitet hat.

Homokis Inszenierung bringt die Götter, Menschen und Fabelwesen einander erstaunlich nahe und macht ihre Beziehungen und Motivationen durch eine sorgfältige Darstellung der Charaktere lebendig und überzeugend. Die exzellente Solistenbesetzung bleibt über alle vier Opern konstant, was die dramaturgische Intensität noch weiter erhöht: Tomasz Konieczny als Wotan, Camilla Nylund als Brünnhilde, Christopher Purves als Alberich, Wolfgang Ablinger-Sperrhacke als Mime und Klaus Florian Vogt als Siegfried, der in Homokis Zürcher Inszenierung sein Rollendebüt feierte. Musikalischer Leiter war Gianandrea Noseda.

Wagner schnell erklärt (3/4)

Crashkurs "Siegfried"

Film von Alexander Naumann und Heidi Ruhbaum

Im Streaming: 1. Januar 2026, 06.00 Uhr bis 31. Dezember 2026

Dieses Schwert lässt Drachen zittern: Siegfried – der Sohn von Sieglinde und Siegmund - hat sich "Nothung" höchstselbst geschmiedet, um damit den Drachen Fafner umzulegen.

Der liegt fett und faul auf dem Nibelungenschatz und dem Zauberring. Kommt es zum Showdown? Teil drei aus Richard Wagners Tetralogie "Der Ring des Nibelungen" als Comic-Video und von Kindern erzählt.

3sat

Donnerstag, 01. Januar 2026
15.50 – 15.55 Uhr
(Erstausstrahlung)

Der Ring des Nibelungen: Siegfried

Aufzeichnung Opernhaus Zürich, Mai 2024

In der Nähe von Wagners einstigem Wohnsitz in Zürich, wo ein Großteil des "Rings" komponiert wurde, führte das Opernhaus Zürich 2024 erstmals seit über 20 Jahren einen ganzen Zyklus auf.

"Siegfried" zeigt den furchtlosen Helden, der sich seinem Schicksal stellt. Klaus Florian Vogts Darstellung des Siegfried fügt der Entwicklung der Figur eine neue Perspektive hinzu, wobei dunkler Humor und List die Geschichte bereichern.

"In gewisser Weise kehrt der Ring zu seinen Ursprüngen zurück", sagt Andreas Homoki, der Regisseur von Wagners grandiosem Mythos, der den Aufstieg und Fall einer ganzen Welt schildert und sich mit Themen wie Liebe, Schicksal, Mut und Verrat auseinandersetzt.

3sat

Donnerstag, 01. Januar 2026
15.55 – 20.05 Uhr
(2024)

Im Kern ist "Der Ring des Nibelungen" auch ein Familiendrama über Wotan, den Göttervater, und sein Ringen um Vertragstreue und Vertragsbruch, über Freiheit und Unfreiheit, sowie seine verzweifelten Versuche, den Untergang aufzuhalten, den er selbst eingeleitet hat.

Homokis Inszenierung bringt die Götter, Menschen und Fabelwesen einander erstaunlich nahe und macht ihre Beziehungen und Motivationen durch eine sorgfältige Darstellung der Charaktere lebendig und überzeugend. Die exzellente Solistenbesetzung bleibt über alle vier Opern konstant, was die dramaturgische Intensität noch weiter erhöht: Tomasz Konieczny als Wotan, Camilla Nylund als Brünnhilde, Christopher Purves als Alberich, Wolfgang Ablinger-Sperrhacke als Mime und Klaus Florian Vogt als Siegfried, der in Homokis Zürcher Inszenierung sein Rollendebüt feierte. Musikalischer Leiter war Gianandrea Noseda.

Wagner schnell erklärt (4/4)

3sat

Crashkurs "Götterdämmerung"

Donnerstag, 01. Januar 2026
20.05 – 20.15 Uhr
(Erstausstrahlung)

Film von Alexander Naumann und Heidi Ruhbaum

Im Streaming: 1. Januar 2026, 06.00 Uhr bis 31. Dezember 2026

Es geht dem Ende zu: "Die Götterdämmerung" droht: Wotan fällt die Weltesche und die Erdenwürmer streiten sich um den Ring. Das kann nicht gut ausgehen. Oder doch?

Der vierte und letzte Teil aus Richard Wagners "Ring des Nibelungen" - als Comic-Video und von Kindern erzählt.

Der Ring des Nibelungen: Die Götterdämmerung

3sat

Aufzeichnung Opernhaus Zürich, Mai 2024

Donnerstag, 01. Januar 2026
20.15 – 00.50 Uhr
(2024)

In der Nähe von Wagners einstigem Wohnsitz in Zürich, wo ein Großteil des "Rings" komponiert wurde, führte das Opernhaus Zürich 2024 erstmals seit über 20 Jahren einen ganzen Zyklus auf.

In der "Götterdämmerung" entfaltet sich die Erzählung von Siegfrieds Verrat und dem Untergang der Götter zum finalen Spektakel. Homoki lässt die Geschichte für sich selbst sprechen und hebt die emotionalen Konflikte zwischen Siegfried, Brünnhilde und Hagen hervor.

"In gewisser Weise kehrt der Ring zu seinen Ursprüngen zurück", sagt Andreas Homoki, der Regisseur von Wagners grandiosem Mythos, der den Aufstieg und Fall einer ganzen Welt schildert und sich mit Themen wie Liebe, Schicksal, Mut und Verrat auseinandersetzt.

Im Kern ist "Der Ring des Nibelungen" auch ein Familiendrama über Wotan, den Göttervater, und sein Ringen um Vertragstreue und Vertragsbruch, über Freiheit und Unfreiheit, sowie seine

verzweifelten Versuche, den Untergang aufzuhalten, den er selbst eingeleitet hat.

Homokis Inszenierung bringt die Götter, Menschen und Fabelwesen einander erstaunlich nahe und macht ihre Beziehungen und Motivationen durch eine sorgfältige Darstellung der Charaktere lebendig und überzeugend. Die exzellente Solistenbesetzung bleibt über alle vier Opern konstant, was die dramaturgische Intensität noch weiter erhöht: Tomasz Konieczny als Wotan, Camilla Nylund als Brünnhilde, Christopher Purves als Alberich, Wolfgang Ablinger-Sperrhacke als Mime und Klaus Florian Vogt als Siegfried, der in Homokis Zürcher Inszenierung sein Rollendebüt feierte. Musikalischer Leiter war Gianandrea Noseda.

The True Story of Lady Gaga

Film von Carsten Obländer

Bearbeitete Fassung

Popikone, Filmstar, LGBTIQ-Aktivistin: Lady Gaga begeistert ihre Fans mit viel mehr als nur mit ihrem Gesangstalent. Doch sie zahlt für den Weg nach oben einen hohen Preis.

Mit ihren eingängigen Pophymnen und provokanten Bühnenoutfits hat Lady Gaga die Musikwelt im Sturm erobert. Sie ist ein Star, der aufregen, die Gesellschaft verändern möchte. Eine Frau, die sich für die Rechte anderer einsetzt.

Die Popikone wird von ihren Fans vergöttert. Doch hinter der Fassade verbirgt sich ein verletzlicher und verletzter Mensch, der an seinem Ruhm schwer zu tragen hat und daran fast zerbrochen wäre.

Ihre Geschichte beginnt im New Yorker Stadtteil Manhattan. Dort wird sie 1986 geboren, als Stefani Joanne Angelina Germanotta. Ein Star aus wohlbehütetem Haus. Schon mit vier Jahren erhält sie Klavierunterricht und besucht später eine exklusive katholische Privatschule. Als Teenager erlebt sie zum ersten Mal Mobbing, leidet sie unter Bulimie und Magersucht, flüchtet sie sich in die Musik.

Ihr Studium an der prestigeträchtigen Kunst- und Musikfakultät der New York University bricht Gaga ab. Stattdessen zieht es die junge Frau in den New Yorker Underground. In den Clubs und Bars testet sie ihre eigenen Kompositionen. Ihren Lebensunterhalt verdient sie sich zunächst als Bedienung und als Go-go-Tänzerin. Dann wird Gaga entdeckt.

Gleich mit ihrem ersten Album "The Fame" bricht Lady Gaga Rekorde. Über 15 Millionen Mal wird es verkauft und ist mit Welthits wie "Just Dance", "Poker Face" und "Paparazzi" eines der erfolgreichsten Debütalben aller Zeiten.

Der Film porträtiert den Menschen hinter dieser Erfolgsstory. Und stellt spektakuläre Karriere-Highlights dem anfänglichen

3sat

Donnerstag, Freitag, 02. Januar 2026
06.20 – 07.00 Uhr
(Erstsendung 12.9.2022)

Kampf um Anerkennung, Krisen und Konflikten, die Lady Gaga
durchleben musste, gegenüber.

szudh.ch

Wir fördern
unternehmerisches Denken und Handeln
bei Lernenden und Mitarbeitenden