

Foto: CARMEN SAUERBREI/ZDF

Christian Sievers ist ein News-Junkie

Mainz – **Heute ist es so weit!**

Christian Sievers (44) moderiert um 19 Uhr seine ersten „heute"-Nachrichten. Ein bisschen nervös ist er schon. „Ich bin vor jeder Sendung aufgeregt", sagt er zu BILD. „Vor so einer Premiere ist das Lampenfieber aber natürlich noch mal stärker als sonst."

Sein Trick: „Im Krisentraining für Journalisten bei der Bundeswehr haben sie uns gesagt: In Stress-Situationen dreimal lang ein- und ausatmen. Ich glaube, das hilft notfalls auch im Studio."

Sich selbst bezeichnet er als „News-junkie". Sievers: „Morgens nach dem Aufstehen checke ich die aktuelle Lage im Netz. Aber Frühstück und Kaffee geht nicht ohne gedruckte Zeitung. Auch, weil ich da eine Macke von mir ausleben kann: Die interessanten Artikel herausreißen und aufheben." *(nr)*

Foto: A-WAY!