

JEDE WOCHE TOPAKTUELL!

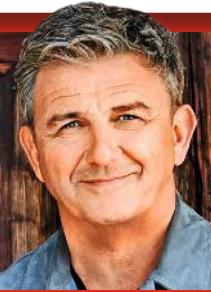
FREIZEIT REVUE



CHARLÈNE
VON MONACO

**Die gemeine
Rache
der Rivalin**

S. 11



HANS SIGL S. 10

Doppel Leben

Er ist gar
nicht so brav



BRIGITTE BARDOT (†)

*Ihr letzter
Wille
war voller
Poesie*

S. 12/13

Nr. 3

7. Januar 2026

Deutschland 2,49 €

Österreich 2,70 €

Schweiz 4,50 sfr

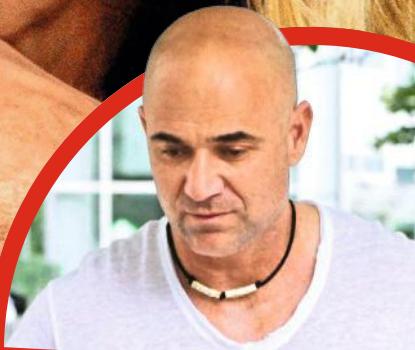
Belgien 2,90 €
Niederlande 2,90 €
Luxemburg 2,90 €
Frankreich 3,30 €
Italien 3,30 €
Portugal Cont. 3,30 €
Spanien 3,30 €/
Kanaren 3,60 €
Griechenland 3,60 €
Finnland 3,90 €
Dänemark 28,95 dkr
Großbritannien 3,80 £
Slowenien 3,40 €
Ungarn 1550 HUF
Kroatien 3,40 €
Printed in Germany

03
4.190303 402499

Fotomontagen



STEFFI
GRAF



**Was verschweigt
die Familie?**

**Spurlos
verschwunden!**

S. 5

Die besten Rätsel

30
SEITEN
RATESPASS



43

Reise-Revue: Die Magie Norwegens

72

Medizin: Gesundes Zahnfleisch



90

Desserts mit knackigen Nüssen

INHALT

STARRevue

- 4 Iris Mareike Steen Hypnose half mir durch die Trauer
- 5 Steffi Graf Spurlos verschwunden!
- 6 Christoph Maria Herbst Das Geheimnis seines Ehe-Glücks
- 7 Helene Fischer Hirntumor! Sie bangt um ihren Freund
- 8 Promis im Blitzlicht
- 10 Hans Sigl Das private Doppel Leben
- 11 Charlène von Monaco Die Rivalin ist zurück
- 12 Legenden privat Brigitte Bardot (+)
- 92 Janina Hartwig Als Mama ist sie eine Wucht!
- 94 Hannes Hellmann Todes-Drama
- 95 Beatrice Egli Ich bin ein Putzeufel
- 96 Henning Baum Muskel-Alarm!
- 98 Promigeflüster

RATGEBER aktuell

- 21 Tipps, Infos, Trends
- 78 Lebensberatung
- 82 Pflanzenträume
- 84 Tierporträt-/report

REISERevue

- 43 Norwegen Hinein in ein skandinavisches Wintermärchen
- 60 Leser-Reise Mit Hurtigruten den Zauber Norwegens erleben

KOCHEN & Backen

- 86 Pikante Spezialitäten aus dem Ofen
- 90 Knackig-nussige Desserts

SCHÖN & gesund

- 16 Mode Stepp kommt groß raus
- 26 Große Serie Hightech stärkt effektiv Muskeln und Kreislauf
- 71 Medizin Moderne Mittel gegen Brusttumore; Parodontitis; Was bei geplanten OPs wichtig ist; Alkohol, Zucker & Co.: Was vier Wochen Verzicht bringen; Antibiotika richtig einnehmen



**JEDEN WOCHE 10x 50€ GEWINNEN
BEI UNSERER SCHATZSUCHE**

Neues Spiel – neues Glück! In dieser FREIZEIT REVUE haben wir mehrere Schatzkästchen (siehe Zeichnung) versteckt. Blättern Sie das Heft aufmerksam durch und zählen Sie bitte die Schatzkästchen zusammen (das hier abgebildete zählen Sie gleich mit!). Damit es nicht ganz so schwer wird, haben wir Ihnen auf dem Lösungscoupon (Seite 80) drei Gesamtzahlen vorgegeben. Eine ist richtig, die müssen Sie ankreuzen! Unter allen Teilnehmern, die die richtige Gesamtzahl herausgefunden haben, verlosen wir 10x 50 Euro!

RUBRIKEN

- 14 Report aktuell Ross Antony: 30 Kilo weg ohne zu hungern
- 19 Gut zu wissen
- 20 Schicksal
- 70 Horoskop/Mondkalender/ Humor
- 85 Impressum
- 91 Krimi

■ Titelthemen

RÄTSELRevue

PREISRÄTSEL & AKTIONEN

- 2 Schatzsuche
- 18 Exklusiv: Genial-Kreuzwort
- 28 Promi-Rätsel
- 28 Glücks-Rätsel
- 30 Rätsel-König
- 32 Blumen-Rätsel
- 34 Partner-Rätsel
- 37 Geistesblitz
- 38 Rätsel-Dreikampf
- 40 Abo-Zahlen-Preisrätsel
- 41 Produkte-Preisrätsel
- 59 Reise-Preisrätsel
- 63 Trickkiste exklusiv
- 67 Doppeldecker
- 77 Kombi-Duo

EXTRA-RÄTSEL

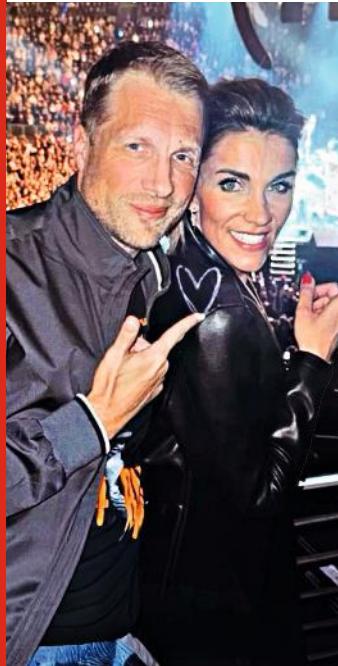
- 29 Farb-Quadrat
- 29 Zitat zwischen Zahlen
- 30 Star-Rätsel
- 31 Achterbahn
- 31 Superschnecke
- 32 Wortschatz
- 33 Endlos-Kreuzwort
- 36 Sudoku-Spaß
- 40 Knobel-Kreuzwort
- 41 Amerika-Kreuzwort
- 42 Um die Ecke gedacht
- 42 Silben lustig
- 62 Kombi-Kreuzwort
- 62 Kreuzwort-Mosaik
- 64 Zwei in einem
- 65 Tierrätsel
- 66 Die Zwei
- 67 Wabenrätsel
- 68 Farb-Mosaik
- 68 Silberrätsel
- 69 Spitzfindig
- 69 Brückenrätsel mit Mini-Rebus
- 77 Profi-Kombi
- 98 Ratenuss zum Schluss
- 80 Gewinn-Coupon/Gewinner/Rätsellösungen
- In den weißen Kästchen können Sie die Rätsel ankreuzen, die Sie bereits gelöst haben.

Titelfoto: Bestimage, dpa, Imago (2), Instagram, ZDF, Foto-Montagen mit Unterstützung von Ki

KÖNIGIN SILVIA

Der Orden weckt schöne Erinnerungen

Von Ministerpräsident Markus Söder (59, r.) erhielt Silvia von Schweden (82) die Bayerische Staatsmedaille für soziale Verdienste. Gern erinnert sich die Königin an ihre Zeit im Freistaat: „Hier habe ich mich verliebt!“ Gemeint ist König Carl Gustaf (79, l.). Den lernte die Deutsche 1972 bei den Olympischen Spielen in München kennen. 1976 gab sie ihm das Jawort.



ANNA-MARIA ZIMMERMANN

Was läuft da mit Oliver Pocher?

„Sprachlos. Einfach nur schön“, schwärmt Anna-Maria Zimmermann (37) begeistert. Meint die Schlagersängerin etwa das Kölner Konzert von Sänger Xavier Naidoo (54)? Oder den Mann an ihrer Seite? Bereits im September kam sie Comedian Oliver Pocher (47) nah – bei einer Mega-Schlagerparty. Da sangen sie lauthals u. a. den Kulthit „Atemlos“. Hat es da vielleicht gefunkt? Nun das Wiedersehen. Anna-Maria und Oli sind offiziell Singles – gut möglich, dass 2026 für die beiden mit Schmetterlingen im Bauch startete.



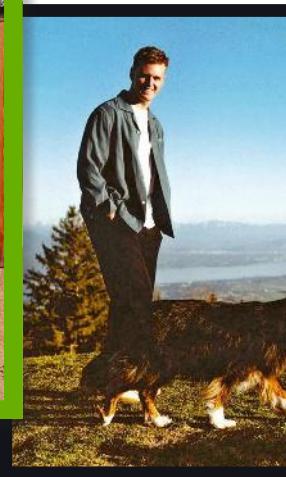
SONJA ZIELTOW

Jan ist ihr Dschungel-Traummann

Am 23. Januar gehts wieder los, das RTL-Dschungelcamp! Sonja Zietlow (57) ist voller Vorfreude, auch auf die Zeit mit Kollege Jan Köppen (42). „Er ist pünktlich, ausgeschlafen, konzentriert, freundlich, höflich und professionell. Er denkt mit und freut sich ehrlich, in Australien zu sein“, lobt die Moderatorin. Sie ist seit 20 Jahren dabei, für Jan wirds die vierte Staffel. „Wir haben uns wie ein altes Ehepaar gefühlt, von Anfang an“, schärmt sie über ihren TV-Traummann.

Das Glück ist zurück ... und es hat vier Beine

Neuer Hund: Mit Australian Shepherd Indie streift Mick jetzt herum



Im November
musste er sich von
seiner geliebten
Hündin Angie
verabschieden



Indie begleitet
Mick sogar zum
Trainieren

Ein altes Bild mit
Mama Corinna und
Papa Michael

Sogar im Fitness-Studio ist sie dabei. Ganz entspannt sitzt die süße Hündin auf Mick Schumachers (26) Schoß, blickt mit dunklen Kulleraugen in die Kamera. „Lernt Indie kennen“, fordert der Rennfahrer seine Fans auf. Und strahlt, als hätte er gerade einen Pokal gewonnen. Mit dem flauschigen Vierbeiner endete 2025 für Michael Schumachers (57) Sohn nun doch noch versöhnlich. Denn es war hart!

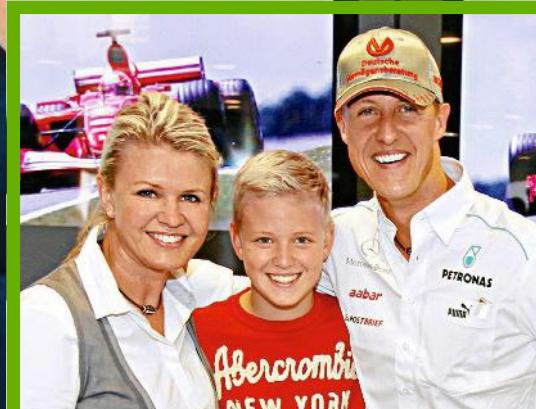
Sportlich wurde klar: Mick hat keine Zukunft in der Formel 1 mehr. Vakante Stellen besetzten Rennställe mit Konkurrenten. Sein großer Traum platzte wie eine Seifenblase. Und auch privat lief es nicht gut. Rund zwei Jahre war Mick mit dem schönen Model Laila Hasanovic (25) liiert, ehe ab März 2025 plötzlich

Funkstille herrschte. Kurz danach tauchten Fotos von Laila mit dem megaerfolgreichen Tennis-Star Jannik Sinner (24) auf. Ein Schelm, wer Böses denkt. Härter traf Mick aber noch ein anderer Abschied.

**„Ich werde sie für
immer vermissen“**

„Angie ist der beste Hund, den ich mir wünschen konnte. Sie war mein Schatten, immer an meiner Seite“, trauerte Schumis Sohn im November um seine verstorbene Fellnase. „Ich hatte das Glück, zehn tolle Jahre mit ihr zu haben, aber es fühlt sich immer noch so an, als wäre sie zu früh gegangen. Sie reiste mit mir überallhin und gab mir bedingungslose Liebe.“ Mick verzweifelt: „Ich werde sie für immer vermissen – meine Angie.“

Doch pünktlich zu Weihnachten kam das Glück zurück – auf vier Pfoten. Jetzt begleitet ihn der Australian Shepherd Indie auf Spaziergängen, jettet mit dem Rennfahrer um die Welt. Ab diesem Jahr wird Schumis Sohn in der amerikanischen IndyCar-Serie starten. Mit einer neuen, süßen Begleiterin.



UWE KOCKISCH (†)

Das traurige Ende von „Commissario Brunetti“

Noch im vergangenen Jahr flanierte Schauspieler Uwe Kockisch (†81) Arm in Arm mit seiner zweiten Ehefrau Christine Gautier (64) durch die verwinkelten Gassen Venedigs – jener Stadt, die ihn als „Commissario Brunetti“ in der ARD-Erfolgsreihe „Donna Leon“ (2003 bis 2019) unsterblich machte. Mit leuchtenden Augen schwärmte der TV-Star damals gegenüber „Bunte“: „Ich träume davon, noch einmal in Venedig einen Film zu drehen.“ Es war ein Herzenswunsch – einer, der sich nicht mehr erfüllen sollte.

Der Krebs machte ihm einen Strich durch die Rechnung. Die Lunge, heißt es. Ein qualvoller Weg, meist ohne Hoffnung. Kurz vor Weihnachten starb Uwe Kockisch in einer Klinik in seiner Wahlheimat Madrid (Spanien).

Zurück blieben seine zutiefst erschütterte Ehefrau Christine und die Söhne Sebastian (53) und Sascha (48), beide aus einer früheren Beziehung.

Seine glückliche Ehe hielt ihn am Leben

Für Christine war ihr Uwe nicht nur ein Lebensgefährte, sondern „die Liebe ihres Lebens“. Und auch er ließ nie einen Zweifel daran, wie viel sie ihm bedeutete. „Unsere große Liebe und glückliche Ehe hielten mich am Leben“, schwärmte der gefeierte Charakterdarsteller („Weissensee“), der für immer in den Herzen des Publikums weiterleben wird. ■



Mehr als sieben Millionen Zuschauer schalteten ein, wenn „Commissario Brunetti“ in Venedig auf Mörderjagd ging



Uwe Kockisch (l.) in „Donna Leon“ mit Annett Renneberg und Karl Fisher



Für Christine Gautier zog er nach Madrid

Fotos: ARD, MDR, Schneider-Press/Erwin Schneider

Peter Sattmann spielte in einigen Herzkino-Filmen, im „Traumschiff“, im „Tatort“ und in vielen anderen TV-Produktionen mit



Mit Kollegin Katja Riemann war der Schauspieler von 1990-1998 liiert

PETER SATTMANN (†)

Er hatte seine Grabrede schon geschrieben

Das wilde Leben auf der Überholspur und die Frauen – ach, Peter Sattmann (†77) hat nichts ausgelassen. Er liebte den Rausch, ob durch Alkohol oder Drogen. Ohne Folgen blieb das nicht: Selbstmordgedanken, zeitweise Obdachlosigkeit, ein kranker Körper. Der Schauspieler (drei Töchter von drei Frauen) schilderte alles schonungslos offen in seiner Autobiografie „Mein Leben ist kein Drehbuch“.

Nun ist Peter Sattmann am ersten Weihnachtstag in seinem Wohnort in Brandenburg gestorben. In den letzten Jahren machte ihm seine Gesundheit immer wieder schwer zu schaffen, wie er bereits 2019 gegenüber dem „Spiegel“ enthüllte.

„Dieser Leistungsschwund ist schrecklich. Seit ich 50 bin, nehm ich alle zwölf Stunden zehn Tabletten zum Überleben“, erklärte er. „Ich habe wahnsinnig hohen Blutdruck, Altersdiabetes und Vorhofflimmern.“

Er wird schon jetzt schmerzlich vermisst

Vor dem Tod hatte der ehemalige Lebensgefährte von Katja Riemann (62) keine Angst. Seine eigene Grabrede hatte er bereits verfasst. „Du fehlst uns jetzt schon“, trauert die Schauspielerin, mit der Peter Sattmann die Tochter Paula (32) hat. „Du lebst in unseren Herzen, in unseren Erinnerungen, in unserem Sein... Sei gewiss: Unsere Liebe wird dich wärmen.“ ■

Spurlos VERSCHWUNDEN!

STEFFI GRAF

Was verschweigt die Familie?



Ihr letzter öffentlicher Auftritt war im vergangenen Frühjahr. Seitdem legen Andre und die Kinder immer wieder falsche Fährten

Langsam, aber sicher wird einem angst und bange. Früher sah man Steffi Graf (56) immer an der Seite ihrer Liebsten, bei Veranstaltungen – und vor allem auf dem Sportplatz, beim Pickleball spielen. Doch das ist lange her.

Ihr Liebster ist stets allein unterwegs

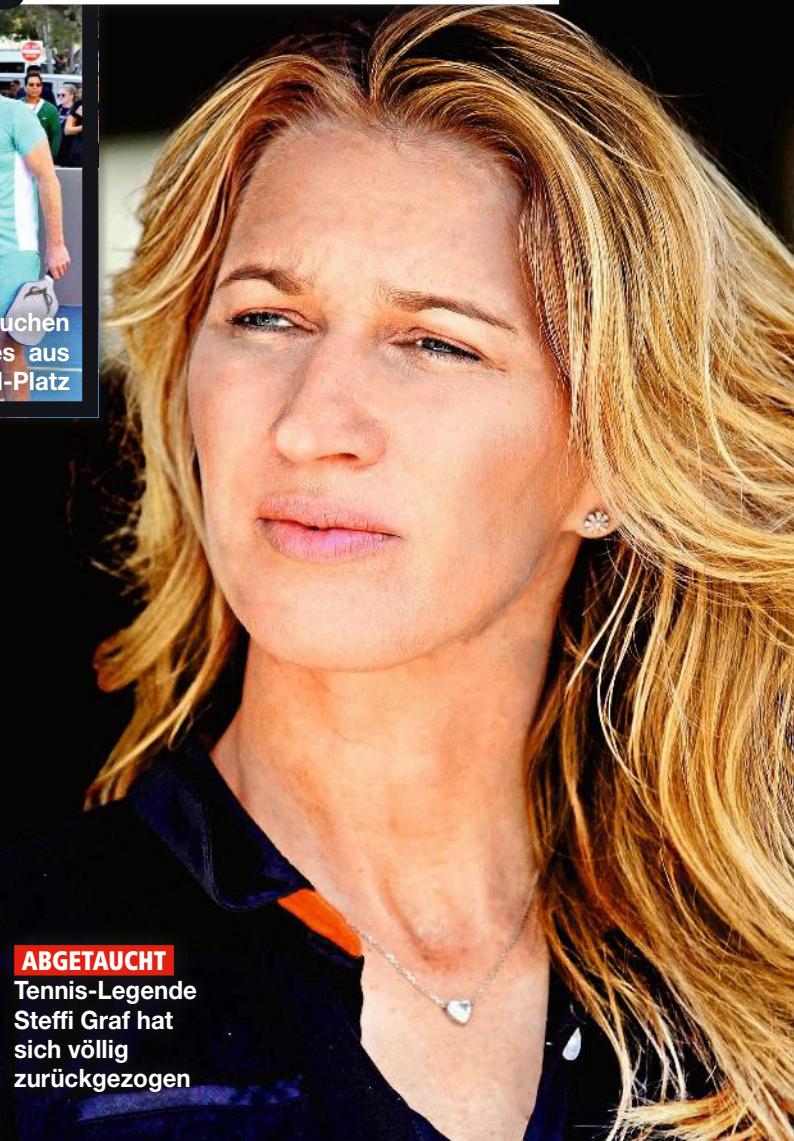
Fakt ist: Seit Monaten hatte die Tennis-Legende keinen Auftritt mehr, ihr Instagram-Konto liegt seit Juni völlig brach. Nur bei einem beruflichen Termin mit Ehemann Andre Agassi (55) gab es ein Foto, auf dem die Top-Athletin blass wirkte. Ansonsten ist Andre im letzten halben Jahr allein unterwegs, wird höchstens, wie z.B. bei den US Open, von Tochter Jaz Elle (22) begleitet.

Und er veröffentlicht auffällige Ablenkungsmanöver: Anfang Dezember meldete er sich via Internet angeblich von einem

Flughafen, behauptete, für einen gemeinsamen Werbespot auf seine Frau zu warten. Doch sie kam nicht. Und einen Werbefilm bzw. Fotos hat bisher noch niemand gesehen. Und Sohn Jaden (24) lenkt die Aufmerksamkeit auf sich, veröffentlicht oft Kuschel-Fotos mit Freundin Catherine. Motto: Alles in Ordnung. Doch das ist es nicht. Was verschweigt die Familie? Ist Steffi etwa krank?

Beunruhigend: Auf einem Werbe-Plakat für den Pickleball-Slam im April ist dieses Mal nur Andre zu sehen – von Steffi fehlt auch da jede Spur. Dabei ist der Sport ihre Leidenschaft!

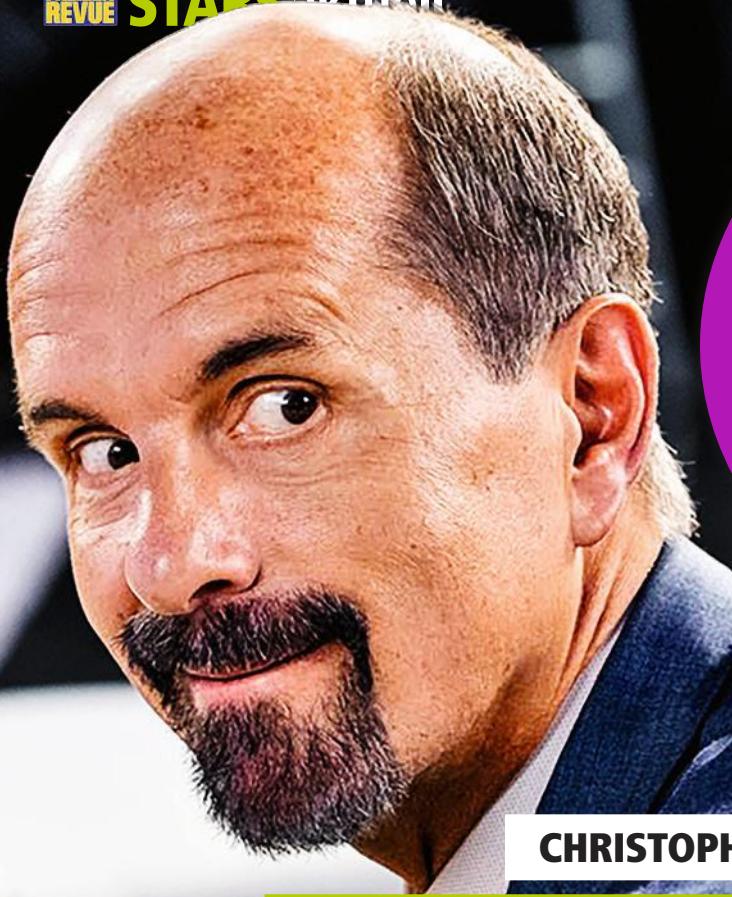
Seit Wochen versucht FREIZEIT REVUE, Steffi, die Familie oder ihre Stiftung zu erreichen. Keine Antwort. Es wirkt wie eine Informationssperre. Steffi, was ist mit dir?



ABGETAUCHT

Tennis-Legende Steffi Graf hat sich völlig zurückgezogen





Ein Herz und eine Seele: 2012 gaben sich Christoph Maria Herbst und Gisi das Jawort

CHRISTOPH MARIA HERBST

♥ Kuscheln ♥ Kochen ♥ Reden

Das Geheimnis seines Ehe-Glücks

Ein Fiesling ist er nur als Bürochef im Kino-Hit „Stromberg“. Privat verwöhnt der Schauspieler seine Gisi nach Strich und Faden

Giftig und gnadenlos – so kennt man Schauspieler Christoph Maria Herbst (59) auf der Leinwand. Als ätzender Bürochef „Stromberg“ teilt er heftig aus. Doch privat zeigt der TV-Fiesling ein völlig anderes Gesicht: Hinter der Kultrolle steckt in Wahrheit ein echter Softie!

Und das ganz besonders, wenn es um seine Frau Gisi (59) geht. Wo immer die beiden zu sehen sind, ob zu Hause in Köln oder geschniegelt auf dem roten Teppich – und wann immer er von ihr spricht: Sie wirken wie frisch

verliebt. Pures Ehe-Glück! Doch was ist ihr Geheimnis?

„Kommunikation“, sagt Christoph Maria ganz klar. „Auf jeder Ebene. Auch Sex ist Kommunikation. Wir kommunizieren eine Menge und lachen viel. Humor, auch Selbstironie, ist das Salz in der Suppe einer guten Beziehung.“ Dazu gehöre auch ihre eiserne Regel, niemals im Streit schlafen zu gehen, erklärt er. „Wenn es mal kracht und wenn mal der Haussegen schief hängt, dann haben wir eine klare Verabredung. Wir gehen immer nur friedfertig abends in die Kiste.“

Doch nicht nur Worte und Zärtlichkeiten verbinden sie. Christoph Maria zeigt seine Liebe auch ganz praktisch und verwöhnt seine Gisi mit viel Hingabe am Herd. „Ich koche dann mehrere Gänge. Und wenn es richtig romantisch werden soll, gibt es Champagnerbier.“

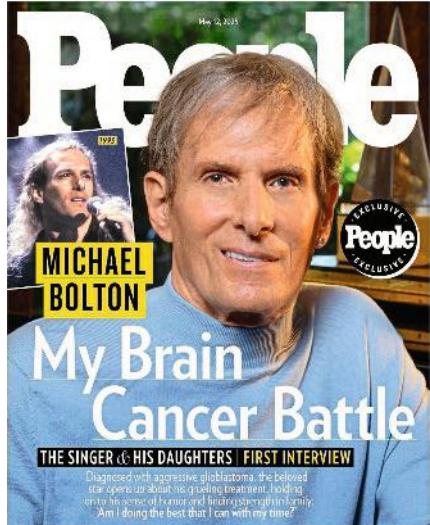
Wahrscheinlich auch, wenn Christoph Maria eine große Etappe nimmt: Am 9. Februar wird er 60. Steht da eine Krise à la „Stromberg“ bevor? „Das ist einfach 'ne Nullrunde und so Gott will, stehe ich dann nicht auf und denke ‚Wow, alles tut weh‘. Es ist am Ende nur eine Zahl“, verriet er in „Brisant“. Nur mit seiner Gisi will er „fett im Kleinen feiern. Auf einer Hängematte irgendwo im Süden.“



Herrlich gemein ist er in „Stromberg – Wieder alles wie immer“ – läuft aktuell im Kino

HIRNTUMOR!

Sie bangt um ihren Freund



Ihre innige Beziehung begann vor fast 15 Jahren. Nun droht die Schock-Diagnose alles zu zerstören

aggressiver Hirntumor. Nach zwei OPs, Bestrahlungen und Chemotherapie genießt Bolton zu Hause in Connecticut (USA) Zeit mit seinen drei Töchtern Taryn (46), Holly (48), Isa (50) und sechs Enkelkindern. Er weiß: Die Heilungschancen sind gering. Die Rückfallquote liegt bei 90 Prozent.

„Das vergangene Jahr hat mich auf eine Weise auf die Probe gestellt, die ich mir nie hätte vorstellen können“, erklärte Michael Bolton. Täglich meditiert er, spielt Golf und hört viel Musik – sicher auch die Songs mit seinem „Schwarm“ Helene Fischer, deren Stimme ihn für einen Moment die Angst vergessen lässt. ■

Die Heilungschancen sind gering

Helene und Michael schätzen sich als Künstler sehr, sind innig miteinander verbunden

Selten hat ein Weltstar Helene Fischer (41) so zu Tränen gerührt wie Michael Bolton (72). Von seiner Laudatio bei der „Goldenen Kamera“ 2011 bis zum Gänsehaut-Auftritt in ihrer „Helene Fischer Show“ – stets schwärzte der Sänger von der Schlager-Königin. „Ich liebe es, live mit ihr zu singen. Ich liebe Helene Fischer“, gestand er, verewigte gleich vier Duette auf seinem Album, und gemeinsam schmiedeten sie Pläne.

Die Heilungschancen sind gering

Fast 15 Jahre Freundschaft – und jetzt das: Helene muss um ihren lieben Freund bangen, der vor zwei Jahren die Schockdiagnose Glioblastom bekam – ein

In der „Helene Fischer Show“ (2011) schmilzt Michael Bolton bei Helenes Berührungen dahin



Helene Fischer leidet mit Michael, wünscht ihm alle Kraft der Welt.
L.: In der Zeitschrift People spricht er erstmals über seine Qualen

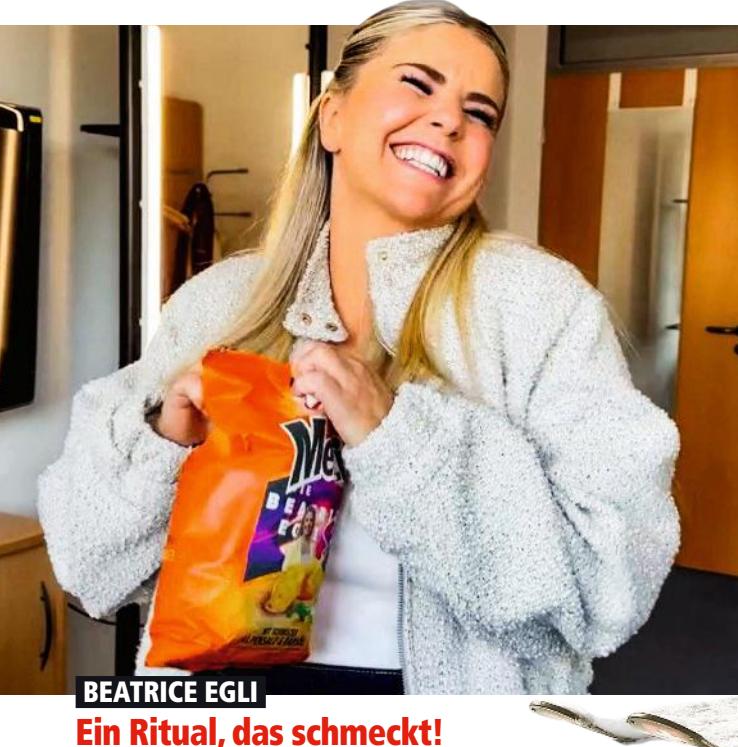




MÁXIMA DER NIEDERLANDE

Da geht einem das Herz auf

In Utrecht staunten die kleinen Patienten kürzlich nicht schlecht, denn Königin Máxima (54) schaute in dem nach ihr benannten Krankenhaus vorbei. Das auf krebskranke Kinder spezialisierte Zentrum liegt der Monarchin sehr am Herzen. Unermüdlich setzt sie sich dafür ein, dass sich die Strahlentherapie für krebskranke Kinder weltweit verbessert



BEATRICE EGLI

Ein Ritual, das schmeckt!

Was gönnt sich Schlagerstar Beatrice Egli (37) hinter den Kulissen vor jeder ihrer wundervollen Shows? „Eine neue Tüte Chips!“, offenbart die Sängerin nun gut gelaunt ihr salziges Ritual. Mit großer Vorfreude wird da die Tüte aufgerissen. „Mhmm, wie das knistert und schmeckt.“ Na dann: 3, 2, 1 – Action!



MICHELLE HUNZIKER

Sie fährt den Sorgen davon

Voller Schwung ging es für Michelle Hunziker (48) ins neue Jahr. Im Ski-Urlaub mit ihren Töchtern genoss die Moderatorin die herrliche Schneekulisse der Dolomiten. Ob ihr Liebster Nino Tronchetti Provera (57) auch mit dabei war? Das Getuschel einer möglichen Trennung hält sich auf jeden Fall sehr hartnäckig

Fotos: danapress (2), ddp, HGM-Press, Imago, Instagram (2), SAT.1



PRINZ GEORGE

Erinnerungen werden wach

Zusammen mit Papa William (43) bereitete Prinz George (12) nun Essen für Bedürftige zu. Genau wie einst Prinz William mit Mama Diana († 36)



NORWEGISCHES KÖNIGSHAUS

Es brennt an allen Ecken

Jetzt sind Prinzessin Ingrid Alexandra (21) und Prinz Sverre Magnus (20) gefragt. Nach den vergangenen stürmischen Monaten und Tagen für Norwegens Royals polieren nun die beiden Geschwister das Ansehen der Familie wieder auf. Beim Besuch der Osloer Feuerwehr probierten sie gleich alles aus und sorgten für Begeisterung



SCHWEDISCHES KÖNIGSHAUS

Royale Spitzenköche

In der Schlossküche in Schweden schwangen Prinzessin Estelle (13) und Bruder Oscar (9) den Kochlöffel. Traditionell wurden Köttbullar, Hackbällchen, zubereitet. Lecker! Da lächelt sogar der kleine Prinz



ARABELLA KIESBAUER, ANNA-CARINA WOITSCHACK & CO.

Jetzt gehts um den goldenen Cupcake!

Auf die Plätzchen, fertig, los – heißt es ab dem 11. Februar 2026 wieder bei „Das große Promibacken“ (20.15 Uhr, Sat.1). Im letzten Jahr sicherte sich Amira Aly (33) den Gewinn und wurde „Promibäckerin des Jahres“. Wer sich wohl diesmal den goldenen Cupcake und 10 000 Euro für den guten Zweck schnappen wird? Mit dabei sind: Arabella Kiesbauer (56), René Casselly (29), Rebecca Immanuel (55), Alexander Mazza (53), Paula Lambert (51), Thomas Hermanns (62), Anne-Sophie Briest (51), Thomas Helmer (60), Maximilian Arland (44) und Anna-Carina Woitschack (33)



Hans Sigl gehört zu den beliebtesten TV-Stars im Land



Er kann etwas, was viele von uns nicht mehr können. Und wenn Not am Mann ist, setzt er es auch ein

Das Warten hat ein Ende. Hans Sigl (56) streift sich seinen Arztkittel wieder über, kümmert sich als Dr. Martin Gruber in neuen Folgen der Serie „Der Bergdoktor“ (ab 8.1., 20.15 Uhr, ZDF) wieder um die Sorgen und Nöte seiner Patienten. Auch privat ist der Schauspieler für seine Susanne (52) und die Kinder ein aufmerksamer Ehemann und Papa. So idyllisch, so normal und skandallos kann das Leben sein. Zu

langweilig? Nein, in Sigl schlummert auch eine wirklich wilde Seite. Und die tobt sich oft genug auf abenteuerlichen Pfaden aus.

„Frischen Sie den Erste-Hilfe-Kurs auf!“

Während andere golfen, malträtiert Sigl den Boxsack. Extrem-Sportarten wie Fallschirmspringen? Kein Problem. „Würdet ihr euch trauen?“, fragt er großspurig neben einem Foto, dass ihn beim Sturz in die Tiefe zeigt. Und nennt dieses Wagnis auch noch „Seelendusche“. Hans, der Actionheld!

Nur Schauspieler? Mitnichten! Der „Bergdoktor“ scheint mehr als nur eine TV-Rolle für ihn zu sein. Offenbar hat sich Sigl so

viel medizinisches Wissen angeeignet, dass er auch privat ein Lebensretter ist. „Tatsächlich war ich schon das eine oder andere Mal als Ersthelfer gefragt“, entहüllte er selbst im ZDF. „Durch die spielerische Tätigkeit und das Wiederholen vor der Kamera, dieser Erste-Hilfe-Fragen, An-



Mit seiner Ehefrau Susanne ist Hans seit 2008 sehr glücklich verheiratet

sprechbarkeit, Notruf absetzen etc., ist es mir vielleicht sogar ein bisschen leichter gefallen.“ Wem er half – darüber schweigt der beliebte TV-Star. Ihm gings um einen Appell. „Frischen Sie den Erste-Hilfe-Kurs auf!“, bat er die Zuschauer. „Scheuen Sie sich nicht davor, einzugreifen. Und wenn es ganz hart auf hart kommt, dann bei fehlenden Vitalzeichen auch in die Wiederbelebung zu gehen.“

Sigl eindringlich: „Hand aufs Herz, wie beherzt würde man es tun? Und da hatte ich das eine oder andere Mal die Gelegenheit.“ Aber darum macht er kein Brimborium. Sympathisch! ■