

Deutsch perfekt

Deutsch perfekt



KRANK?

Wie Sie mit
Arzt oder Ärztin
sprechen

GESCHICHTE

Als Skifahrer im
Schnee verrückt
Ballett tanzen



Was wirklich gut für uns ist –
anders als die meisten
bekanntesten Strategien



Deutschland € 9,90
CH sfr 15,50 A · B · E · EST · F · FIN ·
GR · I · L · LV · P (cont) · SK · SLO · € 11,20
CZ Kč 360 Dk dkr 85,95 GB £ 11,10



Kein Heft mehr verpassen!



Fangen Sie an, ein ganzes Land zu verstehen.

Lernen Sie mit jedem Heft mehr über das Land, die Menschen und die Kultur einer fantastischen Sprache.

Jetzt bestellen:

 deutsch-perfekt.com/abo



**JETZT
BESTELLEN!**

**Wieder einmal so einfache Glücksversprechen?
Nein, unsere Autorin hat die vielleicht größte
Meta-Untersuchung gelesen, die es zu dem Thema gibt.**



MITTEL

Dieses Heft soll Sie glücklich machen – oder sogar noch glücklicher, als Sie schon sind. Was, denken Sie jetzt vielleicht, wieder einmal so ein paar einfache Versprechen? Nein, Viola Kiel, die Autorin unserer Titelgeschichte, hat die vielleicht größte Meta-Untersuchung zum Thema Glück gelesen, die es gibt (ab Seite 14). Sie suchen das Glück? Dann hier lang!

Oder vielleicht auch nur zum nächsten See. In diesen kalten Tagen? Sicher ist: Seit Corona liegt Eisbaden auch in Deutschland stark im Trend. Nicole Graner hat es ausprobiert – nicht ohne vorher mit einem Kardiologen gesprochen zu haben. Was das Bad im 3,8 Grad kalten Wasser mit ihr gemacht hat? Das lesen Sie ab Seite 24.

Haben Sie schon einmal das schöne Wort Skizirkus gehört? Damit ist in seiner ersten Bedeutung ein über ein ganzes Skigebiet verteiltes System von Skiliften gemeint. Und in einer zweiten: Alle Skirennen der Saison in den Alpen mit ihren vielen Events. Populär wurde das Wort in den 70er-Jahren – wie eine etwas spezielle Wintersportart, die gut in einen winterlichen Zirkus passen würde: Skiballett. Nie davon gehört? Ich auch nicht, bevor unser Kollege Henning Sußebach ein sehr interessantes Interview dazu geführt hat. Denn vielleicht war diese Sportart einfach ein bisschen zu schön für unsere Welt. Schauen Sie mal bei Youtube! Wie dieser Wintersport sogar eine sportliche Disziplin bei den Olympischen Spielen wurde? Und dann aber fast komplett vergessen wurde? Das erzählt niemand besser als Hermann Reitberger, der damals einer der besten Athleten der Welt war (ab Seite 48).

Viel Freude mit diesem Heft wünscht Ihnen Ihr

Jörg Walser
Chefredakteur

**sogar**

→ ≈ auch

hier lang

→ hier: in diese Richtung

liegen

→ hier: sein

das Eisbaden

→ Baden in sehr kaltem Wasser

stark

→ hier: sehr

das Skigebiet, -e

→ Region, in der man Ski fahren kann

verteilt über

→ hier: ≈ überall in; an vielen verschiedenen Stellen in

das Skirennen, -

→ sportliches Kämpfen: Wer fährt am schnellsten einen Berg mit Skiern hinunter?

führen

→ hier: machen

der Chefredakteur, -e
(franz.)

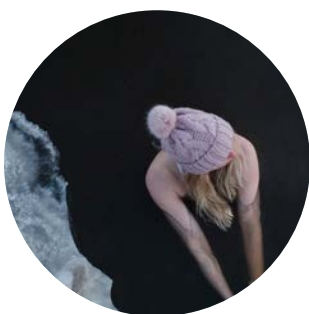
→ hier: Leiter von allen Journalisten bei einer Zeitschrift

Themen

- 22 **Debatte** S
Glücksspiel stärker regulieren?
- 28 **Wie Deutschland funktioniert** L
Für gute Arbeitskonditionen
- 54 **Geschichten aus der Geschichte** MA
Das Südsee-Imperium
- 56 **Wie geht es eigentlich ...** S
der Bundeswehr?
- 64 **Winter geht auch anders** L
Originelle Ideen für kalte Tage

Standards

- 6 **Schweiz-Bild** L
- 8 **Panorama** LA
- 13 **Die deutschsprachige Welt in Zahlen** L
- 27 **Mein erstes Jahr** LA
- 59 **Kolumne – Alias Kosmos** SA
- 60 **Kulturtipps** M
- 68 **D-A-CH-Menschen** M



24

Kalter Schock

S

Im Winter draußen baden, das ist ein Trend. Unsere Autorin war ganz stark – und hat es ausprobiert. Wie war es?

18 Seiten Sprachteil

- 30 **Deutsch für den Arztbesuch** MÜ
Über Symptome sprechen
- 35 **Atlas der Alltagssprache** L
Der Donnerstag vor dem wichtigsten Karnevalstag
- 36 **Wörter lernen** LÜ
Im Büro
- 37 **Übungen zu den Themen** LMS
Diese Übungen machen Sie fit in Deutsch!
- 38 **Grammatik** LÜ
Imperativ
- 40 **Deutsch im Beruf** SÜ
Du oder Sie?
- 43 **Schreiben Sprechen Verstehen** LMSÜ
Das oder dass? / Eine Wohnung renovieren / Verkehrsnachrichten verstehen
- 45 **Deutsch im Alltag** SÜA
Kein Ding!
- 46 **Raten Sie mal!** LM
Rätsel zu den Themen
- 47 **Wortkompass** LMS
Extra-Service Übersetzungen in Englisch, Französisch, Italienisch, Russisch, Spanisch, Türkisch und Ukrainisch

14

Was macht glücklich?

MA

Sport, Natur und soziale Beziehungen bringen Menschen den Glückseffekt – sagt man. Aber stimmt das wirklich? Und wenn nicht, welche Strategien machen dann glücklich?

30

Wo und wie tut es weh?

MÜ

Ein Arztgespräch ist für Sprachlernende oft nicht einfach. Wie beschreibt man Probleme und Symptome richtig? Wir geben Tipps für die Kommunikation.





48

Zu schön für diese Welt?

M

Skifahren mit Ballett kombinieren? Das war früher eine Wintersportart – und Hermann Reitberger war einer der besten Athleten der Welt. Was ist dann passiert? Im Interview erzählt er es.



Lernen mit **Deutsch-perfekt**-Produkten



Deutsch perfekt App

Die Zeitschrift, das Übungsheft und der Audiotrainer zusammen auf dem Handy: Das alles macht unsere **App** möglich. Überall, wo Sie sind. Und mit mehr Übungen, als wir drucken können.
www.deutsch-perfekt.com/app



Deutsch perfekt Audio

Der Trainer für Hörverstehen und Aussprache, auf CD oder als Download. Achten Sie im Heft auf diese Symbole: **AUDIO** und kurz **A**. Zu diesen Artikeln können Sie Texte und Übungen auf **Deutsch perfekt Audio** hören.



Deutsch perfekt Übungsheft

24 Seiten Übungen und Tests zu Grammatik, Vokabeln und mehr. Achten Sie im Heft auf diese Symbole: **ÜBUNGSHEFT** und kurz **Ü**. Zu diesen Texten finden Sie Übungen in diesem Extraheft.

Deutsch perfekt im Unterricht

Didaktische Tipps und Ideen für den Einsatz von **Deutsch perfekt** im Unterricht, gratis für Abonentinnen und Abonnenten in Lehrberufen.

Noch mehr Informationen und Übungen:

www.deutsch-perfekt.com

www.facebook.com/deutschperfekt

www.instagram.com/deutsch.perfekt_official

L
LEICHT

Texte auf Stufe
A2 des GER

M
MITTEL

Texte auf Stufe
B1 des GER

S
SCHWER

Texte auf den Stufen
B2 - C2 des GER

GER:
Gemeinsamer
europäischer
Referenzrahmen

lockere Alltagssprache

Gegenteil von ...

negativ

langer, betonter Vokal

Vorsicht, vulgär!

kurzer, betonter Vokal

ungefähr, etwa

Pluralformen

Leben in Rosa

LEICHT Etwas durch die *rosarote* Brille sehen: Dieser Ausdruck bedeutet, etwas unrealistisch und zu positiv zu sehen. Denn die Farbe Rosa assoziieren viele mit dem Fröhlichen und Schönen. Das hat auch der deutsche Objektkünstler Ferdinand Spindel getan – und mit seinem Hole in Home (deutsch: Loch im Haus) einen kompletten Raum in der Farbe konstruiert. Die Installation aus dem Jahr 1966 ist noch bis zum 3. März im Musée cantonal des Beaux-Arts in Lausanne zu sehen. Sie ist Teil der Ausstellung „Immersion. Die Ursprünge: 1949 - 1969“. Spindel hat das Hole in Home nicht nur wegen der Optik aus Schaumstoff gemacht. Besucherinnen und Besucher können in das weiche synthetische Material auch eintauchen. Der Raum soll ihnen neue Energie geben. So eine Interaktion mit einem Objekt ist typisch in der Immersion. Spindel war einer der Pioniere dieser Kunst.

rosarot

• ≈ pink

der Ausdruck, -ü-e

• hier: ≈ Wort; Worte

der Objektkünstler, -

• Person: Sie macht ästhetische Dinge und Installationen aus verschiedenen Dingen.

der Ursprung, -ü-e

• Beginn

der Schaumstoff, -e

• sehr leichtes, weiches Material: Man tut es z. B. in Sofas.

eintauchen

• hier: eins werden mit; sich legen in

die Kunst, -ü-e

• ästhetische Dinge (z. B. Bilder, Literatur, Musik oder Skulpturen)





Dieses Spektakel ist auf den Lofoten in Nordnorwegen. Aber Lichter wie diese sind in nächster Zeit auch manchmal in Deutschland zu sehen.

LEICHT

NATURSPEKTAKEL

Polarlichter jetzt öfter auch in Deutschland AUDIO

Der Himmel rot wie Feuer oder intensiv grün, gelb und violett: Polarlichter sind ein fantastisches Spektakel. Viele assoziieren sie mit Ländern wie Norwegen und Island. Aber das Phänomen ist jetzt öfter auch in Deutschland zu sehen – speziell in diesem und im nächsten Jahr, sagen Prognosen. Aurora borealis gibt es, wenn Sonnenwinde mit ihren Elektronen und Protonen in die Erdatmosphäre eindringen. Das geschieht am häufigsten in den Polarregionen. Warum also sieht man die Lichter jetzt öfter auch weiter weg von den Polen? Die Basis dafür ist die Aktivität der Sonne. Sie hat einen Zyklus von elf Jahren. Ihre maximale Aktivität wird sie im aktuellen Zyklus 2024 oder 2025 haben. Dann gibt es mehr und intensivere Sonnenstürme – mit dem Effekt, dass man Polarlichter auch in Ländern wie Deutschland sieht.

der Sonnenwind, -e

→ große Menge von Protonen und Elektronen: Sie kommen von der Sonne.

die Erdatmosphäre

→ Atmosphäre von unserem Planeten

eindringen in

→ kommen in

geschehen

→ passieren

häufig

→ oft

der Sonnensturm, -ü-e

→ sehr starker Sonnenwind



Diesen Text hier kostenlos hören!

www.deutsch-perfekt.com/audio-gratis/2



3 FRAGEN

„Eine Pionierin sein“

Mit den Bildern des James-Webb-Teleskops hat in der Astronomie eine neue Ära begonnen. Nora Lützgendorf aus Leipzig war bei dem Projekt die Jüngste im Team.

Frau Lützgendorf, was war bei der Mission des James-Webb-Teleskops Ihre Aufgabe?

Ich bin Astronomin und habe für die ESA in Baltimore als Instrumentenwissenschaftlerin gearbeitet. Dabei war ich die Verbindung zwischen der wissenschaftlichen und der technischen Welt. Ich habe kalibriert, programmiert, getestet und Daten dokumentiert. Mein Team hat dafür gearbeitet, dass das Teleskop richtig funktioniert – und die scharfen Bilder des Universums möglich werden. **Sie haben diesen Job im Alter von 30 Jahren bekommen. Wie wird man am Beginn seiner Karriere Teil von so einem Megaprojekt?** Als Postdoc habe ich mich 2015 auf die Stelle beworben. Dass ich sie wirklich bekommen habe, war auch großes Glück. Ich liebe Herausforderungen. Wenn ich einen Job richtig gut kann, dann will ich etwas Neues lernen. So wie nach acht Jahren Arbeit am James-Webb-Teleskop. Jetzt habe ich eine neue Stelle bei der ESA-Mission LISA. Das wird ab Mitte der 2030er-Jahre das erste Gravitationswellen-Observatorium im Universum.

Was fasziniert Sie so sehr am Universum? Mein Großvater war kein Astronom, hat mir aber schon als Kind von Schwarzen Löchern erzählt. Das hat mich sehr interessiert. Ich wollte wissen: Wie funktioniert unsere Welt? Woher kommen wir? Und ich wollte eine Pionierin sein. Außerdem will ich andere Frauen inspirieren. Viele geben ihre Karriere in der Astronomie auf, weil man sie nicht leicht mit einer Familie vereinbaren kann. Aber mit dem richtigen Partner ist das möglich.

So ...

- hier: Zum Beispiel ...

freigekratzt

- mit freiem Blick: Das Eis ist weg.

die Frontscheibe, -n

- hier: Glas vorne beim Auto

die Strafe, -n

- hier: Gebühr als Sanktion

WAS HEISST ...

Guckloch?

In der Alltagssprache ist gucken ein anderes Wort für sehen. So ist in manchen Wohnungstüren ein Guckloch: Dadurch sieht man, wer davor steht – ohne dass diese Person einen sieht. Zurzeit sind Gucklöcher aber auch auf den Straßen zu sehen: Das sind dann nur wenig freige kratzte Frontscheiben von Autos. Bei diesen Gucklöchern hat die Fahrerin oder der Fahrer nur minimal viel Eis weggemacht. Schlecht, wenn die Polizei das sieht. Dann gibt es zehn bis 35 Euro Strafe.

GESAGT



„Ich freue mich über jede Möglichkeit, um zu versichern: Der Name ist echt.“

Jonathan Berlin, Schauspieler, über den Irrglauben, dass sein Name ein Pseudonym ist.

die Möglichkeit, -en

- hier: Chance

versichern

- garantieren

echt

- wirklich

der Schauspieler, -

- Mann: Er spielt im Film oder im Theater.

der Irrglaube

- hier: populärer Mythos: Er ist nicht wahr.

LEICHT



GESUNDHEIT

Frischen Schnee essen? AUDIO

Kinder mögen Schnee. Und das so sehr, dass sie ihn sich auch mal in den Mund stecken. Keine gute Idee, sagt das Umweltbundesamt der Zeitschrift Ökotest. Schnee kann nämlich mikrobielle Aerosole, Feinstaub und Bakterien aufnehmen – auch wenn eine kleine Menge wahrscheinlich kein Problem ist.

das Thema, die Themen

- hier: Inhalt von einer Diskussion; Frage

der Platz, -ä-e

- hier: Position in einem Ranking

um

- hier: ≈ zum Thema; zur Person

der Bahnstreik, -s

- organisierte Aktion von Arbeitern und Angestellten bei der Bahn: Sie arbeiten ein paar Tage oder Wochen lang nicht und wollen so z. B. mehr Geld bekommen.

zum Teil

- hier: auch; ein bisschen

wurden

- Prät. von: werden

erfunden

- Part. II von: erfinden = hier: sich ein Produkt komplett neu überlegen

das Umweltbundesamt

- Administration: Sie hilft dem Ministerium für Natur und Ökologie.

der Feinstaub

- extrem kleine schmutzige Stücke in der Luft

aufnehmen

- hier: absorbieren

INTERNET

Was suchen die Deutschen online?

Welche Themen sind den Menschen wichtig? Eine Antwort darauf geben ihre Suchen mit Google. Dabei hat die Deutschen 2023 am meisten der Konflikt in Israel und Gaza interessiert. Er ist auf dem ersten Platz der Google-Suchtrends. Auch nach der Band Rammstein (Platz drei) haben die Leute wegen des Skandals um den Sänger Till Lindemann sehr

oft gesucht. Außerdem ist Megastar Taylor Swift in den Top Ten (Platz sieben). Direkt nach ihr auf dem achten Platz haben sehr viele Deutsche Informationen zum Thema Bahnstreik gesucht. Eine Überraschung sind zum Teil die Top Ten der Warum-Fragen. Am meisten hat die Nation auf Google nämlich interessiert: „Warum wurden Fake Lashes erfunden?“ Auch über ihre eigenen Traditionen wollen viele Deutsche mehr wissen. Auf Platz drei ist die Frage: „Warum feiert man Karneval?“



TIERE

Gewinner mit Problemen

Eigentlich ist es ein tragisches Prestige. Die Deutsche Wildtierstiftung bringt nämlich ein Tier in die Medien, um seine Probleme und gefährliche Situation bekannter zu machen. So wie beim Igel, dem Tier des Jahres 2024. Der findet immer weniger passende Orte zum Leben und hat es, „in unserer Kulturlandschaft immer schwerer“, sagt Klaus Hackländer. Der Wildtierbiologe ist Chef der Stiftung. Die meisten Agrarlandschaften sind ziemlich aufgeräumt. Deshalb suchen Igel Plätze in Gärten und Grünarealen. Aber auch die werden weniger. Man kann den Tieren im eigenen Garten aber helfen. Sie mögen etwas chaotische Plätze und Berge aus Blättern.

die Wildtierstiftung

- Organisation mit spezieller Aufgabe: Sie kümmert sich um freie Tiere in der Natur.

der Igel, -

- kleines Tier mit dünnen, langen Teilen auf dem Rücken

es schwerer haben

- ≈ mehr Probleme haben

die Kulturlandschaft, -en

- Landschaft: Menschen haben sie geändert.

WISSEN

Jetzt früher ins Bett gehen? AUDIO

überraschend sein

• eine Überraschung sein

der Grund, -j-e

• hier: Erklärung: Warum ist etwas so?

der/die Forschende, -n

• Person: Sie arbeitet für mehr Wissen.

das natürliche Umfeld, die natürlichen Umfeldler

• hier: ↔ Laborkontext

künstlich

• hier: ↔ von der Sonne

durchschnittlich

• ≈ meistens: Das ist normal.

der Winterschlaf

• längere Phase im Schlaf und fast wie im Schlaf: Manche Tiere haben sie jeden Winter.

zwar ..., aber ...

• Es ist so, dass ..., aber ...

Müde, ohne Energie und Motivation, am liebsten zu Hause oder direkt im Bett bleiben wollen: So geht es im Winter vielen Menschen. Das ist auch nicht überraschend, weil es in den kalten Monaten weniger Licht gibt und die Tage kürzer sind. Da ist aber vielleicht noch ein Grund. Das zeigt eine Untersuchung von Forschenden der Berliner Humboldt-Universität. Sie haben Daten von rund 300 Menschen mit Schlafproblemen gesammelt. Elementar ist: Das Team hat den Schlaf in einem natürlichen Umfeld ohne künstliches Licht und Temperaturregulierungen untersucht. Das Resultat war, dass die Teilnehmenden im Winter durchschnittlich eine Stunde länger als im Sommer geschlafen haben. Sie haben so etwas wie einen „Winterschlaf light“ gemacht. Denn im Winter sind wir Menschen in einem Energiesparmodus – so wie es bei manchen Tieren passiert. Das bedeutet: Auch wir brauchen in den kalten, dunklen Monaten biologisch mehr Schlaf. Die Untersuchung ist zwar klein und noch nicht repräsentativ, aber eine Empfehlung geben die Forschenden trotzdem schon einmal: im Winter früher ins Bett gehen.



NAVIGATOR

Diesen Ort gibt es wirklich

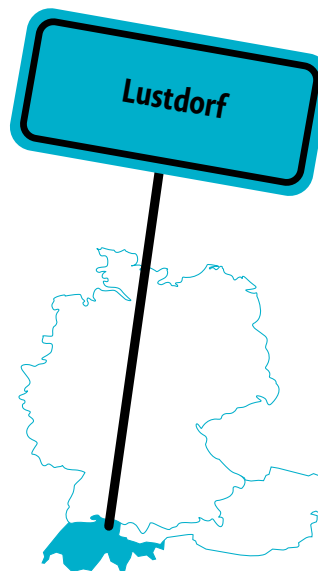
Das Wort

Lust kann verschiedene Dinge bedeuten. Man kann Lust auf Schokolade haben – also den Wunsch, sie zu essen. Lust kann außerdem ein sehr angenehmes Fühlen bedeuten. Oft kann das Wort dann eine sexuelle Konnotation haben. Und ein Dorf ist ein kleiner Ort.

Der Ort

Klein ist Lustdorf definitiv. Der Ort mit weniger als 200 Einwohnerinnen und Einwohnern

und einer Kirche liegt im Kanton Thurgau im Nordosten der Schweiz. Lustdorf ist ein Teil der Gemeinde Thundorf. Für die Bedeutung des Wortes Lust im Ortsnamen kann man sich alle Fantasien sparen. Denn er kommt wahrscheinlich von dem Namen Luoz: Lustdorf ist also das Dorf von Luoz. Die Geschichte dieser Person ist nicht bekannt. Außerdem gibt es eine zweite mögliche Variante – nämlich das Dorf von Liuz. Liuz bedeutet Leute oder Menschen.



angenehm

• hier: schön

die Gemeinde, -n

• Kommune

sich sparen können

• nicht zu machen brauchen, weil es nicht nötig ist oder nicht hilft

die Geschichte

• Historie



Eine Übung zu diesem Text finden Sie auf Seite 37.

START-UP

Module und Übungen für die Liebe

Die Idee Eine App für die Paartherapie zu Hause
Warum braucht die Welt das? Weil jede vierte Person psychische Probleme hat. Unsere Kombination aus menschlicher Expertise und Technologie macht eine Therapie für alle möglich.
Der schönste Moment? Als eine Nutzerin alle zehn Therapie-Module in der App gemacht und uns geschrieben hat, dass das ihr Leben geändert hat.

Eine Therapie zu machen, ist in Deutschland nicht einfach: Patientinnen und Patienten mit gesetzlicher Krankenversicherung warten oft mehrere Monate auf einen Platz. Und wenn man eine Therapie selbst bezahlt, kann das ziemlich teuer werden.

Der Hamburger Psychotherapeut Ulrich Wilken kennt diese Situation gut – und will sie mit seiner Tochter Leonie ändern. „Mein Vater hatte schon sehr lange den Wunsch, mehr Menschen zu helfen“, erzählt diese. „Zusammen hatten wir die Idee, wie wir das mit einer App realisieren können.“

Myndpaar heißen das Produkt und das Start-up der beiden. Die App ist für Paare. Sie stehen seit vielen Jahren im Zentrum der Arbeit des Therapeuten.

Als Basis der App haben Vater und Tochter aus Wilkens konventionellen Therapiesitzungen ein Schema extrahiert. Mit der Hilfe eines Entwicklers haben sie daraus einen Algorithmus gemacht. Die

App hat zehn Module mit verschiedenen Fragen. Nutzerinnen machen pro Woche ein Modul. Es dauert circa 15 bis 20 Minuten. Zwischen den Modulen gibt es Übungen und Aufgaben.

Leonie Wilken erklärt ein Beispiel: „Bei einer der Übungen wirft man jeden Morgen eine Münze. Beim Resultat Kopf macht man an dem Tag alles so wie immer. Beim Resultat Zahl verhält man sich so, wie man es sich eigentlich wünscht. Das Ziel dabei ist, sein Verhalten im Alltag wirklich zu ändern.“

Anders als ihr Vater hat die 34 Jahre alte Hamburgerin keine therapeutische Ausbildung. Leonie Wilken hat Betriebswirtschaft studiert. Auch für sie ist es im Beruf eine Motivation, anderen zu helfen. Sie sagt: „Myndpaar macht therapeutische Hilfe viel einfacher und schneller möglich – und außerdem anonym. Das ist für manche Menschen wichtig, weil eine Therapie für sie immer noch ein Stigma hat.“

Seit Anfang 2022 gibt es Myndpaar in den App-Stores zum Abonnieren. Rund 55 000 Leute aus Deutschland, Österreich und der Schweiz nutzen sie bis heute. Leonie und Ulrich Wilken haben noch viele Pläne. Zum Beispiel soll es Myndpaar bald auch auf Englisch und in anderen Sprachen geben.



Ulrich und Leonie Wilken wollen Psychotherapie mit einer App leichter möglich machen.

die Paartherapie, -n

► Therapie für zwei Personen: Sie lieben sich.

menschlich

► hier: von einer Person und keiner Maschine

die Nutzerin, -nen

► Userin

mit gesetzlicher Krankenversicherung

► hier: mit Garantien: Die Versicherung zahlt eine Therapie (zu einem Teil).

der Platz, -ä-e

► hier: freier Therapietermin mit mehreren Terminen

die Therapiesitzung, -en

► Treffen/Termin von einer Therapie

der Entwickler, -

► hier: IT-Experte: Er schreibt Software, z. B. Apps.

eine Münze werfen

► ≈ mit einem Geldstück Lotterielos spielen

(der) Kopf

► hier: Seite von einem Geldstück: Es zeigt meistens eine Person, ein Monument oder ein Symbol; ↔ Zahl

sich verhalten

► in einer Situation speziell reagieren

das Ziel, -e

► Resultat: Man möchte es erreichen.

die Betriebswirtschaft

► Organisation und Management von einer Firma

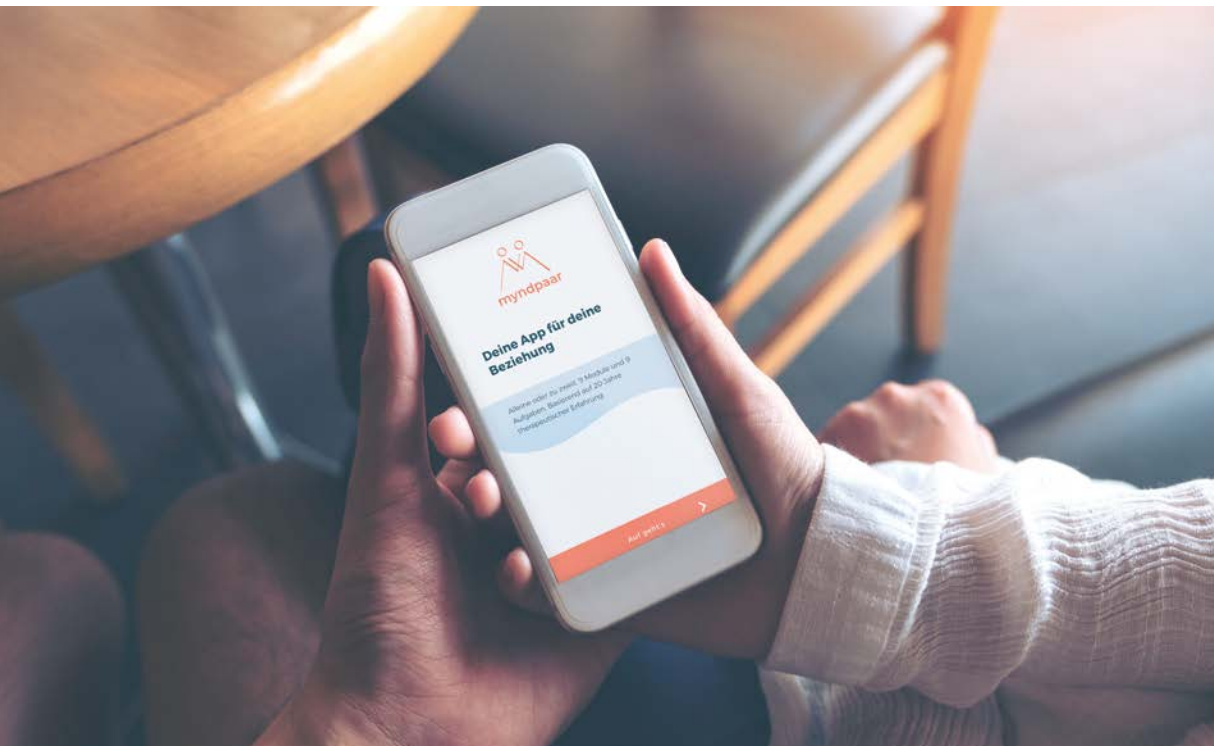
es gibt ... zum Abonnieren

► ≈ man kann sich für ... registrieren und bezahlt in einem Rhythmus eine Gebühr

nutzen

► ≈ benutzen

es soll ... geben



Mode

Vom 4. bis 8. Februar trifft sich die Modebranche wieder auf der Berlin Fashion Week. Ein Blick in ihre Welt – in Zahlen.

LEICHT

35

Prozent der Männer

kaufen Kleidung in Geschäften von größeren Bekleidungsketten wie P&C oder Wormland. Von den Frauen tun das nur 26 Prozent. Auch sonst kaufen Männer Mode öfter in teureren Läden ein als Frauen.



94

Prozent der Frauen

kaufen, was ihnen gefällt, unabhängig von Trends. 93 Prozent finden, dass Modetrends nicht immer an allen gut aussehen. Nur 17 Prozent glauben, dass man Modetrends folgen muss, um in zu sein.

53

Prozent

mögen Stoffe aus Baumwolle besonders. Kein anderes Material ist so populär. 24 Prozent mögen Stoffe mit Stretch wie Elastan, 23 Prozent Mischungen. 25 Prozent ist das Material egal.

34

Prozent

der online bestellten Kleidung geht wieder zurück. In keinem anderen Segment gibt es so viele Retouren. Zum Vergleich: Schuhe 20 Prozent, Elektronik sieben Prozent.

504

Euro

haben die privaten Haushalte im Jahr 2021 im Durchschnitt für Damenmode ausgegeben – aber nur 240 Euro für Herrenmode. Das Verhältnis ist seit Jahren so.

462 500

Tonnen alte Kleidung

hat Deutschland im Jahr 2022 exportiert – nur die USA haben mehr gebrauchte Mode in andere Länder verkauft. China war beim Altkleiderexport auf Position drei.



die Bekleidungskette, -n

► Firma für Kleidung mit vielen Geschäften an verschiedenen Orten

unabhängig von

► hier: egal, was ... ist

in sein

► ☺ ≈ modern sein

die Baumwolle, -n

► Pflanze: Ihre weiße, wollige Frucht benutzt man für die Herstellung von Kleidung.

der Stretch (engl.)

► sehr elastisches Material für Stoffe

die Mischung, -en

► hier: Textilie: Sie ist eine Kombination aus verschiedenen pflanzlichen und/oder synthetischen Substanzen.

zurückgehen

► hier: zurückgeschickt werden

die Retoure, -n (franz.)

► Produkt von einer Bestellung: Man schickt es zurück.

der Haushalt, -e

► hier: Personen: Sie leben zusammen in einer Wohnung oder einem Haus.

im Durchschnitt

► ≈ meistens: Das ist normal.

das Verhältnis, -se

► ≈ Relation

gebraucht

► schon benutzt; alt



Eine Übung zu diesem Text finden Sie auf Seite 46.



Bewegung, Natur oder mit anderen Menschen zusammen zu sein: Es gibt viele Wege zum Glück. Aber stimmen diese Strategien wirklich? Und wenn nicht, welche stimmen dann? Von Viola Kiel

MITTEL AUDIO

Das Klirren von Eiswürfeln in einem Glas. Die erste Tomate, die auf dem Balkon wächst. Eine laute Nacht in einer Kneipe, in der man viel lacht. Oder das Wissen, dass man zehn Stunden schlafen kann. Das sind Dinge, die glücklich machen können.

Die Liste der Dinge aber, die bewiesen glücklich machen sollen, sieht anders aus. Über welche Aktionen sagt man, dass sie zu mehr Glück führen? Wer im Internet Glücksstrategien sucht, wird diese fünf Bereiche finden: Zeit in der Natur verbringen, Sport, mit anderen Menschen zusammen sein, achtsam und dankbar sein. Und wird sich vielleicht fragen, wie lange man diese langweiligen 15 Minuten Meditation am Morgen eigentlich machen muss, um endlich einen Effekt zu fühlen und glücklicher zu sein.

Vielleicht ist diese Frage richtig und wichtig.

Eine Meta-Analyse verschiedener Studien, die im letzten Sommer publiziert worden ist, hat das Resultat: Ein paar der bekannten Glücksstrategien haben kaum eine oder nur eine sehr kleine wissenschaftliche Basis. So richtig wissen wir gar nicht, was uns wirklich glücklich macht. Und trotzdem gehen wir joggen?!

Die Meta-Analyse haben Dunigan Folk und Elizabeth Dunn gemacht, die an der University of British Columbia in Kanada zu persönlichem Glück forschen. Sie wollten prüfen, wie gut die empirischen Beweise für die bekanntesten Glücks-Empfehlungen sind. Dabei war für sie nur das subjektive Glücksempfinden gesunder Menschen relevant. Es ist klar, dass manche der untersuchten Strategien – Bewegung zum Beispiel – für Menschen mit einer psychischen Erkrankung große Vorteile haben können. Aber nicht depressiv ist nicht unbedingt dasselbe wie glücklich.

Die beiden Forschenden untersuchten Medienberichte im Internet. Sie identifizierten oft empfohlene Strategien für mehr Glück. Zum Beispiel: „Finde dein Self-Care-Ritual“, „Schreib deine Gefühle auf“ und „Nimm dir Zeit für deine Freunde“. Diese Tipps ordnen sie in fünf Kategorien: Dankbarkeit, Beziehungen und soziale Interaktion, Sport und Bewegung, Achtsamkeit und Meditation, Kontakt zur Natur.

Dann suchten Folk und Dunn in der wissenschaftlichen Literatur nach Beweisen für die Wirksamkeit. Sie fanden 532 Studien, in denen Expertinnen und Experten den Nutzen einer dieser fünf Strategien für das

das Klirren

- Laute, die zu hören sind, wenn ein hartes Objekt an ein anderes stößt, z. B. bei Gläsern

der Eiswürfel, -

- Stück Eis im Getränk

bewiesen

- hier: auf empirischer Basis

sollen ... machen

- hier: man sagt, dass sie ... machen

führen zu

- hier: machen, dass es ... gibt

die Bereich, -e

- hier: Kategorie

achtsam

- so, dass man wach und konzentriert sich selbst und die Umgebung fühlt, sieht und hört

dankbar

- mit einem zufriedenen Gefühl von Dank

wissenschaftlich

- hier: ≈ systematisch, z. B. mithilfe von Expertentechnik

richtig

- hier: wirklich

forschen zu

- Wissen sammeln zu

prüfen

- kontrollieren; testen

der Beweis, -e

- Sache, die zeigt, dass etwas wahr ist

die Erkrankung, -en

- gesundheitliches Problem

unbedingt

- auf jeden Fall

sich Zeit nehmen für

- für sich wählen, Zeit für ... zu haben

ordnen in

- in eine Ordnung von verschiedenen ... bringen

die Wirksamkeit

- von: wirksam = mit Effekt

die Studie, -n

- systematische Untersuchung

der Nutzen, -

- hier: Vorteil; positiver Effekt

Nach einem Spaziergang sagen manche, dass sie sich glücklicher fühlen. Aber sind sie das wirklich? Oder sagen sie es nur, weil sie wissen, dass Natur so super sein soll?

Glücksempfinden in einer nicht klinischen Stichprobe untersucht haben. Sie fanden Gründe dafür, die Aussagekraft dieser Studien kritisch zu sehen: Fast 95 Prozent der Experimente, die einen Glückseffekt von Kontakt mit der Natur, Bewegung oder Achtsamkeit beweisen sollten, sind statistisch nicht genug aussagekräftig.

Der Grund dafür ist vor allem, dass sich die Standards in der Psychologie für einen wissenschaftlichen Beweis in den letzten Jahren geändert haben. Nur 57 der untersuchten Studien waren vorher angemeldet oder wurden mit genug Teilnehmenden gemacht.

Heute, schreiben die beiden Forschenden, ist es mehr und mehr normal, Studien vorher anzumelden. Auch die Forschungsfrage, die Methodik und die Stichprobengröße definiert man vorher. Preregistration nennt man das. Sonst steigt das Risiko für falsch-positive Ergebnisse – zum Beispiel wenn nach dem Experiment manche Teilnehmenden ausgeschlossen werden. Oder wenn die Forschungsfrage später geändert wird. Entscheidungen wie diese können die Ergebnisse verfälschen.

Soziale Beziehungen bringen den Glückseffekt

Bei der Frage, was Menschen glücklich macht, ist es besonders schwierig, äußere Faktoren auszuschließen und reale Korrelationen festzustellen. Nicht nur, weil unterschiedliche Leute einfach unterschiedlich sind.

Ein Beispiel: Menschen könnten nach einem Spaziergang-Experiment im Grünen sagen, dass sie sich

glücklicher fühlen. Das aber nicht, weil sie es sind – sondern weil sie wissen, dass sie es sein sollten. Es ist ja bekannt, wie super Natur und Bewegung sind.

Oder wenn man zwei Gruppen von Studierenden vergleicht. In der einen Gruppe müssen sie sich eine Stunde lang miteinander unterhalten. Die andere Gruppe muss eine Stunde lang warten. Es kann sein, dass die Studierenden aus der ersten Gruppe danach glücklicher sind. Das bedeutet aber nicht definitiv, dass es wirklich die soziale Interaktion ist, die glücklich macht. Eine Stunde warten zu müssen, ist einfach sehr langweilig.

Für manche Glücksstrategien haben Folk und Dunn in ihrer Meta-Analyse „einigermaßen solide Belege“ dafür gefunden, dass sie die Laune besser machen können: Erstens tun das Dankbarkeitsbotschaften oder -listen, zweitens Gespräche mit Fremden. Der Glückseffekt von Dankbarkeit und sozialen Beziehungen ist also wirklich bewiesen. Anders ist es bei Sport, Achtsamkeitstraining oder Spaziergängen im Grünen.

In der Literatur finden die zwei Forschenden nur limitierte Beweise dafür, dass Achtsamkeit und Meditation glücklicher machen. Für manche Ergebnisse ist vielleicht der Placeboeffekt verantwortlich, für andere die soziale Interaktion. Vielleicht ist bei einer gemeinsamen Meditation nicht die Meditation das Entscheidende, sondern das „gemeinsam“.

Das ist aber auch kein Beweis dafür, dass Achtsamkeitsübungen keinen positiven Effekt haben.

das Glücksempfinden

- ▶ subjektives Gefühl von Glück und Zufriedenheit

die Stichprobe, -n

- ▶ gewählte Menge für ein Experiment

die Aussagekraft

- ▶ von: aussagekräftig ≈ hier: so, dass sie eine Aussage zur untersuchten Frage erlauben

kritisch sehen

- ▶ eine kritische Meinung haben zu

die Forschungsfrage, -n

- ▶ Frage als Basis für eine wissenschaftliche Untersuchung, oft zu einer Hypothese

die Methodik, -en

- ▶ eine oder mehrere wissenschaftliche Methoden als Mittel für eine Untersuchung

definieren

- ▶ hier: entscheiden, dass etwas ... ist

ausschließen

- ▶ machen, dass ... kein Teil von etwas ist

verfälschen

- ▶ hier: ungenau und damit unwahr machen

der äußere Faktor, Faktoren

- ▶ hier: Kontextfaktor, der einen Effekt auf das Ergebnis hat

einfach

- ▶ hier: ☺ Das ist die Erklärung.

im Grünen

- ▶ draußen in der Natur

sie sollten ... sein

- ▶ hier: man empfiehlt, dass sie ... sind

ja

- ▶ hier: ☺ wie man weiß

einigermaßen

- ▶ ziemlich

solide

- ▶ hier: aussagekräftig

der Beleg, -e

- ▶ Beweis

die Dankbarkeitsbotschaft, -en

- ▶ Aussage an andere oder für sich selbst: Ich fühle Dank für etwas oder jemanden.

gemeinsam

- ▶ hier: mit allen zusammen

das Entscheidende sein

- ▶ hier: bei einer Untersuchung den Unterschied machen

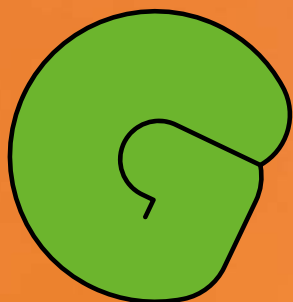


im Glas ist etwas Tolles.

BEWEGUN

macht glücklicher als stilles Sitzen und langweilige Dokumentarfilme.





Wo die glücklichsten Deutschen leben

Das Glück wohnt im Norden. Genauer gesagt: in Schleswig-Holstein. Und das schon seit Jahren. So sagt es der Glücksatlas 2023 der Süddeutschen Klassenlotterie (SKL). Für die große Studie zu Lebenszufriedenheit und Glücksgefühl der Deutschen werden seit 2011 jedes Jahr Tausende Menschen im Land befragt.

Auf einer Skala von null bis zehn gaben Einwohnerinnen und Einwohner von Schleswig-Holstein ihre Lebenszufriedenheit in der aktuellen Umfrage mit 7,21 Punkten an. Im Regionsranking ist das nördlichste Bundesland damit auf dem ersten Platz. Danach kommen Hamburg (7,11 Punkte), Bayern (7,09), Hessen (7,06) und Nordrhein-Westfalen (7,0). Ganz unten im Ranking stehen Berlin (6,62), das Saarland (6,21) und Mecklenburg-Vorpommern (6,19). In den Bundesländern auf den letzten beiden Plätzen ist das Lebensglück 2023 kleiner geworden als vorher. Auch ist die Punkte-Distanz zwischen Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern größer geworden.

Kleiner geworden ist aber die Distanz zwischen West- (6,96 Punkte) und Ostdeutschland (6,76). Bei Gesundheit und Einkommen sind die Ostdeutschen noch unzufriedener als die Westdeutschen.

Die Daten für den Glücksatlas 2023 stammen aus elf Befragungen von August 2022 bis Juni 2023 mit 11 425 Personen ab 16 Jahren. Gefragt wurde zu den Themen Arbeit, Einkommen, Familie und Gesundheit. Einen absoluten Tiefpunkt zeigte die Studie – wenig überraschend – im Corona-Jahr 2021 mit einer durchschnittlichen Lebenszufriedenheit der Deutschen von 6,58 Punkten. Im Jahr 2019, vor der Pandemie, waren es noch 7,14 Punkte. Diesen Wert haben die Deutschen noch nicht wieder erreicht: 2023 war die durchschnittliche Lebenszufriedenheit bei 6,92 Punkten.

die Süddeutsche Klassenlotterie

► Institution von sechs Landesteilen im Süden und Osten Deutschlands für die Organisation von regulierten Lotterien mit staatlichen Garantien

die Studie, -n

► systematische Untersuchung, z. B. für eine Statistik

befragen

► systematisch fragen

angeben mit

► hier: für eine Frage / einen Aspekt auf einer Skala ... Punkte wählen

das Bundesland, -ä-er

► Teil von einer föderalistischen Republik

der Platz, -ä-e

► hier: Position in einem Ranking

das Einkommen, -

► Geld, das jemand z. B. für seine Arbeit, aus dem Profit von seiner Firma oder als Miete für sein Haus bekommt

stammen aus

► ≈ kommen von

der Tiefpunkt, -e

► hier: historisches Minimum

wenig überraschend

► ≈ kaum als Überraschung

der Wert, -e

► hier: Resultat in Punkten



Eine Übung zu diesem Text finden Sie auf Seite 37.

Glücksstrategien können Menschen viel Zeit, Energie und außerdem Geld kosten. Deshalb ist es wichtig, dass es ihren positiven Effekt auch wirklich gibt.

Beim Kontakt zur Natur waren nur vier Experimente aussagekräftig genug, um einen Vorteil zu beweisen. Aber keine dieser Untersuchungen war vorher angemeldet. Verzerrungen oder Deutungsfehler sind also möglich. Das bedeutet zwar nicht automatisch, dass Natur nicht glücklich macht. Aber die wissenschaftlichen Beweise für den Glückseffekt sind etwas schwach.

So ist das auch bei Sport und Bewegung. Für die populäre Idee, dass Sport glücklich macht, finden Folk und Dunn wenige Beweise. Fünf Studien zeigen zwar, dass sich Menschen nach Bewegung glücklicher fühlen. Aber das tun sie im Vergleich zu wirklich langweiligen Alternativen: im Stillen sitzen oder einen Dokumentarfilm über Buchbinderei schauen. Eine einzige Studie hat bis jetzt gezeigt, dass ein längere Zeit dauerndes Bewegungsprogramm zufriedener machen kann.

Es ist gut, es zu versuchen

Das bedeutet nicht, dass es schlecht ist, das alles zu tun. Im Gegenteil: Es ist wissenschaftlich komplett klar, dass genug Bewegung extrem wichtig ist. Jeder Mensch versteht, dass man kaum glücklicher wird, wenn der Rücken durch zu viel Sitzen kaputt ist. Es ist außerdem bewiesen, dass uns der Kontakt zur Natur ruhiger macht und Stress reduzieren kann. Und es ist auch irgendwie klar, dass gesundes Essen einen Sinn hat – so wie jeden Abend zur gleichen Zeit mit der gleichen Nighttime-routine ins Bett zu gehen, ohne Handy, logisch.

Es ist gut, Dinge zu tun, die gut für uns sind. Nur darf man vielleicht nicht erwarten, dass sie uns automatisch auch glücklich machen.

Mit den Erwartungen beschäftigt sich auch die Kritik der Forschenden Folk und Dunn: Manche Glücksstrategien, schreiben sie, brauchen viel Zeit und Energie. Wenn diese Strategien dann als wissenschaftlich bewiesen dargestellt werden, kann das Menschen demotivieren – nämlich dann, wenn die Strategien bei ihnen trotzdem keinen Glückseffekt haben.

Ähnlich sieht das auch die Wissenschaftlerin Til Wykes vom King's College in London. Sie hat bei der Meta-Analyse nicht mitgemacht. Trotzdem fordert sie vor allem für die Kategorie Meditation und Achtsamkeit mehr und bessere Forschung – denn es ist ein dominantes Narrativ geworden, dass man damit glücklicher wird. Wykes sagt, dass diese Strategie für Glückssuchende Geld und Zeit kostet. Deshalb sollte die Wissenschaft ihre Wirksamkeit auch richtig beweisen.

Ist das nicht auch ein bisschen tröstlich? Wenn Sie nach Ihrer Meditationssitzung noch unzufriedener sind als vorher, ist das nicht immer gleich Ihre Schuld. Wenn Sie Ihre Dankbarkeitsliste am liebsten in tausend Stücke zerfetzen wollen – tun Sie es.

Wir wissen nicht genau, wie Glück funktioniert. Diese Frage können weder die Finnen beantworten, die die glücklichsten Menschen der Welt sein sollen, noch die Wissenschaft. Es bleibt ein Glücksspiel.

die Verzerrung, -en

– von: verzerren = etwas nicht so zeigen, wie es in Wirklichkeit ist

der Deutungsfehler, -

– hier: Fehler beim Interpretieren von wissenschaftlichen Ergebnissen

im Stillen

– in Ruhe

die Buchbinderei

– Arbeit mit Händen und Werkzeugen, bei der dickes, hartes Material außen an Bücher gemacht wird

Im Gegenteil: ...

– hier: Ganz anders: ...

durch

– hier: wegen

der Sinn

– hier: Effekt, dass etwas wirkt

logisch

– hier:  klar

nur

– hier: aber

erwarten

– der Meinung sein, dass ... sicher passieren/kommen soll

sich beschäftigen mit

– hier: genauer untersuchen

darstellen als

– so zeigen, dass andere meinen: Etwas ist ...

demotivieren

– machen, dass ... die Motivation verliert

ähnlich sehen

– eine ähnliche Meinung dazu haben

die Wissenschaftlerin, -nen

– Frau, die ein Thema systematisch untersucht

fordern

– energisch bitten um

der/die Glückssuchende, -n

– Person, die intensiv versucht, glücklich zu sein

tröstlich

– so, dass man sich damit weniger schlecht fühlt

die Schuld

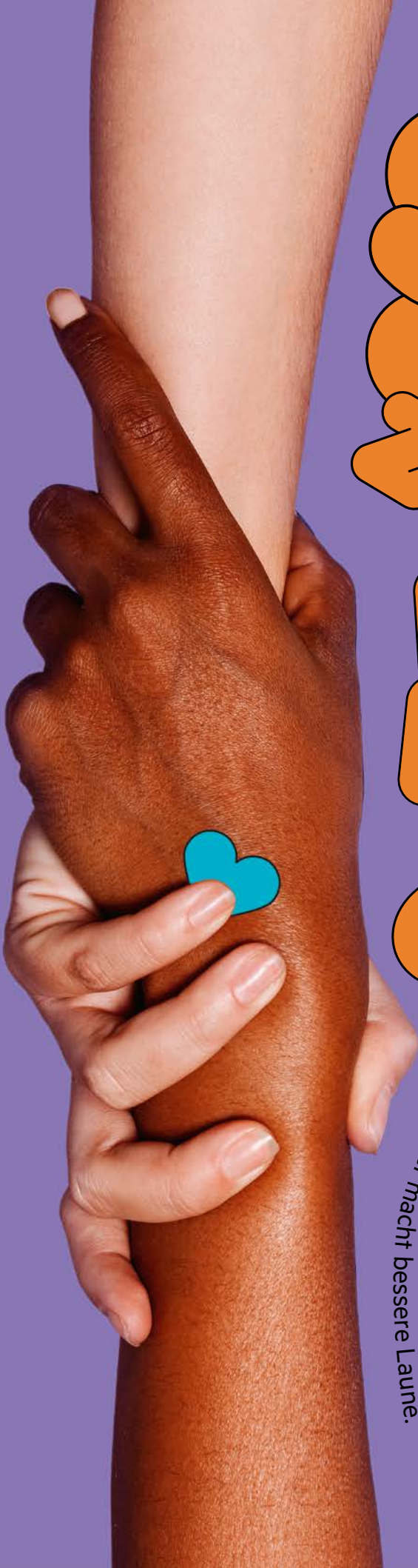
– ≈ Fehler; Erklärung, dass etwas nicht gelingt

zerfetzen

– hier: Papier in kleine Stücke machen

ein Glücksspiel bleiben

– auch weiter nicht zu planen sein; immer noch von Glück und Pech abhängen



SOON HILFST UNS

Miteinander macht bessere Laune.



Glücksspiel stärker regulieren?

Millionen Deutsche haben durch Glücksspiel gesundheitliche, finanzielle oder soziale Probleme. Muss die Politik die aktuellen Regeln ändern?

SCHWER

Ja „Werbung zeigt Glücksspiel als etwas komplett Normales.“

Glücksspiel ist in Deutschland ein Big Business: Legal werden jedes Jahr rund 13,4 Milliarden Euro verzockt, zusammen mit dem illegalen Spiel werden es vermutlich 25 Milliarden Euro. Der Markt für die Sportwetten ist heute fast doppelt so groß wie noch vor zehn Jahren.

Die Konsequenzen: Rund 1,3 Millionen Menschen im Land sind pathologisch spielsüchtig – und weitere drei Millionen gefährdet. Jede dritte Person, die an Automaten spielt, hat ein Suchtproblem. Bei Live-Sportwetten ist es ähnlich. Hinter diesen Zahlen gibt es Millionen trauriger Schicksale: Menschen, die alles verlieren – Geld, Zuhause, Familie und Beruf. Einige sogar ihr Leben durch Suizid.

Deshalb können wir mit der aktuellen Regulierung nicht zufrieden sein. Die „Kollateralschäden“ sind zu groß. Wir müssen erfolgreicher bei der Bekämpfung des illegalen Spiels werden – denn illegales Spiel ist immer Spielen ohne Schutz.

Auch müssen wir präventiv aktiver werden, vor allem bei der Sportwettwerbung. Wir müssen beenden, dass man Fußball nur mit permanenter Wettwerbung sehen kann: vor dem Champions-League-Spiel im Fernsehen, während des Spiels auf der Stadionbande, im Internet.

Dass Menschen wegen der Werbung fürs Glücksspiel lieber legal spielen, ist überhaupt nicht bewiesen. Klar ist aber, dass Werbung eine Motivation zum Glücksspielen ist – und dass sie Glücksspiel als etwas komplett Normales zeigt.

Klar ist auch, dass Werbung vor allem bei denen wirkt, die besonderen Schutz brauchen: Kinder, Jugendliche und Menschen, die schon ein Suchtproblem haben. Ich hoffe sehr, dass die Bundesländer durch eine Änderung des Glücksspielstaatsvertrags die Werbung wenigstens aus der TV-Primetime verbannen werden.



Burkhard Blienert ist Beauftragter der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen.

verzocken

- bei Spielen um Geld verlieren

vermutlich

- wahrscheinlich

die Sportwette, -n

- ≈ Zahlung für eine Prognose, wer bei einem sportlichen Kampf gewinnt

spielsüchtig

- hier: so, dass man nicht aufhören kann, Glücksspiele um Geld zu spielen

gefährdet

- hier: in Gefahr, spielsüchtig zu werden

das Schicksal, -e

- Ereignisse im Leben eines Menschen, an denen er nichts ändern kann; hier: schlimme Situation, in die das Leben geführt hat

der Kollateralschaden, -ä

- hier: ≈ Schaden, der durch eine Aktion/Regelung auch entsteht und der nicht gewollt ist, aber den man akzeptiert

die Bekämpfung

- von: bekämpfen = hier: durch verschiedene Aktionen oder neue Regelungen zu erreichen versuchen, dass es etwas nicht mehr gibt

die Stadionbande, -n

- hier: fester, äußerer Teil an der Grenze des Platzes, wo ein sportliches Spiel stattfindet, z. B. beim Eishockey oder Fußball

der Glücksspielstaatsvertrag, -ä-e

- Vertrag zwischen allen deutschen Bundesländern für gleiche Bedingungen bei der Veranstaltung von Glücksspielen

verbannen aus

- hier: ≈ wegbringen und nicht erlauben, dass sie dort wieder einen Platz bekommen

der/die Beauftragte, -n

- Person mit einem offiziellen Auftrag

Nein „Faires und sicheres Glücksspiel bringt für alle Vorteile.“

Es ist paradox, aber eine strengere Regulierung des Glücksspiels macht den Schwarzmarkt stärker. Die Bundesländer bemühen sich, Spielerinnen und Spieler in den legalen Markt zu lenken. Eine neue Studie zeigt jedoch, dass trotzdem viel im illegalen Markt passiert. Wie der Wirtschaftswissenschaftler Gunther Schnabl von der Universität Leipzig kürzlich herausfand, spielen die Deutschen die Hälfte der Zeit online im illegalen Bereich.

Dieses Wissen bringt nicht nur Fragen zur Effektivität der aktuell geltenden Glücksspielregelung aus dem Jahr 2021. Es macht vor allem auch die Herausforderungen deutlich, vor denen legale Glücksspielanbieter stehen.

So waren zum Beispiel Sportwettenanbieter nach der Regulierung gezwungen, ihr Wettangebot extrem zu reduzieren. Die daraus entstandene Lücke nutzt der Schwarzmarkt für sich.

Wenn die legalen Anbieter Umsatz verlieren, hat das auch auf die Finanzen des deutschen Staats einen Effekt: Seit der Regulierung 2021 nehmen die Steuereinnahmen durch das Online-Glücksspiel ab. Außerdem fehlen im illegalen Bereich Maßnahmen zum Schutz von Jugendlichen und Spielenden.

Deshalb sollte Deutschland ein Interesse daran haben, legale Anbieter zu unterstützen – und nicht durch noch mehr und stärkere Regulierungen zu limitieren. Faires, sicheres und transparentes Glücksspiel bringt für alle Vorteile.

Nur eine Zusammenarbeit zwischen Behörden und Glücksspielanbietern kann verhindern, dass der illegale Markt größer wird. Sie ist die Basis für ein attraktives legales Glücksspielerlebnis. Gleichzeitig sollten die Resultate der Regulierung immer wieder geprüft und evaluiert werden.



Luise Evers ist Pressesprecherin des Deutschen Sportwettenverbands.

lenken

- führen; leiten

die Studie, -n

- wissenschaftliche Untersuchung

herausfinden

- entdecken

die Herausforderung, -en

- hier: schwierige Aufgabe

stehen vor

- hier: sich intensiv beschäftigen müssen mit

gezwungen sein

- müssen

die Lücke, -n

- hier: ≈ Bereich, in dem es kein legales Angebot mehr gibt

der Umsatz, -ä-e

- hier: Summe aller bezahlten Sportwetten in einer bestimmten Zeit

die Steuereinnahme, -n

- Geld, das der Staat durch Steuern bekommt

die Maßnahme, -n

- Aktion, um ein spezielles Ziel zu erreichen

die Pressesprecherin, -nen

- Angestellte einer Firma, die Informationen an die Medien gibt

der Sportwettenverband, -ä-e

- ≈ Organisation, die sich um die Interessen der Sportwettenanbieter kümmert

**Wer will denn
JETZT da rein?**



Im Winter ins Wasser, das ist gar nicht so einfach. Aber man sagt, dass es gut ist für die Gesundheit – und danach auch für das Gefühl. Stimmt das? Unsere Autorin hat es probiert.

Von Nicole Graner **SCHWER**

Draußen ist es minus ein Grad Celsius, gefühlt sind es minus drei. Sagt die Wetter-App. Das Wasser des Schwabinger Bachs im Englischen Garten in München hat 3,8 Grad. Sagt Irina Hey, als wir uns treffen. Vor sechs Jahren hat die 41-Jährige mit einem Bekannten die Community Munich Hot Springs gegründet. Diese Gruppe geht nicht heiß baden, wie man wegen des Namens vielleicht vermuten könnte. Sie geht Eisbaden.

An diesem Samstagmittag gehe ich mit. Ich will ausprobieren, was es mit mir macht, wenn ich mitten im Winter in den eisigen Bach steige. Welche Signale mein Körper sendet, ob es wirklich so gut tut, wie Eisbadende mit Euphorie sagen. Aber zuerst ins Wasser kommen! 3,8 Grad. Verdammt kalt.

Treffpunkt ist an einem Seitenarm des Schwabinger Bachs, der kaum Strömung hat. 15 Eisbadende sind schon da. Noch tragen sie dicke Mäntel.

Eine ruhige Atmung ist sehr wichtig. Sie gibt dem Körper das Signal, dass alles gut ist. So macht ihm die Kälte weniger Probleme.

Auch ich bin dick angezogen und will meinen Mantel, meine Unterweste, Fleece und Skiunterwäsche am liebsten gar nicht ausziehen.

Die Mitbadenden begrüßen mich herzlich. „Gehst zum ersten Mal ins Wasser?“ Es ist nicht das erste Mal, aber es ist schon lange her. „Super, dass du das machst!“ Na ja, noch bin ich nicht drin. „Ist nicht schlimm!“ Na, dann!

Ich habe in meinem Rucksack einen Bademantel, Schwimmschuhe, ein großes Handtuch, eine Wärmflasche, eine Matte zum Draufstehen fürs An- und Ausziehen, dicke Handschuhe, heißen Tee und eine Mütze.

Kurzatmigkeit vermeiden, die eine natürliche Reaktion auf die Kälte ist: Ich erinnere mich noch gut an die Worte des Münchener Kardiologen Ferdinand Kübler vor meinem Selbstversuch. „Die Atmung ist sehr wichtig.“ Ruhig ein- und ausatmen beruhigt das parasympathische Nervensystem, sagt Kübler. Man verträgt die Kälte dann deutlich besser.

Denn Eisbaden bedeutet erst einmal Stress für den Körper. Hey spricht von einem „Schock“. „Weil es so kalt ist“, sagt sie, „ziehen sich die Blutgefäße

Schwabinger

- im / aus dem Münchener Stadtteil Schwabing

der Englische Garten

- großer Park in München

das Eisbaden

- Baden in extrem kaltem Wasser

eisig

- extrem kalt; sehr kalt

verdammt

- hier:  wirklich; sehr


der Seitenarm, -e

- kleiner Fluss/Bach, der von einem größeren Fluss/Bach weggeht

die Strömung, -en

- Bewegung, mit der Wasser fließt

dick angezogen sein

-  viel (warme) Kleidung tragen

die Unterweste, -n

- Jacke ohne Ärmel, die man unter einer anderen Jacke trägt

der/die Mitbadende, -n

- Person, die auch badet

lange her sein

- vor langer Zeit gewesen sein

der Bademantel, -ä-

- Mantel aus weichem Stoff zum Trockenwerden nach dem Baden

die Wärmflasche, -n

- ≈ Tasche aus dickem, elastischen Material, in die man heißes Wasser füllt

die Matte, -n

- ≈ Teppich für den Sport oder das Camping

die Kurzatmigkeit

- Zustand, dass man sehr schnell und nur kurz atmet

vermeiden

- hier: alles tun, damit ... nicht passiert; nicht entstehen lassen

der Selbstversuch, -e

- Experiment an einem selbst

einatmen

- Luft holen

ausatmen

- Luft abgeben

vertragen

- hier: zurechtkommen mit; keine Probleme bekommen wegen

deutlich

- hier: viel

sprechen von

- hier: zu etwas ... sagen

sich zusammenziehen

- enger, kleiner oder kürzer werden

das Blutgefäß, -e

- ≈ Arterie; Vene

zusammen.“ Stresshormone wie Adrenalin werden produziert. Und der Körper will vor allem die wichtigen Organe wie Herz und Lunge schützen. Er beginnt, das Blut von Armen und Beinen in die Körpermitte zu leiten.

Ein paar Eisbadende machen Aufwärm- und Atemübungen. Alle haben ihre Sachen für später bereitgelegt. Damit man sich schnell wieder anziehen kann. Dann stehe ich im Badeanzug da, setze meine Mütze auf. „Ich wäre soweit. Los, komm!“, sagt Hey. Aus dieser Nummer komme ich jetzt nicht mehr raus. Außerdem sind schon Eisbadende im Wasser. Lachen und unterhalten sich.

Ob mir das kalte Duschen morgens geholfen hat? Man kann sich noch mehr vorbereiten. Zum Beispiel in eine kalte Badewanne mit Eiswürfeln steigen. Habe ich nicht gemacht. Doch schon sitze ich am Ufer, atme ein und aus. Ich will nicht zögern, will langsam, aber ganz bewusst ins Wasser gehen. „Das alles ist auch eine Kopfsache“, an diesen Satz des Kardiologen denke ich.

Ich bin drin. In 3,8 Grad. Hey lacht mich an. Es gibt eine Regel, die sagt: Wassertemperatur ist gleich Zeit in Minuten. 3,8 Grad, also 3,8 oder rund vier Minuten soll ich für den positiven Effekt des Eisbadens im Wasser bleiben. Die ersten zwei Minuten sind die schlimmsten, sagt ein Mitbadender.

Wie Nadelstiche auf der Haut fühlt sich das kalte Wasser an, sagt Hey. Aber so schlimm ist es nicht, ich kann gut atmen. Damit gebe ich meinem Körper das Signal, dass alles gut ist. Er akzeptiert die Situation. Ich spüre die Kälte kaum noch. Jetzt unterhalte auch ich mich. Am Ufer stehen Leute und staunen.

In Russland oder Skandinavien ist Eisbaden schon lange üblich. Heute ist es auch bei uns Trend. Der Boom begann mit Corona.

Ich schaffe fast sechs Minuten, andere noch länger. Draußen fühlt sich alles warm an, nur meine extrem durchblutete Haut gleicht einem großen Himbeereis. Ich zittere leicht. „Eine ganz natürliche Reaktion“, hat mir Kübler erklärt. Die schnelle Anspannung der Muskeln produziert Wärme. Jetzt schnell den Bademantel anziehen. Ich fühle mich wach, fit und auch stolz.

Als ich als Studentin im Winter in der Isar gebadet habe, hielten mich die Leute für verrückt. Eine ältere Frau wollte sogar die Polizei holen. Doch heute ist das, was zum Beispiel in Russland oder Skandinavien schon lange Volkssport ist, auch bei uns Trend. Angefangen hat Hey mit ein paar Sport-Kollegen. Dann kam Corona, und das Eisbaden boomte.

Heute sind es mehrere hundert Mitglieder in der Gruppe. Immer sonntags um elf Uhr trifft man sich am Schwabinger Bach. „Denn allein sollte man nie gehen“, sagt Hey. „Eisbaden strengt das Herz-Kreislaufsystem an“, erklärt Kardiologe Kübler. Herzrhythmusstörungen oder Kälteschock gehören zu den größten Gefahren. Deshalb sollten Menschen mit Bluthochdruck und anderen Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schwangere darauf verzichten.

„Aber dem Körper tut Eisbaden gut“, stellt Kübler fest. Es fördert eine bessere Durchblutung und macht das Herz-Kreislaufsystem stärker. „Der Körper kann bei regelmäßigen Wechselbädern einfach besser auf extreme Temperaturen reagieren“, sagt der Arzt.

Angezogen, die Wärmflasche unter dem Mantel, beschliesse ich: Ich werde wiederkommen. Ins Eiswasser gehen. Doch jetzt – alles andere wäre gelogen – freue ich mich auf eine Tasse heißen Tee.

leiten

– hier: transportieren

die Aufwärmübung, -en

– hier: Übung, um den Körper warm zu machen

bereitlegen

– zur Vorbereitung an einen speziellen Platz legen

soweit sein

– bereit sein

aus einer Nummer nicht mehr rauskommen

– hier: eine Sache jetzt auf jeden Fall machen müssen

der Eiswürfel, -

– Stück Eis in einer geometrischen Form mit sechs gleich großen Seiten

zögern

– hier: warten, bevor man aktiv wird

bewusst

– so, dass man sein Handeln gut überlegt und plant

Kopfsache sein

– eine Frage des richtigen/positiven Denkens sein

anlachen

– in die Richtung von ... lachen

der Nadelstich, -e

– hier: feines Gefühl wie der Kontakt mit einer Nadel

sich ... anfühlen

– auf eine spezielle Art zu fühlen sein

staunen

– überrascht sein

extrem durchblutet

– hier: mit starker Blutzirkulation

gleichen

– hier: aussehen wie

das Himbeereis

– Eis aus roten Beeren

zittern

– hier: ≈ vibrieren; schnelle unkontrollierte Bewegungen machen

die Anspannung

– Kontraktion

halten für

– meinen, dass jemand/etwas ... ist

der Volkssport

– Sport, den sehr viele Menschen in ihrer Freizeit machen

das Herz-Kreislaufsystem, -e

– System im Körper aus Herz und Gefäßen, in dem das Blut zirkuliert

die Herzrhythmusstörung, -en

– gesundheitliches Problem, bei dem der Herzrhythmus nicht normal ist

der Bluthochdruck

– Krankheit mit zu hohem Druck in den Blutgefäßen

die Erkrankung, -en

– Krankheit

verzichten auf

– hier: (freiwillig) nicht machen

fördern

– hier: unterstützen; helfen, dass ... kommt

das Wechselbad, -ä-er

– kurzes Bad in kaltem und warmem Wasser im Wechsel



Eine Übung zu diesem Text finden Sie auf Seite 37.



Christian Jammes
Heimat: Frankreich
Alter: 42
Beruf: Ingenieur
Start: September 2021
Hobbys: Schwimmen, Laufen, Rennradfahren, Triathlon

MEIN ERSTES JAHR

„Der erste Winter war schwer“

In Deutschland leben? Den Plan hatten der Franzose Christian Jammes und seine Familie selbst nicht. Aber nach dem ersten Winter in Ludwigsburg kam auch schon der erste Frühling.

LEICHT AUDIO



Ludwigsburg

Dort liegt es: Baden-Württemberg
Dort wohnen: 94 083 Menschen
Interessant ist: Speziell eine Institution macht den Ort zu einem wichtigen Kreativstandort: die Filmakademie. Sie ist in mehreren Rankings eine der besten Filmhochschulen der Welt.

Mein Tipp

Die populärste Sehenswürdigkeit in Ludwigsburg ist das barocke Residenzschloss mit seinem wirklich schönen Gartenareal. Ich empfehle außerdem einen Besuch im großen Favoritpark. Es gibt dort viele Tiere und auch ein Schloss. Speziell für Familien ist der Park super, wenn man einen Ausflug machen möchte.

Sie wollen auch von Ihrem ersten Jahr in Deutschland, Österreich oder der Schweiz erzählen? Schreiben Sie uns eine kurze E-Mail (Name, Nationalität, Ort, seit wann im Land) an deutsch-perfekt@zeit-sprachen.de.

Angefangen hat es mit einem Schock. Bevor ich nach Deutschland gekommen bin, habe ich 16 Jahre lang in Barcelona gelebt. Aber dann hat meine Firma ihr Werk und das Ingenieurbüro dort geschlossen. Sie hat mir vorgeschlagen, an ihrem Standort in Deutschland zu arbeiten.

Ich bin in Frankreich geboren, meine Frau ist Spanierin. In ihrem Heimatland hatte ich mein Leben, Freunde und Familie. Meine Tochter war zu dieser Zeit sechs Jahre alt. Sie hatte große Angst davor, den Kindergarten zu wechseln. Zusammen haben wir alles analysiert und uns dann dafür entschieden, nach Deutschland zu gehen. Das hat bedeutet: eine neue Kultur entdecken – und eine neue Sprache lernen.

Wir sind nach Ludwigsburg gezogen, eine Stadt in der Nähe von Stuttgart. Die ersten Wochen dort waren nicht ideal. Ich habe mich gleich beim Tennisspielen an der Achillessehne verletzt und war drei Monate lang stark eingeschränkt.

Die Unterschiede zwischen Spanien und Deutschland sind groß. Zum Beispiel die ruhigen Sonntage! In Barcelona sind die Menschen dann total aktiv, und man kann einkaufen. In Deutschland sind maximal ein paar Restaurants und Cafés geöffnet. Heute weiß ich aber, dass man an den deutschen Sonntagen viele andere tolle Dinge machen kann, zum Beispiel Radfahren und Ausflüge mit der Familie.

Als ich vor rund 20 Jahren von Frankreich nach Spanien gezogen bin, waren es für mich auch große Unterschiede zwischen den Kulturen. Man muss sie akzeptieren. Nur der erste Winter in Deutschland war wirklich schwer. Das sind kalte und dunkle Monate. Aber dann ist der schöne Frühling gekommen.

Ich habe ein paar Deutschkurse gemacht. Das Lesen in der Sprache hilft mir sehr. Außerdem sehe ich gern Filme und Serien auf Deutsch und höre im Auto Podcasts. In meiner internationalen Firma kann ich Englisch sprechen. Ich finde es aber trotzdem wichtig, Deutsch zu lernen. Meine Frau und meine Tochter sprechen es jetzt schon besser als ich.

In Ludwigsburg gefällt es uns sehr gut. Es ist ein idealer Ort für Familien, mit vielen Gärten und kulturellen Angeboten. *Aufgeschrieben von Eva Pfeiffer*

Rennrad fahren

• mit einem Sportrad fahren: Es hat dünne Reifen, und man kann damit sehr schnell fahren.

bevor

• ≈ in der Zeit vorher

das Werk, -e

• hier: ≈ Fabrik; Teil von einer Firma: Dort wird ein Produkt (teil) hergestellt.

schließen

• hier: für immer zumachen

der Standort, -e

• hier: Ort: Dort ist eine Firma.

sich dafür entschieden, zu ...

• Part. II von: sich dafür entscheiden, zu ... = wählen, zu ...

entdecken

• hier: kennenlernen

gezogen

• Part. II von: ziehen = hier: gehen; ≈ umziehen

die Achillessehne, -n

• Verbindung zwischen Fleisch und Skelett zwischen dem Fuß hinten und dem Bein

stark eingeschränkt sein

• hier: kaum laufen können; nicht viel machen können

das Angebot, -e

• hier: Option für Aktivitäten

Ludwigsburg

der Kreativstandort, -e

• hier: Ort für den Kultursektor: Dort gibt es viele Firmen und Schulen für kreative Berufe.

die Filmhochschule, -n

• ≈ Universität für Berufe im Film



Diesen Text hier kostenlos hören!

www.deutsch-perfekt.com/audio-gratis/2



WIE DEUTSCHLAND FUNKTIONIERT

Für gute Arbeitskonditionen

Höhere Löhne, kürzere Arbeitszeiten: Dafür können arbeitende Menschen in verschiedenen Gewerkschaften aktiv werden. Was tun diese Organisationen?

LEICHT

Claus Weselsky hat schon viele Namen bekommen. Für manche Medien ist er „Dämonen-Weselsky“. Andere im Land kennen ihn als einen modernen Robin Hood. Der Chef der Gewerkschaft Deutscher Lokomotivführer (GDL) hat kein Problem damit, als Person auch Inhalt von Kontroversen zu sein. Er hat auch keine Angst davor, mit seiner Gewerkschaft einen gigantischen Bahnstreik zu starten. Auch wenn er deshalb bei nicht wenigen Zugreisenden im ganzen Land ziemlich unpopulär wird. „Natürlich kann jeder seine Meinung haben“, hat Weselsky dazu in einem

Interview mit der Süddeutschen Zeitung gesagt. Denn er hat auch seine: „Die Bahn macht Probleme, nicht wir.“ Damit hat er die Tarifverhandlungen zwischen der GDL und der Deutschen Bahn gemeint.

Schon kurz nach dem Start im November hat die GDL diese Gespräche gestoppt und einen Streik gestartet. Die Begründung der Gewerkschaft: Mit der Bahn ist aktuell kein Kompromiss möglich. Die Antwort der Bahn: Die GDL ist „irrational“ und sucht „nur den Konflikt“.

Laute, manchmal auch böse Kritik von Parteien in Tarifverhandlungen gibt es immer wieder. Das Spezielle bei der GDL ist, dass die Eskalation mit ihr sehr

die Gewerkschaft Deutscher Lokomotivführer

• Organisation: Sie streitet für die Interessen von Fahrern von Zügen.

der Bahnstreik, -s

• organisierte Aktion von Arbeitern und Angestellten von der Bahn: Sie arbeiten ein paar Tage oder Wochen lang nicht.

die Tarifverhandlung, -en

• Gespräche zwischen Firma und Gewerkschaft zu einem Streit über Tarife

die Begründung, -en

• hier: Erklärung mit Argumenten

suchen

• hier: wollen

schnell passieren kann. Der Vorläufer der ältesten deutschen Gewerkschaft ist der im Jahr 1867 gestartete Verein Deutscher Lokomotivführer. Mit heute rund 40 000 Mitgliedern vertritt die GDL die Angestellten der Deutschen Bahn. Die können alternativ in der Eisenbahn- und Verkehrsgewerkschaft Mitglied werden.

So wie diese beiden gibt es viele andere Organisationen von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern. Die größte ist der Deutsche Gewerkschaftsbund, ein Verband von acht Gewerkschaften. Die bekanntesten sind die IG Metall und die Vereinigte Dienstleistungsgewerkschaft (ver.di). Es gibt außerdem viele kleine Gewerkschaften für verschiedene Berufsgruppen, zum Beispiel für Feuerwehrleute und Pilotinnen. Auch professionelle Fußballspieler und Youtuberinnen haben eigene Gewerkschaften.

2022 hatte der Deutsche Gewerkschaftsbund 5,64 Millionen Mitglieder. 2012 waren es noch 6,15 Millionen. Die Zahlen zeigen einen Trend: Die Organisationen verlieren Mitglieder – auch wenn eine Mitgliedschaft Vorteile hat.

Mitglied werden können alle Arbeitnehmenden in Deutschland. Auch für Arbeitslose ist das möglich. Nur eine Kondition ist elementar: Es muss eine Verbindung zwischen dem Beruf und der Gewerkschaft geben. Die Mitgliedschaft kostet oft einen Prozent des Bruttolohns pro Monat. Für Arbeitslose oder auch Studierende ist sie günstiger. Den Betrag kann man von der Steuer absetzen.

Traditionell verhandeln die Vertreter von Gewerkschaften für ihre Mitglieder mit Arbeitgeberinnen – über Löhne und Gehälter, Arbeitszeiten und Arbeitsbedingungen. Um ihre Forderungen zu realisieren, können sie Streiks starten.

Wenn die Verhandlungen ohne Erfolg und Resultat bleiben, ist eine Schlichtung möglich. Dann sucht eine externe Person zusammen mit den Tarifparteien einen Kompromiss. Wenn diese Schlichtung

auch nicht funktioniert, ist ein unbefristeter Streik die letzte Option der Gewerkschaft. Dazu muss es in der Organisation zuerst ein Votum geben. Mindestens 75 Prozent ihrer Mitglieder müssen für diesen Streik ihr Ja geben.

Denn auch für Gewerkschaftsmitglieder hat ein Streik Konsequenzen: Arbeitgeber müssen für diese Zeit keinen Lohn zahlen. Deshalb haben Gewerkschaften Streikkassen. Manche Organisationen haben außerdem Solidaritätsfonds für Mitglieder in finanzieller Not.

Die Gewerkschaften bieten aber noch mehr, wie Claudia May erzählt. Die Münchener Redakteurin ist seit mehr als 20 Jahren im Deutschen Journalisten-Verband, zuerst als Studentin in Hamburg, später im bayerischen Landesverband.

„Mitglieder bekommen bei Konflikten mit dem Arbeitgeber juristische Beratung und Unterstützung“, sagt May. „Außerdem berichtet die Mitgliederzeitschrift journalist darüber, was aktuell in der Medienbranche passiert.“

May findet es auch gut, dass man in der Gewerkschaft andere Journalistinnen kennenlernen kann.

Aber am wichtigsten für die Redakteurin ist die Idee der Solidarität – zusammen für gute Arbeitsbedingungen und Arbeitnehmerrechte aktiv zu sein.

Damit haben Gewerkschaften in ihrer Historie viel erreicht. Zum Beispiel, dass Angestellte bei Krankheit oder im Urlaub für mehrere Wochen pro Jahr weiter ihren kompletten Lohn bekommen.

Einer dieser Erfolge ist auch die Fünftageweche. Noch in den 50er-Jahren war es in Deutschland normal, in der Woche 48 Stunden zu arbeiten, verteilt auf sechs Tage. Mit der Kampagne „Samstags gehört Vati mir“ haben die Gewerkschaften für eine kürzere Wochenarbeitszeit und die Fünftageweche gekämpft.

Und heute? Da diskutiert das Land über eine Viertageweche. Wie sich die Zeiten ändern.

Eva Pfeiffer

In den 50er-Jahren war es in Deutschland normal, sechs Tage pro Woche zu arbeiten.

der Vorläufer, -

– hier: erste, frühe Form von der Gewerkschaft

das Mitglied, -er

– hier: Person: Sie ist bei einer Gruppe angemeldet.

vertreten

– hier: für die Interessen von ... sprechen/streiten

die Eisenbahn, -en

– ≈ Bahn

die Arbeitnehmerin, -nen

– Frau: Sie arbeitet mit Arbeitsvertrag für eine Firma.

der Verband, -ä-e

– hier: Union

die IG Metall

– kurz für: Industriegewerkschaft Metall = Gewerkschaft mit Mitgliedern aus der Metallindustrie, aber z. B. auch der Automobilwirtschaft

die Vereinigte Dienstleistungsgewerkschaft

– Gewerkschaft für Berufsgruppen: Sie stellen keine Produkte her. Sie tun etwas für andere (z. B. Verkäufer, Fotograf).

die Mitgliedschaft, -en

– Status: Man ist Mitglied.

der Vorteil, -e

– positiver Effekt

der Bruttolohn, -ö-e

– ↔ Nettolohn

absetzen von

– etwas von ... wegnehmen: Die Steuersumme wird so kleiner.

das Gehalt, -ä-er

– Geld: Angestellte bekommen es jeden Monat für ihre Arbeit.

die Arbeitsbedingung, -en

– ≈ Arbeitskondition

die Forderung, -en

– von: fordern = hier: sagen: Wir wollen ...

der Erfolg, -e

– positives Resultat

die Schlichtung, -en

– ≈ Lösen von einem Streit, z. B. mithilfe von einem Kompromiss

die Tarifpartei, -en

– eine von zwei Seiten in einer Tarifverhandlung

die Streikkasse, -n

– gesammeltes Geld: Damit kompensiert die Gewerkschaft Sanktionen für die Teilnehmer von einem Streit.

bieten

– hier: ≈ haben

die Redakteurin, -nen (franz.)

– Journalistin bei einer Zeitschrift

der Verband, -ä-e

– hier: Organisation

der Landesverband, -ä-e

– Organisation von einem Teil von einer föderalistischen Republik

die Unterstützung, -en

– ≈ Hilfe

berichten

– hier: schreiben

das Arbeitnehmerrecht, -e

– Garantie: Das dürfen Arbeitnehmer, z. B. Urlaub machen.

verteilen auf ... Tage

– hier: in fast gleicher Menge an ... verschiedenen Tagen sein

der Vati, -s

– Vater

kämpfen für

– hier: in einem Konflikt für etwas streiten

sich ändern

– anders werden

Deutsch

für den Arztbesuch



Der Kopf tut weh, der Rücken schmerzt: Wie beschreibt man diese Probleme einer Ärztin oder einem Arzt? Und was hilft bei der Kommunikation, wenn man erst angefangen hat, Deutsch zu lernen? Von Eva Pfeiffer **MITTEL ÜBUNGSHEFT**

Bei seinem ersten Arztbesuch in Deutschland hatte Ehsan Moradi Glück: Der Arzt war aus Afghanistan und sprach Persisch. So konnte sich der junge Iraner ohne Probleme mit dem Mediziner unterhalten. Inzwischen lebt Moradi seit rund sechs Jahren im Land. Heute spricht der 21-Jährige sehr gut Deutsch und macht in Bad Kreuznach bei Mainz eine Ausbildung zum Fachinformatiker. Aber am Anfang war die Kommunikation in der neuen Sprache für ihn nicht leicht. Zum Beispiel bei seinem ersten Besuch in einem Krankenhaus.

„Die Ärzte dort waren zum Glück sehr nett“, erzählt Moradi. „Sie haben extra langsam geredet. Und sie haben versucht,

mit Mimik und Gesten zu kommunizieren, also zum Beispiel auf den Bauch gezeigt. So hat das Gespräch geklappt.“

Gute Kommunikation ist in so einer Situation besonders wichtig. Denn bei der Anamnese ist es elementar, dass Ärztinnen die Patienten richtig verstehen. Nur so ist eine passende Behandlung möglich. Also fragen die Medizinerinnen nach den Symptomen und der Art der Schmerzen. Sind sie stechend, pochend oder ziehend?

Details wie diese zu beschreiben, kann für Deutschlernende ziemlich schwierig sein. Was hilft ihnen bei der Kommunikation mit dem Arzt? Zum Beispiel können sie eine Person mitbringen, die im Gespräch mit der Medizinerin übersetzt. Diese Aufgabe hat Moradi für seine

Familie übernommen. Wenn seine Eltern oder sein kleiner Bruder zum Arzt müssen, kommt er als Übersetzer mit.

Es gibt auch noch andere Möglichkeiten als diese. So bieten manche Praxen eine Behandlung in verschiedenen Sprachen an. Wenn man für einen planbaren Termin eine Ärztin sucht, kann man auf diesen Aspekt achten. Die Information steht meistens auf der Website der Praxis.

Auf geplante Termine kann man sich außerdem vorbereiten.

Moradi erzählt: „Ich mache das manchmal wie vor einer Präsentation: Wichtige Wörter schaue ich vorher nach und lerne sie auf Deutsch. Man kann sich auch zu Hause Notizen machen und sie dann zu dem Termin mitbringen.“

Und noch ein Tipp:

Für die Anamnese ist es eine wichtige Information, ob der Patient schon Medikamente nimmt – und wenn ja, welche. Die Namen kann man vorher aufschreiben oder einfach die Verpackungen mit zur Ärztin nehmen.

Natürlich hat man aber nicht immer den Komfort, einen Arztbesuch planen zu können. Bei Routine-Untersuchungen wie einer Kontrolle bei der Zahnärztin ist das möglich. Und auf Termine bei Fachärzten wie Dermatologinnen, Kardiologen oder Orthopädinnen muss man meistens ohnehin eine Weile warten.

Ganz anders ist es aber bei medizinischen Notfällen. Dann muss man sofort einen Notruf tätigen – also die Nummer 112 wählen. Beispiele für einen Notfall

der Mediziner, -

- Arzt

der Fachinformatiker, -

- offizieller Ausbildungsberuf im Sektor Informatik und IT

extra

- hier: mit Absicht

kommunizieren

- hier: ≈ sprechen und verstehen

die Behandlung, -en

- hier: ärztliche Therapie

stechend

- so, dass ein Schmerz stark und in kurzen Intervallen kommt

pochend

- so, dass ein Schmerz in kurzen Intervallen kommt und ähnlich wie der Puls zu fühlen ist

ziehend

- so, dass ein Schmerz zu fühlen ist, wie wenn jemand an etwas zieht

übernehmen

- hier: machen

So ...

- hier: Zum Beispiel ...

planbar

- so, dass man etwas planen kann

nachschauen

- hier: in einem Wörterbuch suchen

einfach

- hier: ☺ Das ist die Lösung.

der Facharzt, -ä-e

- Arzt mit Spezialisierung

ohnehin

- hier: ≈ auf jeden Fall

eine Weile

- längere Zeit

tätigen

- ≈ machen

Bei einem geplanten Arzttermin kann man vorher die wichtigsten Wörter lernen.

sind der Verdacht auf einen Schlaganfall oder ein schwerer Unfall. Der Notruf funktioniert ohne Vorwahl, ist kostenlos und gilt auch in Österreich, der Schweiz und vielen anderen Ländern.

Wer abends oder am Wochenende krank wird, ruft den ärztlichen Bereitschaftsdienst unter der Nummer 116 117 an. Dort bekommt man die Information, welcher Arzt in der Nähe Bereitschaftsdienst hat – also aktuell behandeln kann. Achtung: Die 116 117 ist keine Nummer für Notfälle! Zum Bereitschaftsdienst geht man nur mit Krankheiten, um die sich normalerweise die Hausärztin oder ein Facharzt kümmert.

Die Notaufnahmen und Notfallambulanzen im Krankenhaus sind 24 Stunden geöffnet. Dort kümmern sich Ärztinnen um akute Notfälle. Die Patienten der Notaufnahme werden nach Dringlichkeit behandelt. Das heißt, Menschen mit lebensbedrohlichen Krankheiten (zum Beispiel einem Schlaganfall) werden sofort behandelt. Das kann für Patientinnen mit weniger schweren Krankheiten (zum Beispiel einer Platzwunde) bedeuten, dass sie sehr lange warten müssen.

Mit Krankheiten, um die sich normalerweise der Hausarzt kümmert, geht man nicht in die Notaufnahme.

Ein akuter Notfall ist auch für Muttersprachlerinnen eine schwierige und anstrengende Situation. Was können Deutschlernende tun, damit auch dann die Kommunikation mit den Ärzten klappt? „Am besten gleich sagen, dass man nicht so gut Deutsch spricht“, antwortet Moradi. „Und zum Beispiel Apps wie den Google Übersetzer benutzen.“

Sprachtools auf dem Smartphone sieht auch die Berliner Kinderärztin Lissanne Knop als eine potenzielle Hilfe für Deutschlernende. Noch mehr empfiehlt sie, ins Krankenhaus eine Person zum Übersetzen mitzubringen – wenn das möglich ist. Knop ist aber der Meinung,

dass es nicht nur die Aufgabe der Patientinnen ist, hier Lösungen zu finden.

„Ich habe im Klinikalltag immer wieder erlebt, dass mit Patienten keine richtige Kommunikation möglich war, weil sie kaum oder gar kein Deutsch sprachen“, erzählt die 36-Jährige. „In der Not benutzt man dann manchmal Pantomime. Das ist aber weder für das Vertrauen zwischen Ärztin und Patient positiv noch für die Sicherheit der Patientinnen.“

In den USA erfuhr Knop, dass es dort in Krankenhäusern Dolmetschhotlines gibt. Zusammen mit ihrem Kollegen Korbilian Fischer startete sie so einen Service 2017 in Deutschland: das Triaphon.

Bei der gemeinnützigen Telefonhotline arbeiten heute circa 130 Übersetzende für aktuell zehn Sprachen; bald

werden es elf sein. Sie bekommen vorher eine spezielle Ausbildung für medizinische Fachsprache.

Nicht die Patienten rufen bei Triaphon an, sondern die Ärztinnen. Dazu muss das Krankenhaus einen Vertrag mit der Hotline haben und dafür bezahlen. Die Nummer ist zu jeder

Uhrzeit erreichbar.

„Triaphon ist vor allem für Notfälle und für die Basiskommunikation, also zum Beispiel in der Notaufnahme“, erklärt Knop. „Der Arzt ruft die Nummer an, nennt die Sprache und kann das Telefongespräch dann laut stellen.“

Knop hat selbst schon Situationen erlebt, in denen dieser Anruf extrem wichtig war. Sie erzählt: „Für die geplante Behandlung eines Säuglings war eine Sedierung nötig. Deshalb musste das Kind nüchtern sein. Seine Mutter sprach nur Vietnamesisch. Das Pflegepersonal sagte mir, dass sie die Information bekommen hat. Ich wollte aber Sicherheit haben und rief Triaphon an. Und so wurde klar, dass die Mutter das Kind kurz vor dem Termin gestillt hat. Das machte das Risiko für die Behandlung zu groß. Wir haben sie um ein paar Stunden verschoben.“

der Verdacht auf

► hier: Vermutung, dass etwas die schlimme Krankheit ... sein könnte

der Schlaganfall, -ä-e

► ≈ Problem: Es kommt nicht mehr genug Blut in den Kopf. Dann kann man z. B. nicht mehr gut laufen oder sprechen.

die Vorwahl, -en

► Zahlen für eine Stadt oder ein Land bei der Telefonnummer (z. B. 0049 für Deutschland oder 030 für Berlin)

gelten

► hier: ≈ funktionieren

der ärztliche Bereitschaftsdienst

► hier: zentrales Telefonbüro für Arztbesuche zu Hause, die kein Notfall sind, und für Praxen, die nachts, an Wochenenden und Feiertagen geöffnet haben

unter

► hier: ≈ mit

Bereitschaftsdienst haben

► hier: (auf Basis eines regionalen Plans) nachts, an Wochenenden und Feiertagen geöffnet haben

die Hausärztin, -nen

► Ärztin, zu der man bei allen Krankheiten zuerst geht

die Notaufnahme, -n

► Notfallstelle in einem Krankenhaus

die Notfallambulanz, -en

► Abteilung für Notfälle in einem Krankenhaus

akut

► hier: dringend

nach

► hier: auf Basis von

die Dringlichkeit, -en

► Zustand, wie dringend etwas ist

lebensbedrohlich

► so, dass man dabei sterben kann

die Platzwunde, -n

► offene, blutende Wunde, weil die Haut plötzlich kaputtgegangen ist, z. B. bei einem Unfall

die Muttersprachlerin, -nen

► hier: Frau, deren Muttersprache Deutsch ist

der Meinung sein, dass ...

► meinen, dass ...

erleben

► hier: ≈ als Erfahrung machen

richtig

► hier: gut; effektiv

erfahren

► hier: eine Information bekommen

die Dolmetschhotline, -s

► Hotline, bei der Personen arbeiten, die Gespräche in eine andere Sprache übersetzen

gemeinnützig

► ≈ sozial; so, dass es Menschen hilft

die Fachsprache, -n

► Wörter aus einem speziellen Sektor, z. B. Medizin

erreichbar

► hier: so, dass man jemanden anrufen kann

laut stellen

► den Lautsprecher aktivieren

der Säugling, -e

► Baby, das noch mit Muttermilch und/oder der Flasche ernährt wird

nüchtern

► hier: leer; so, dass man (nach dem Schlafen) noch nichts gegessen oder getrunken hat

das Pflegepersonal

► alle Personen, die sich beruflich um Alte und Kranke kümmern

stillen

► Muttermilch geben

Auch die Krankenhäuser können für eine einfachere Kommunikation aktiv werden.

Aktuell arbeiten rund 120 medizinische Institutionen in Deutschland mit Tria-phon. In Österreich sind es drei. Seit dem Start 2017 gab es bei der Hotline circa 60 000 Anrufe. Besonders viele kommen aus den Bereichen der Kinderheilkunde und Gynäkologie, wie Knop berichtet.

Inzwischen gibt es mehr Angebote und Tools, um die Kommunikation im medizinischen Bereich bei Sprachbarrieren leichter zu machen. „Die Sensibilität für schwierige Gesprächssituationen wird größer“, sagt Knop. „Die aktuelle Regierung hat in ihrem Koalitionsvertrag vereinbart, Sprachmittlung in das Gesundheitssystem zu integrieren. Das muss sie aber erst noch tatsächlich umsetzen. Grundsätzlich muss in Deutschland in diesem Kontext deutlich mehr passieren.“

Sprachmittlung im Krankenhaus hat auch der Iraner Ehsan Moradi schon

erlebt. Als er seine Mutter begleitete, rief das Klinikpersonal einmal einen Übersetzer für Persisch an. „Diese Möglichkeit fand ich gut“, sagt Moradi. Optionen wie diese sind erst ein Anfang, aber langsam ändert sich etwas im Gesundheitssystem.

Über eine einfachere Kommunikation mit Ärztinnen freuen sich übrigens nicht nur Deutschlernende. Auch Muttersprachler finden es oft schwierig, medizinische Fachwörter in Arztgesprächen und medizinischen Dokumenten zu verstehen. Aber auch hier gibt es ein Angebot: Seit 2012 hilft das gemeinnützige Internetportal Befunddolmetscher beim Verstehen medizinischer Fachsprache.

Dort gibt man die Wörter und den Kontext ein und bekommt eine Erklärung. Sie ist von Ärztinnen, die für Patienten übersetzen – auch wenn die Muttersprache von beiden Deutsch ist.

der Bereich, -e

- hier: Sektor

die Kinderheilkunde

- Teil der Medizin zu Therapien und der Behandlung von Krankheiten bei Kindern

die Sensibilität

- hier: Gefühl; = Achtgeben

die Sprachmittlung, -en

- = Übersetzen und Zusammenfassen zwischen Sprachen, aber auch in derselben Sprache (z. B. für spezielle Personengruppen)

tatsächlich

- wirklich

umsetzen

- hier: realisieren

grundsätzlich

- hier: für die ganze Situation; an der Basis

deutlich

- hier: viel

begleiten

- hier: dabei sein; mitgehen

der Befund, -e

- Resultat von einer medizinischen Untersuchung

eingeben

- hier: am Computer schreiben





Die Untersuchung

So können Sie sagen, was Ihnen fehlt, also welche Beschwerden Sie haben:

- Ich habe Fieber/Husten/Halsweh/Schnupfen/Kopfweh/Kopfschmerzen.
- Meine Nase läuft. / Mir läuft die Nase.
- Meine Augen tränen.
- Beim Schlucken tut mir der Hals weh. / Ich habe Schluckbeschwerden.
- Ich habe Brechreiz/Durchfall/Sodbrennen.
- Mir ist übel/schlecht.
- Ich habe dumpfe/stechende/pochende Schmerzen.
- Die Wunde brennt.
- Meine Haut juckt. Ich habe einen komischen Ausschlag am Bauch.
- Die Wunde hat sich entzündet.
- Ich habe Krämpfe in den Beinen.
- Gestern bin ich hingefallen, seitdem tut mir die Schulter sehr weh.
- Ich habe Schmerzen beim Umdrehen/Aufstehen.
- Ich bin heute Morgen mit dem Fuß umgeknickt. Jetzt ist der Knöchel ganz dick/geschwollen.
- Sobald ich länger stehe/sitze/liege, sind die Schmerzen kaum mehr auszuhalten.
- In Ruhestellung merke ich nichts. / Wenn ich den Arm nicht bewege, habe ich keine Schmerzen.
- Ich bekomme kaum Luft beim Treppensteigen.
- Ich habe ein Stechen in der Brust.
- Ich möchte mich (gegen ...) impfen lassen.

Das hören Sie vielleicht vom Arzt oder von der Ärztin, wenn Sie untersucht werden:

- Haben Sie Schmerzen? Wo genau tut es Ihnen weh?
- Haben Sie sonst noch irgendwelche Beschwerden?
- Machen Sie sich bitte obenherum/untenherum frei.
- Ich werde Sie erst einmal abhören.
- Atmen Sie bitte tief ein. / Atmen Sie bitte tief aus.
- Halten Sie bitte kurz die Luft an.
- Husten Sie bitte mal.
- Jetzt werde ich Ihnen noch kurz in den Mund/Hals sehen. Strecken Sie bitte die Zunge weit heraus.
- Ich messe jetzt Ihren Blutdruck.
- Ich möchte jetzt Ihren Bauch/Rücken abtasten.
- Bitte beugen/strecken Sie den Arm.
- Davon möchte ich eine Röntgenaufnahme machen.
- Ich mache jetzt einen Ultraschall. Das hier ist das Gel. Vorsicht, das ist immer ein bisschen kalt.
- Das EKG macht mit Ihnen dann die medizinische Fachangestellte.
- Frau Pelzer nimmt Ihnen dann noch im Labor Blut ab. Wir sollten mal ein Blutbild machen und schauen, ob Ihre Blutwerte in Ordnung sind.
- Wir bräuchten dann noch eine Urinprobe von Ihnen. Hier ist der Becher.

die Beschwerden Pl.

- Probleme mit der Gesundheit

das Halsweh

- Halsschmerz(en)

laufen

- hier: ≈ Schnupfen kommen aus

tränen

- ≈ Wasser kommen aus

schlucken

- hier: essen; trinken

der Brechreiz

- plötzlichliches Gefühl, den Mageninhalt durch den Mund nach außen bringen zu müssen

der Durchfall

- ≈ schnell und dauernd extrem weiche Exkrememente; Diarrhö

das Sodbrennen

- ≈ Schmerzen, die vom Magen nach oben bis in den Mund zu fühlen sind

übel

- so, dass man ein unangenehmes Gefühl im Magen hat

dumpf

- hier: undeutlich; so, dass man nur schwer erkennt, an welcher Stelle sie sind

stechend

- so, dass ein Schmerz in kurzen Intervallen kommt

pochend

- so, dass ein Schmerz in kurzen Intervallen kommt und ähnlich wie der Puls zu fühlen ist

brennen

- hier: schmerzen; wehtun

jucken

- ein unangenehmes Gefühl machen, sodass man die Finger auf der Haut hin- und herbewegen möchte

der Ausschlag, -ä-e

- z. B. rote Stellen auf der Haut

sich entzünden

- ≈ durch eine Infektion rot und heiß werden

der Krampf, -ä-e

- ≈ plötzliche Bewegung im Körper in kurzen Intervallen; Spasmus

hinfallen

- auf den Boden fallen

seitdem

- hier: seit diesem Zeitpunkt

die Schulter, -n

- Körperteil zwischen Hals und Arm

umdrehen

- hier: sich von einer Seite auf die andere bewegen

umknicken

- mit dem Fuß so auf den Boden kommen, dass er stark zur Seite bewegt wird und wehtut

der Knöchel, -

- bewegliche Verbindung von Skelettteilen zwischen Bein und Fuß

geschwollen

- dick geworden

sobald

- in dem Moment, wenn ...

aushalten

- hier: Unangenehmes akzeptieren, wie es ist

die Ruhestellung

- Position, in der man einen Körperteil nicht bewegt

die Brust

- Oberkörper vorne

impfen

- ein Medikament geben, um den Körper vor einer Krankheit zu schützen

sich frei machen

- sich ausziehen

obenherum

- am Oberkörper

erst einmal

- hier: zuerst

abhören

- mit einem Stethoskop den Oberkörper vorne und hinten untersuchen

tief einatmen

- intensiv Luft holen

die Luft anhalten

- nicht mehr atmen; das Atmen stoppen

herausstrecken

- hier: zeigen

die Zunge, -n

- Organ im Mund für das Schmecken und Sprechen

messen

- ≈ genau prüfen

der Blutdruck

- ≈ Kraft des Blutes in den Arterien/Venen

abtasten

- mit den Händen untersuchen

beugen

- hier: die Hand nach oben bewegen

strecken

- lang machen

die Röntgenaufnahme, -n

- Foto, das bei einer radiologischen Untersuchung gemacht wird

der Ultraschall

- Untersuchung mit Sonografie

das EKG, -s

- kurz für: Elektrokardiogramm

die medizinische Fachangestellte, -n

- Angestellte in einer Arztpraxis mit spezieller Ausbildung

Blut abnehmen

- ≈ Blut aus der Armvene nehmen

sollten

- hier: es wäre gut, wenn ...

das Blutbild, -er

- Zusammenfassung der Ergebnisse aus der Analyse des Blutes

der Blutwert, -e

- Zahl als Ergebnis einer Blutuntersuchung

bräuchten

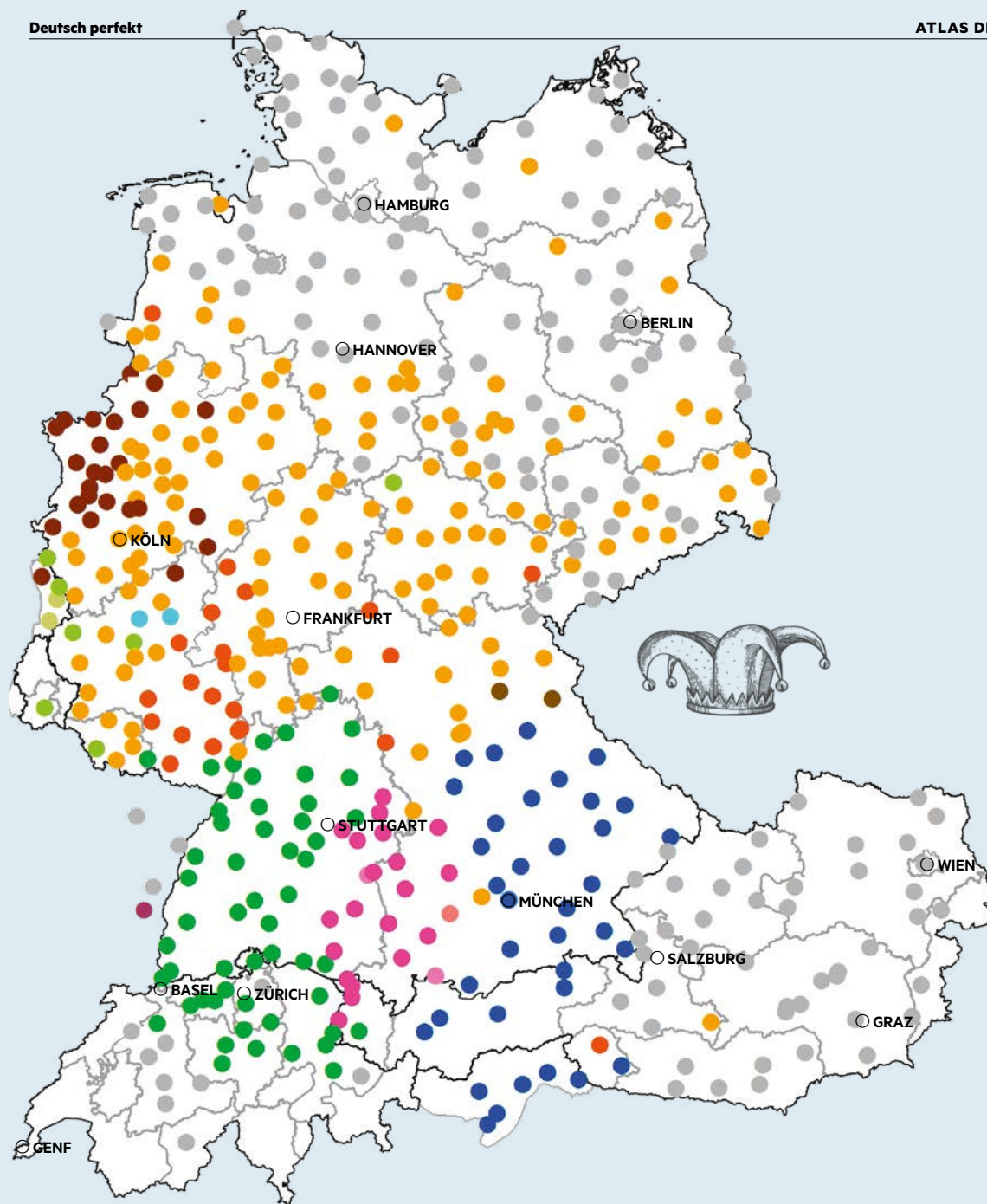
- Konj. II von: brauchen

die Urinprobe, -n

- ≈ kleine Menge Wasser aus dem Körper

der Becher, -

- hier: zylinderförmiger Gegenstand aus Plastik für Substanzen wie z. B. Wasser



LEICHT

- Altweiber (Pl.)
- Altweiberfasching
- Altweiberfastnacht
- Fetter Donnerstag
- Glumpiger Donnerstag
- Gumpiger Donnerstag
- Lumpiger Donnerstag
- Lümpafasnächt
- Möhndonnerstag
- Schmutziger Donnerstag
- Schwerdonnerstag
- Unsinniger Donnerstag
- Weiberdonnerstag
- Weiberfasching
- Weiberfastnacht
- feiert man nicht

der Rosenmontag, -e

→ von: rasender Montag
≈ verrückter Montag;
wichtigster Montag im
Karneval

der Straßenkarneval

→ ≈ große Karnevalsfeiern
mit vielen Menschen auf
den Straßen

die Macht

→ hier: ≈ Kontrolle;
Dominanz

die Pfalz

→ Region im Süden von
Rheinland-Pfalz

nördlich

→ im Norden

das Münsterland

→ Region in Nordrhein-
Westfalen

(das) Südtirol

→ Region im Norden von
Italien an der Grenze zu
Österreich

unüblich

→ ≈ nicht normal; nicht
bekannt; so, dass man es
nicht feiert

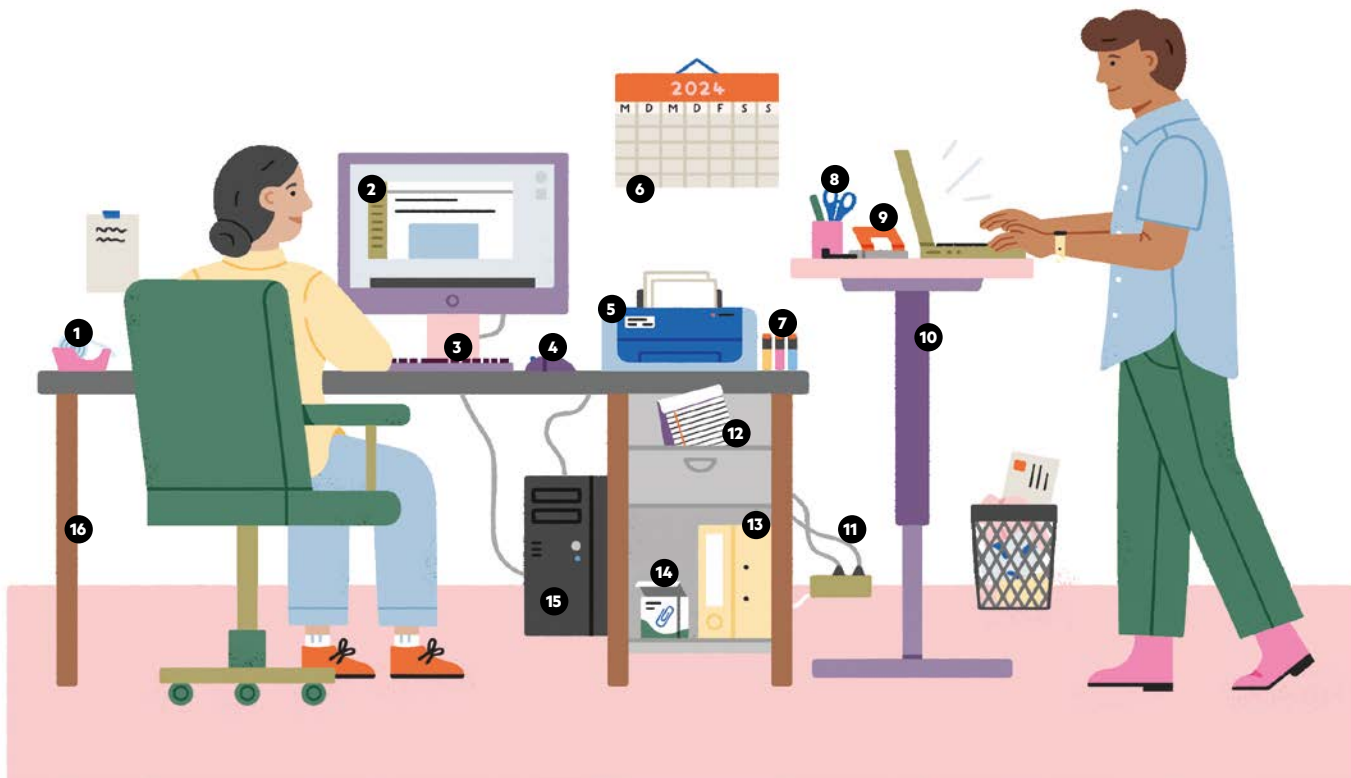
Wo spricht man wie? Der Donnerstag vor dem wichtigsten Karnevalstag

Auf den Rosenmontag am 12. Februar freuen sich Karnevalfans schon lang. Aber auch am Donnerstag davor feiern die Menschen. Denn dann beginnt der Straßenkarneval. Weiberfastnacht nennt man diesen Tag in der Mitte Deutschlands und in Teilen von Bayern. Traditionell bekommen dann nämlich alte Frauen symbolisch die Macht. Varianten sind Altweiberfastnacht in der Pfalz, Altweiberfasching in Nordbayern, Altweiber im nördlichen Rheinland und im Münsterland. In der Karnevalszeit isst man traditionell fette Speisen. Deshalb heißt der

Tag in westlichen deutschen Regionen auch Fetter Donnerstag. In Baden-Württemberg, der Schweiz und im österreichischen Vorarlberg gibt es den Schmutzigen Donnerstag. Andere Varianten sind Schwerdonnerstag in der Rhein-Mosel-Region, G(lumpiger oder Lumpiger Donnerstag in Süddeutschland und Unsinniger Donnerstag in Bayern, Tirol und Südtirol. Aber nicht überall ist der Tag relevant: Unüblich ist er in Nord- und Ostdeutschland, im größten Teil Österreichs, in Teilen der Schweiz und in den französischen Grenzregionen Elsass und Lothringen.

Im Büro

LEICHT ÜBUNGSHEFT AUDIO



- | | | | | | |
|--|------------------------------|------------------------------------|------------------------------|----------------------------------|---|
| 1. der <u>Tesafilm</u> , -e | 3. die <u>Tastatur</u> , -en | 6. der (Wand-) <u>Kalender</u> , - | 9. der <u>Löcher</u> , - | 12. der <u>Notizblock</u> , -ö-e | 15. der <u>Computer</u> , -
(auch: der <u>Rechner</u> , -) |
| 2. der <u>Monitor</u> , -e
(auch: der <u>Bildschirm</u> , -e) | 4. die <u>Maus</u> , -äu-e | 7. die <u>Druckerpatrone</u> , -n | 10. das <u>Stehpult</u> , -e | 13. der <u>Ordner</u> , - | 16. der <u>Schreibtisch</u> , -e |
| | 5. der <u>Drucker</u> , - | 8. die <u>Schere</u> , -n | 11. das <u>Kabel</u> , - | 14. die <u>Büroklammer</u> , -n | |

1. Ein neuer Job

LEICHT

Detlef hat einen neuen Job. Er erzählt seinen Freunden von seinem neuen Büro. Was passt? Setzen Sie ein!

Tastatur – Tesafilm – Büro – Monitor – Schreibtisch – Maus – Drucker

- Zum Start muss ich leider in einem kleinen _____ arbeiten – bis ein anderes für mich frei wird.
- Der _____, an dem ich sitze, ist auch klein.
- Deshalb ist auch kein Platz für einen _____. Der nächste steht im Nebenzimmer.
- Der _____ vom Computer ist leider auch schon total alt. Die Farben sind ganz komisch.
- Aber die _____ ist ganz neu. Darauf kann man echt schnell tippen.
- Heute ist das Kabel der _____ kaputtgegangen. Das habe ich dann einfach mit _____ geklebt, damit ich wenigstens arbeiten kann.

2. Briefe

MITTEL

Was passt? Markieren Sie!

- Am Vormittag **erzählt** / **diktirt** die Chefin der Sekretärin einen Brief.
- Diese **tippt** / **macht** den Brief danach schnell in den Computer.
- Dann **drückt** / **druckt** sie den Brief fünf Mal aus.
- Danach **schreibt** / **adressiert** sie fünf Briefumschläge.
- Sie **faltet** / **tut** die Briefe und **steckt** / **macht** sie in die Umschläge.
- Zum Schluss **legt** / **holt** sie die Briefe in die Postablage.


Lösungen:

- | | | | | | | | |
|-------------|-------------|-------------|------------|-----------|-------------------|-------------------|------------|
| 1. Büro | 3. Drucker | 6. Maus, | 1. diktirt | 2. tippt | 3. druckt | 5. faltet, steckt | 6. legt |
| 2. Schreib- | 4. Monitor | 7. Tesafilm | 2. tippt | 3. druckt | 5. faltet, steckt | 6. legt | 1. diktirt |
| 3. Drucker | 5. Tastatur | 8. Tesafilm | 3. druckt | 6. legt | 1. diktirt | 2. tippt | 3. druckt |

Übung macht den Meister

Das heißt: Durch viel Training wird man sehr gut in einer Sache. Diese Übungen zu verschiedenen Texten aus dem Heft machen Sie fit in Deutsch!


1. Alles verstanden?

Panorama
Seite 12 

In der Prüfung *Goethe-Zertifikat A2, Lesen, Teil 1*, sollen Sie die richtige Lösung A, B oder C wählen.

- Ulrich Wilken ist ...
 - der Bruder von Leonie.
 - Psychotherapeut.
 - Kunde von Myndpaar.
- Leonie Wilken ...
 - schreibt die Software für die App.
 - ist Psychologin.
 - hat Betriebswirtschaft studiert.
- Myndpaar ...
 - gibt es seit 2022.
 - wird von 5500 Menschen genutzt.
 - ist nicht nur für Paare.


2. Komparativ und Superlativ

Glück
Seite 14 - 21 

Was passt? Markieren Sie!

- Sport oder Natur? Was macht **glücklicher / glücklichsten**?
- In Schleswig-Holstein leben mehr glückliche Menschen **als / wie** in Mecklenburg-Vorpommern.
- In Hessen leben aber ungefähr so viele glückliche Menschen **als / wie** in Nordrhein-Westfalen.
- Viele fragen sich: Welche Glücksstrategie ist am **effektiver / effektivsten**?
- Manche sind nach einer Meditation **unzufrieden / unzufriedener** als vorher.

3. Luft

Wer will denn JETZT da rein?
Seite 24 - 26 

Was passt? Ergänzen Sie!

Kurzatmigkeit – *ausatmen* – *anhalten* – *Atmung* – *Atemübungen*

- Beim Eisbaden ist eine ruhige sehr wichtig.
- Man soll langsam ein- und .
- ist eine natürliche Reaktion auf Kälte.
- Viele machen vor dem Eisbad .
- Beim Eisbaden sollte man nicht die Luft .



Lösungen: _____

1. 1B 2C 3A

2. 1. glücklicher
2. als
3. wie
4. effektivsten
5. unzufriedener

3. 1. Atmung
2. ausatmen
3. Kurzatmigkeit
4. Atemübungen
5. anhalten

Tipp

Ein Imperativsatz kann mit einem Punkt oder mit einem Ausrufezeichen enden. Steht am Satzende ein Ausrufezeichen, dann gibt man dem Satz mehr Nachdruck:

Beeilt euch doch bitte! → Beeilt euch jetzt!

Sonderformen

Die Verben sein, haben und werden haben Sonderformen:

	sein	haben	werden
du	sei	hab	werd(e)
ihr	seid	habt	werdet
Sie	seien Sie	haben Sie	werden Sie

1. Große Schwester

LEICHT

Laura geht mit ihrem kleinen Bruder auf ein Konzert, denn sie soll auf ihn aufpassen. Was sagt sie? Ergänzen Sie das passende Verb im Imperativ!

sein – warten – gehen – nehmen – kommen – kaufen

1. ▶ Jetzt sind wir gleich drinnen, Laura!
◀ Hier, _____ deine Eintrittskarte.
2. ▶ Ich will weiter nach vorne gehen!
◀ Ok. Aber _____ vorsichtig und _____ nicht zu weit weg von mir!
3. ▶ Kann ich etwas zu trinken haben?
◀ Klar, hier ist Geld. Aber _____ dir keinen Alkohol!
4. ▶ Wo gehst du hin?
◀ Ich muss kurz auf die Toilette. _____ hier auf mich!
5. ▶ Können wir nicht noch ein bisschen bleiben?
◀ Nein, wir müssen jetzt gehen. _____ schon!

2. Regentag

LEICHT

Den Kindern ist langweilig. Schreiben Sie die Vorschläge der Mutter im Imperativ wie im Beispiel!

1. Ihr könntet euch einen Film ansehen.
_____ *Seht euch doch einen Film an!*
2. Klara, du könntest dein Zimmer aufräumen.

3. Ihr könntet mal wieder Opa anrufen.

4. Ihr könntet ein Spiel spielen.

3. Als Gast

MITTEL

Wie sollte man sich als Gast benehmen? Geben Sie Tipps in der Sie-Form! Setzen Sie das Pronomen und das passende Verb im Imperativ ein. Achten Sie auf trennbare Verben!

geben – bedanken – anfangen – mitbringen – ausziehen

1. _____ der Gastgeberin Blumen oder Pralinen _____.
2. _____ den Gastgebern zur Begrüßung die Hand.
3. _____ nicht die Schuhe _____, wenn Sie ins Haus gehen.
4. _____ nicht mit dem Essen _____, wenn noch nicht alle am Tisch sitzen.
5. _____ sich bei den Gastgebern, bevor Sie gehen.

Lösungen:

1. 1. nimm
2. sei, geh
3. kauf
4. Warte
5. Komm
2. 2. Klara, räum doch dein Zimmer auf!
3. Ruff doch mal wieder Opa an!
4. Spielt doch ein Spiel!

3. 1. Bringen Sie ... mit
2. Geben Sie
3. Ziehen Sie ... aus
4. Fangen Sie ... an
5. Bedanken Sie ...



Du oder Sie?

Das ist eine gute Frage! Denn manchmal ist sie gar nicht so leicht zu beantworten. Oft hängt die Antwort nämlich von der Situation ab. Und auch die Trends in der Arbeitswelt verändern sich.

SCHWER ÜBUNGSHEFT

Das vertraute und nahe Du wird immer beliebter in Deutschland, auch in der Arbeitswelt. Denn natürlich macht ein Du das Gespräch einfacher und unkomplizierter. Hierarchien wirken flacher, die Arbeitsatmosphäre offener gegenüber neuen Kolleginnen und Kollegen und das Klima wird partnerschaftlicher. Manche meinen schon, dass es das Sie bald nicht mehr gibt.

Trotzdem gibt es aber noch immer den großen Unterschied zum respektvollen und distanzierten Sie. Und vielen Deutschen ist dieser Unterschied auch noch immer wichtig, vor allem im Geschäftsleben. Denn in manchen Situationen sind ihnen Distanz und Respekt wichtiger als Vertrautheit.

Regeln

Allgemein sagt man: Das Du wird in der Familie und unter guten Freunden benutzt, das Sie in Kontakt mit erwachsenen Fremden. Doch so leicht ist es im Arbeitsalltag leider schon seit längerer Zeit nicht mehr. Soziale Regeln bestimmen, ob man duzt oder siezt. Normalerweise gilt:

- Man siezt Personen, die älter sind als man selbst.
- Man siezt Personen, die in der Firmenhierarchie höher stehen als man selbst – auch, wenn die Vorgesetzten jünger sind als man selbst.
- Ältere Kolleginnen (beziehungweise Kollegen, die schon länger als man selbst in der Firma arbeiten) und Vorgesetzte bieten das Du an.
- Im Umgang mit Kundinnen gilt: Der Kunde bietet das Du an, unabhängig vom Alter.

In Mails an alle verwenden viele sowohl Ihr- als auch Sie-Pronomen. Vor allem in Firmen, wo man einzelne duzt und andere siezt oder auch noch nie getroffen hat.

- Ich möchte mich von euch/Ihnen gerne persönlich verabschieden und würde mich freuen, wenn ich euch/Sie am Freitagnachmittag noch einmal persönlich sehe.

Vorsicht

Normalerweise bietet man erst das Du an, wenn man schon deutliche Signale bekommen hat, dass es wirklich angenommen wird. Wenn Sie unsicher sind, bleiben Sie lieber beim Sie. Ihre Gesprächspartnerin kann leichter ein untypisches Sie korrigieren (Wir können uns gern duzen), als auf ein als komisch empfundenes Du reagieren.

Es hängt auch von der Branche ab, ob geduzt oder gesiezt wird. An Arbeitsplätzen wie Banken oder Anwaltskanzleien wird meistens gesiezt. In Firmen mit flachen Hierarchien, in Start-ups und in der IT-, Medien- und Modebranche wird oft von Anfang an geduzt. Und egal, wo man arbeitet: Nach einiger Zeit ist es meistens so, dass sich Kollegen untereinander duzen.

Manchmal werden auch Zwischenformen wie Sie + Vorname verwendet: „Hannah, haben Sie kurz eine Minute?“ In manchen Produktionsbetrieben hört man auch Du + Nachname: „Schmidt, hast du die Lieferung schon rausgeschickt?“ Diese Fälle sind aber eher die Ausnahme.

Am Arbeitsplatz sollte sich niemand von jemandem duzen lassen, den er selbst siezt. Bewegen Sie sich immer auf Augenhöhe mit anderen.

Das Du anbieten

So können Sie das Du anbieten. Lassen Sie Ihrer Gesprächspartnerin dabei immer die Option, Nein zu sagen:

- *Wir arbeiten jetzt schon so lange zusammen. Wollen wir uns nicht einfach duzen? Wenn Sie das aber nicht möchten, können wir auch gern beim Sie bleiben.*
- *Wir können gern Du sagen. Wenn Sie das aber nicht wollen, sagen Sie es mir bitte. An unserer guten Zusammenarbeit wird sich deshalb nichts ändern.*
- *In unserem Team duzen sich alle. Ich heiße Anton.*
- *Ich möchte Ihnen das Du anbieten. Mein Name ist Petra.*
- *Wie wäre es, wenn wir uns ab jetzt duzen? Wenn Ihnen das unangenehm ist, ist das Sie für mich natürlich auch in Ordnung.*

Das Du annehmen

Und so können Sie das Du annehmen:

- *Gern, vielen Dank.*
- *Sehr gerne. Ich bin Jakob.*
- *Das ist mir (sehr) recht. Danke.*
- *Vielen Dank. Ich heiße Barbara, aber alle nennen mich Bärbel.*

Das Du ablehnen

Sie können ein Angebot zum Duzen auch ablehnen. Seien Sie dabei aber sehr höflich und respektvoll. Eine Begründung ist nicht nötig, Sie können aber eine geben:

vertraut

- so, dass man etwas sehr gut kennt

nah

- hier: mit Sympathien

flach

- hier: ohne Konsequenzen für das Verhalten

offen gegenüber

- hier: mit Neugier für

das Klima, -ta

- hier: soziales Gefühl; Art des Zusammenseins

partnerschaftlich

- hier: gut für die Zusammenarbeit

respektvoll

- hier: auf Basis von höflicher Etikette

das Geschäftsleben

- Arbeitsalltag; berufliche Kontakte

der Respekt

- Verhalten, das zeigt: Ich finde gut, wie Sie sind und wie Sie arbeiten.

unter

- hier: ≈ mit

der/die Vorgesetzte, -n

- Chef(in)

beziehungweise

- hier: oder auch

der Umgang

- hier: Verhalten im Kontakt miteinander

bleiben bei

- hier: auch weiter noch benutzen; ↔ aufhören mit

empfinden

- hier: auf eine spezielle Art verstehen

die Anwaltskanzlei, -en

- Büro eines Anwalts

untereinander

- miteinander

die Zwischenform, -en

- hybride Form, die verschiedene Elemente kombiniert

eher

- hier: ≈ mehr

sich auf Augenhöhe bewegen

- hier: im Umgang keine Hierarchie zeigen, sondern dass alle gleich etwas wert sind

recht sein

- hier: zu einem guten Moment kommen für; genau richtig sein



- Vielen Dank für das nette Angebot. Verstehen Sie mich nicht falsch, aber ich möchte im beruflichen Alltag eine professionelle Distanz wahren und deshalb lieber beim Sie bleiben. Bitte haben Sie Verständnis.
- Danke für Ihr Angebot! Aber mir wäre es lieber, wenn wir damit noch etwas warten würden, bis ich sicher weiß, wie das hier im Betrieb empfunden wird.
- Vielen Dank, ich freue mich über Ihr Angebot. Aber im Beruf duze ich grundsätzlich nicht.
- Ich weiß, dass das allgemein so gehandhabt wird. Ich selbst möchte das aber nicht. Auf meinen Wunsch hin bin ich für alle hier Frau Krien und sieze selbst natürlich auch.

Wenn Sie das Du aber einmal angenommen haben, gilt diese Regelung fürs ganze Leben. Was aber tun, wenn man das Du zuerst angenommen hat, dann aber doch wieder zum Sie zurück will? Eigentlich hat man dafür nur bis zum nächsten Treffen Zeit. Dann können Sie das Du noch ablehnen, danach eigentlich nicht mehr. Seien Sie dabei aber extrem höflich:

- Es ist mir schrecklich unangenehm, aber ich möchte doch lieber beim Sie bleiben.
- Ich habe noch einmal darüber nachgedacht, und ich fühle mich mit dem Du einfach unwohl. Und wir können doch bestimmt auch so weiterhin gut zusammenarbeiten.

wahren

→ schützen

handhaben

→ hier: auf eine spezielle Art regeln

auf meinen Wunsch hin

→ weil ich das so wünsche

schrecklich

→ hier: ☹ total

weiterhin

→ auch in Zukunft

1. Regeln

MITTEL

Was ist richtig? Kreuzen Sie an!

	richtig	falsch
1. Wenn Sie schon länger als zehn Jahre in einer Firma arbeiten, können Sie Ihrem Chef das Du anbieten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ihre Kundinnen und Kunden bieten Ihnen das Du an.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sie können ein Angebot zum Duzen auch ablehnen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sie siezen jüngere Kolleginnen, wenn diese schon länger als Sie in der Firma arbeiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Kollegen, die das gleiche Alter haben, duzen sich immer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Es hängt von der Branche ab, ob sich die Mitarbeiterinnen im Arbeitsalltag duzen oder siezen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Das Angebot zum Du

SCHWER

Wie kann man sagen? Ergänzen Sie die Verben in der passenden Form!

arbeiten – wollen – bleiben – duzen – heißen – nennen – freuen – anbieten

- ▶ Wir _____ jetzt schon so lange zusammen. Wollen wir uns vielleicht _____?
 ◀ Gern. Ich _____ Jennifer. Aber alle _____ mich Jenni.
- ▶ Ich möchte Ihnen das Du _____.
 ◀ Vielen Dank. Das _____ mich.
- ▶ _____ wir uns duzen? Wenn Ihnen das aber unangenehm ist, ist das für mich natürlich auch in Ordnung.
 ◀ Danke, aber ich möchte lieber beim Sie _____.

Lösungen:

1. richtig: 2, 3, 4, 6
 falsch: 1, 5

1. ar-
 beiten,
 duzen,
 heiße,
 nennen
 2. an-
 bieten,
 freut
 3. Wollen,
 bleiben

Das ist schön, dass ...

Der Unterschied ist nur ein Buchstabe, aber der ist sehr wichtig. Wann schreibt man nach dem Komma *dass*, und wann schreibt man *das*?

Relativpronomen *das*

Ein Relativsatz steht meistens genau hinter dem Nomen, das er beschreibt. Er ist ein Nebensatz. Das Verb steht also am Satzende:

Das ist doch **das Buch, das** Lotte dir geschenkt hat, oder?

Das Relativpronomen orientiert sich in Genus und Numerus am Nomen, auf das es sich bezieht, zu dem es also eine Verbindung

hat. Das Relativpronomen *das* ist neutral und steht im Singular:

das Buch: das

Im Kasus orientiert sich das Relativpronomen am Verb des Relativsatzes.

Das Relativpronomen *das* ist entweder Akkusativ oder Nominativ:

Hast du **das Buch, das da auf dem Tisch liegt, schon gelesen?** (Nominativ)

Ist **das das Buch, das du Rolf geschenkt hast?** (Akkusativ)

Auch Deutsche haben oft Probleme, zwischen *das* und *dass* zu unterscheiden.

Viele fragen sich dann: „Dieses oder welches?“

Gibt es also ein Nomen im Hauptsatz, auf das sich der Nebensatz bezieht?

Wenn der Hauptsatz eine Antwort auf diese Frage gibt, dann steht *das* (es ist ein Relativsatz).

Wenn der Hauptsatz keine Antwort auf diese Frage gibt, dann steht *dass*.

Wie neu!

Renovieren heißt oft, Wände neu zu streichen – in Weiß oder in anderen Farben. Oft sind aber in einer Wohnung auch Reparaturen nötig. Was gibt es alles zu tun?



Eine Wohnung renovieren

- ▶ Vielen lieben Dank, **das** du mir dieses Wochenende dabei hilfst, **meine Wohnung zu renovieren!**
- ◀ Klar, **das** mache ich doch gern. Willst du eigentlich alle Zimmer **tapezieren?** Oder sollen wir einfach nur **streichen?**
- ▶ Das Schlafzimmer muss definitiv neu tapeziert werden. Die **Tapete** und den **Tapetenkleister** dafür habe

ich auch schon gekauft. Ist also alles da.

- ◀ Hast du denn auch einen Tapeziertisch?
- ▶ Ja, Karl hat mir zum Glück seinen gegeben.
- ◀ Und was ist mit den anderen Zimmern?
- ▶ Die müssen wir nur streichen.
- ◀ Okay. Ich habe **Pinsel** und eine **Malerrolle** dabei. Wo ist die Farbe?

tapezieren

- festes Papier an die Wand machen

streichen

- Farbe auf die Wand malen

die Tapete, -n

- festes Papier für die Wand

der Tapetenkleister, -

- Substanz: Damit kann man eine Tapete an die Wand machen.

der Pinsel, -

- Ding mit Haaren an einem Ende: Damit kann man Farbe auf die Wand malen.

die Malerrolle, -n

- Ding mit der Form eines Zylinders an einem Ende: Damit kann man Farbe auf die Wand malen.

Achtung, Autofahrer

Nicht nur zu Ferienzeiten gibt es Staus auf den Straßen. Um Baustellen, Umleitungen und lange Wartezeiten im Straßenverkehr zu vermeiden, lohnt es sich, die Verkehrsnachrichten zu hören – und zu verstehen.

Wichtige Wörter und Ausdrücke

die Ausfallstraße, -n

- meistens große Straße, die aus einer Stadt hinausführt

die Baustelle, -n

- Ort, an dem gebaut wird

blitzen

- ein Auto, das zu schnell fährt, mit einem speziellen Gerät fotografieren, sodass der Fahrer Strafe zahlen muss

der Blitzer, -

- 🚗 Gerät, das misst, wie schnell ein Auto fährt, und das Auto / den Fahrer fotografiert, wenn es/er zu schnell ist

die erhebliche Behinderung, -en

- starke Störung

die Fahrbahn, -en

- Straße; auch: Asphalt

der Geisterfahrer, - (auch: der Falschfahrer, -)

- Autofahrer, der auf der Autobahn in die falsche Fahrtrichtung fährt

gesperrt

- geschlossen; so, dass man auf dieser Straße/Strecke im Moment nicht fahren darf

der ortskundige Fahrer, -

- Autofahrer, der die Region, in der er gerade unterwegs ist, gut kennt

die Ringstraße, -n

- meistens große Straße, die um eine Stadt oder ein Stadtzentrum herum geht

die Sperre, -n

- Konstruktion, die verhindert, dass Fahrzeuge weiterfahren und eine Straße benutzen können

die Spur, -en

- Stück einer Straße, auf dem Autos in die gleiche Richtung fahren

der Stau, -s

- lange Reihe von Autos, die auf der Straße stehen und nicht weiterfahren können

der stockende Verkehr

- Verkehr, der immer wieder in der Bewegung angehalten wird (Stop-and-go)

überholen

- schneller sein als ein anderes Fahrzeug und an diesem vorbeifahren

Sammelkarte **Schreiben**

dass-Sätze

Sogenannte **dass-Sätze** nennt man auch **Ergänzungssätze**. Sie sind nötig, damit der Satz komplett wird. Diese Sätze sind **Nebensätze**, das Verb steht also am Satzende:
Du weißt ... → Du weißt, dass ich keine Schokolade mag.

Man verwendet diese **dass-Sätze**, ...
- um zu wiederholen, was jemand gesagt hat:
Ich habe dir doch gesagt, dass du Milch kaufen sollst.

- um anderen (sicheres) Wissen und Vermutungen mitzuteilen:
Ich glaube nicht, dass die Stadt Ulm in Bayern liegt.
Auch so: **denken, (nicht) sicher sein, vermuten, wissen ...**

- um ein Gefühl, eine eigene Meinung oder subjektive Gedanken auszudrücken:
Ich finde es schön/toll/super, dass du jetzt zu Hause bist.
Es ist schade/blöd, dass du so viel arbeiten musst.

dass-Sätze können auch nach Verben mit festen Präpositionen (**da + (r) + Präposition**) stehen:
Hoffentlich denkst du morgen daran, dass du Milch mitbringen sollst.



Sammelkarte **Sprechen**

Ein Haus renovieren

- ▶ Wisst ihr schon das Neueste? Wir haben uns ein Haus gekauft! Toll, oder? Es war zum Glück ziemlich billig, aber wir müssen auch sehr viel renovieren.
- ◀ Das sind ja tolle Neuigkeiten! Was müsst ihr denn alles machen, bevor ihr einziehen könnt?
- ▶ Zuerst müssen wir das Dach reparieren. Da kommt leider Wasser durch. Und dann

müssen wir im Keller auch noch eine neue Heizung installieren.

- ◀ Könnt ihr das denn überhaupt selbst machen? Oder habt ihr Hilfe?
- ▶ Unser neuer Nachbar wird uns dabei helfen. Aber das ist noch nicht alles. Wir wollen außerdem auch noch eine neue Küche einbauen. Das ist mir total wichtig. Und in zwei Zimmern müssen wir neue Fenster einsetzen. Da

ist leider das Glas kaputt, das kann man nicht reparieren.

- ◀ Wie lange habt ihr denn für die Renovierung Zeit?
- ▶ Wir möchten schon in drei Monaten einziehen. Das wird viel Arbeit bis dahin. Wir wollen nämlich auch noch in allen Zimmern neues Parkett verlegen. Und im Badezimmer müssen wir neu fliesen.

installieren

- hier: ≈ ins Haus machen

einbauen

- hier: Möbel und Geräte so in die Küche machen, dass alles ganz genau passt

einsetzen

- hier: stabil hineinmachen

verlegen

- hier: auf den Ort in einem Raum machen: Darauf geht und steht man.

fliesen

- hier: kleine, dünne Stücke aus Keramik an die Wand machen

Sammelkarte **Verstehen**

weiträumig umfahren

- weit außen um etwas herumfahren

die Wartungsarbeit, -en

- Kontrolle, ob alles richtig funktioniert und – wenn nötig – Reparatur

voraussichtlich

- vermutlich; wahrscheinlich

die Umleitung, -en

- alternativer Weg, den Fahrer nehmen sollen, wenn eine Straße blockiert ist

die Wanderbaustelle, -n

- Baustelle auf einer Straße. Wenn ein Stück der Straße fertig ist, gehen die Bauarbeiter weiter und arbeiten am nächsten Stück.

Beispiele

- Auf der A61 Koblenz Richtung Mönchgladbach ist Totalsperre nach einem Unfall. Ortskundige Fahrer werden gebeten, das Gebiet weiträumig zu umfahren.
- Auf der A7 Füssen – Reutte – Ulm ist der Grenztunnel wegen Wartungsarbeiten in beiden Richtungen bis voraussichtlich morgen Abend gesperrt. Es gibt eine Umleitung.

- **Vorsicht auf der A8 Stuttgart – München:** In beiden Richtungen zwischen dem Kreuz Mannheim und Oberachingen sind Menschen auf der Fahrbahn.
- Geblitzt wird aktuell auf der A1 Hamburg Richtung Bremen, Höhe Bremer Kreuz. Wenn Sie noch einen Blitzer sehen, melden Sie ihn unter ...
- **Achtung, Autofahrer!** Auf der A1 Hamburg – Lübeck kommt Ihnen bei Hammoor

ein Geisterfahrer entgegen. Bitte fahren Sie nicht nebeneinander, und überholen Sie nicht!

- Wegen dem Karneval kommt es im Stadtgebiet Köln auf folgenden Strecken zu erheblichen Behinderungen: ...
- A7 Ulm – Würzburg: Auf der Höhe Aalen Stau nach einem Unfall. Zwei Spuren sind blockiert. Außerdem stockender Verkehr an einer Wanderbaustelle ...

Kein Ding!

Einen Namen oder ein Wort auf Deutsch vergessen? Kein Ding! Also: kein Problem! Denn *Ding* passt fast immer.

SCHWER AUDIO ÜBUNGSHEFT

Ding, Dings, Dingsbums und Dingsda können sich auf Namen oder Sachen beziehen. *Dingenskirchen* und *Dingskirchen* auf Städtenamen und Orte: *Sieh mal, die Dings* aus *Dingenskirchen!*

1 Mittelding

- ▶ Wie war's eigentlich vorgestern im Theater?
- ◀ Das war eigentlich kein Theater. Es war eher so ein **Mittelding** aus Theater und Musical. Ganz ehrlich? Das **war nicht** so **mein Ding**. Aber am Ende fand ich es dann doch irgendwie ganz okay. Und den meisten hat es ja auch gefallen. Nur dem ... na, dem **Ding** – Janas Freund – wie heißt der noch mal?
- ▶ Leon.
- ◀ Genau, Leon hat es überhaupt nicht gefallen. Und er wollte dann schon gleich in der Pause gehen, aber wir waren ja alle mit demselben Auto da, mit diesem **Mordsding** von Ralf. So ein Kleinbus mit neun Sitzen.
- ▶ Verstehe. Und da fuhr keine Bahn hin?
- ◀ Und auch kein Bus. Genau deshalb mussten wir ja mit dem Auto fahren. Die Aufführung war nicht hier, sondern in **Dingenskirchen**, äh, du weißt schon ...
- ▶ Ah, ich weiß es. Mir fällt der Name auch gerade nicht ein. Aber klar. Die haben so eine Dorfbühne und im Sommer auch was für draußen.


2 Vor allen Dingen ...

- ▶ Danke, dass du mir geholfen hast!
- ◀ **Kein Ding!** Ich bin froh, dass du endlich ein schönes Zimmer gefunden hast. **Vor allen Dingen** eins, in dem du nicht zur Zwischenmiete wohnen musst.
- ▶ Ja, die letzte Zeit war wirklich anstrengend: dreimal umziehen in einem halben Jahr! Aber hier kann ich jetzt zum Glück länger wohnen bleiben.
- ◀ **Aller guten Dinge sind drei!** Wollen wir gleich noch schnell dein Regal aufbauen? Dann kannst du wenigstens schon ein paar Sachen reinstellen.
- ▶ Das wäre super, ja. Hier sind die Teile ... So ein **Scheißding!** Ich kann die Schrauben nicht mehr finden. Die fehlen!
- ◀ Oje. Sind das ganz normale? Dann holen wir noch welche.
- ▶ Nein, das ist es ja. Diese **Dinger** waren speziell für das eine Regal. Dann muss ich wahrscheinlich bei der Firma anrufen und die bestellen.

eher
 ▶ hier: ≈ mehr

noch mal
 ▶ hier: ≈ Ich habe es vergessen.

die Aufführung, -en
 ▶ Zeigen eines Theaters oder Balletts vor Publikum

..., du weißt schon.
 ▶  ≈ ..., wie du weißt; hier: ..., mir fällt der Name gerade nicht ein.

die Zwischenmiete, -n
 ▶ Miete für eine spezielle Zeit, z. B. ein paar Wochen

aufbauen
 ▶ hier: ein Möbel zusammenbauen

1. Ausdrücke

SCHWER

Was bedeuten die Ausdrücke und Redewendungen? Verbinden Sie!

- | | |
|--|--|
| 1. Es war ein Mittelding aus Theater und Musical. | A sehr großes Ding |
| 2. Ralfs Neunsitzer ist so ein Mordsding . | B Ausdruck für mehrere Sachen, von denen man oft meint, dass sie eine geringe Qualität haben |
| 3. So ein Scheißding! | C Mischung; Hybrid |
| 4. Diese billigen Dinger gehen oft kaputt. | D ♥ blöde Sache |

Lösungen: _____

1. 1C 2A
3D 4B

2. 1. Dinger
2. Dingen
3. Ding
4. Dinge
5. Dings

2. Viele Dinge

SCHWER

Was passt? Setzen Sie ein!

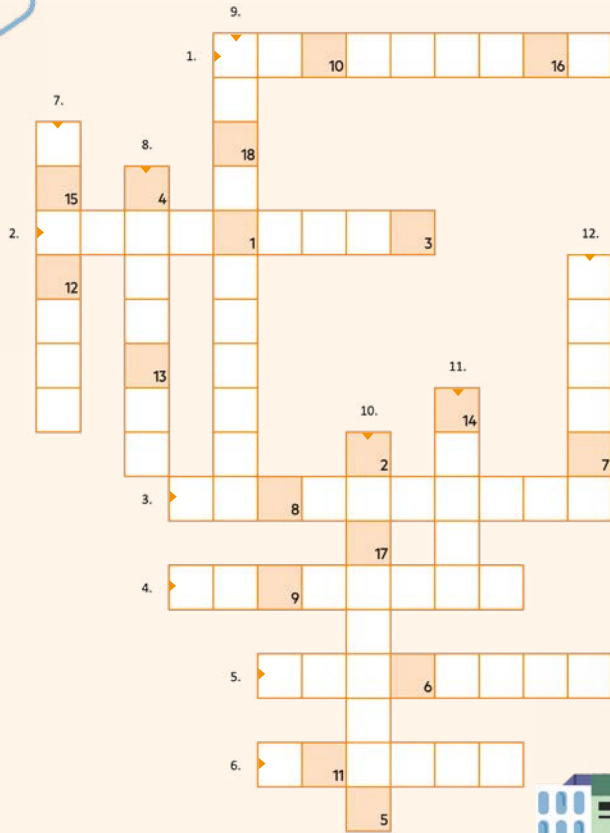
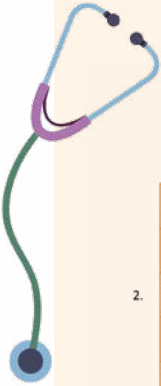
Dinge – Dingen – Dings – Dinger – Ding

1. Also diese _____ kaufe ich nicht mehr! Bei denen ist immer gleich die Batterie leer.
2. Ich freue mich echt, dass du jetzt auch in Hannover wohnst. Vor allen _____ so nah an deinem Arbeitsplatz.
3. Ich glaube, ich komme lieber nicht mit. Skifahren ist einfach nicht mein _____.
4. Na, dann versuche ich es eben noch ein drittes Mal. Aller guten _____ sind drei.
5. Hey, ist das da drüben nicht der _____? Wie heißt der noch mal?

1. Wo tut's denn weh?

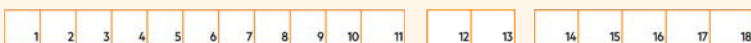
Deutsch für den Arztbesuch
Seite 30 - 34

Nach langer Wartezeit endlich ein Termin bei Ärztin oder Arzt! Gut, wenn Sie sprachlich dort nicht raten müssen. Kennen Sie die Wörter?



- | | |
|---|---|
| 1. plötzliches Gefühl, den Mageninhalt durch den Mund nach außen bringen zu müssen: der ... | 7. ein anderes Wort für <i>Medikament</i> ; die ... |
| 2. dauernd extrem weiche Exkrememente, Diarrhö; der ... | 8. wehtun; das Gefühl machen, dass eine Stelle sehr heiß ist |
| 3. durch eine Infektion rot und heiß werden: sich ... | 9. Probleme; Schmerzen: die ... (Pl.) |
| 4. mit den Händen untersuchen | 10. rote Stellen auf der Haut: der ... |
| 5. mit einem Stethoskop den Oberkörper untersuchen | 11. Verletzung; offene Stelle: die ... |
| 6. plötzliche Muskelbewegung in Intervallen; Spasmus: der ... | 12. ein unangenehmes Gefühl machen, sodass man die Finger auf der Haut hin- und herbewegen will |

Lösung: In der Alltagssprache bekommen Ärztinnen, besonders Chefärzte im Krankenhaus, manchmal auch diesen ironischen Titel:



2. Modische Kette Die deutschsprachige Welt in Zahlen, Seite 13 **LEICHT**

Viele Frauen tragen gern Ketten um den Hals. Eine Kette ist oft aus teurem Metall, mit Mineralien wie Rubinen dekoriert. Es gibt sie aber auch aus günstigem Material. Was aber ist eine Bekleidungskette? Ein Kleidungsstück wie ein Halstuch? Eine Metallkette an einem Kleidungsstück? Oder ...? Auf Seite 13 finden Sie die Lösung.

Lösungen:

- | | | | | | | | | | | | | |
|--|--------------|---------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|------------|----------------|---------------|-----------|------------|--|
| 1. Brechreiz | 2. Durchfall | 3. entzuenden = entzünden | 4. abtasten | 5. abhören = abhören | 6. Krampf | 7. Medizin | 8. brennen | 9. Beschwerden | 10. Ausschlag | 11. Wunde | 12. jucken | Lösung: Halbgoetter in Weiss = Halbgoetter in Weiß |
| 2. Eine Bekleidungskette ist kein modisches Accessoire – weder für den Hals noch für Arm oder Fuß oder für Kleidungsstücke. Die Bekleidungskette verkauft Kleidung, denn sie ist eine Firma mit vielen Läden an verschiedenen Orten. | | | | | | | | | | | | |

ö = oe
ü = ue
ß = ss



„Mein **aktuelles Lieblingswort** ist **das Zwiebelprinzip**. Ich bin in jedem Winter wieder neu überrascht, wie viel Kleidung unter meine warme Jacke passt.“
Eva Pfeiffer ist Journalistin bei **Deutsch perfekt**.



Die polyglotte Seite

Kennen Sie die deutschen Wörter zu diesen Themen im Heft? Testen Sie sich nach dem Lesen: Legen Sie die Hand auf die deutschen Wörter, und finden Sie die richtige Übersetzung!

DEUTSCH	ENGLISCH	FRANZÖSISCH	ITALIENISCH	RUSSISCH	SPANISCH	TÜRKISCH	UKRAINISCH
WÖRTER ZUM THEMA WINTERKLEIDUNG TEXT: DIE DEUTSCHSPRACHIGE WELT IN ZAHLEN, SEITE 13							
das Zwiebelprinzip	dressing in layers	la technique de l'oignon	a cipolla	принцип луковичы	la vestimenta con muchas capas	marul gibi kat kat giyinmek	принцип цибулини
die Mütze	hat	le bonnet	il berretto	шапка, кепка	el gorro	bere	шапка, кепка
aufsetzen	to put on	coiffer (le bonnet)	indossare	надевать	ponerse	takmak	надягати
der Handschuh	glove	le gant	il guanto	рукавица, перчатка	el guante	eldiven	рукавиця, рукавичка
die Strumpfhose	tights	le collant	la calzamaglia	колготки	las medias/ los leotardos	külotlu çorap	колготки
die Socke	sock	la chaussette	la calza	носок	el calcetín	çorap	шкарпетка
gefüttert	lined	fouurré	imbottito/a	утепленный	forrado/a	dolgulu	утеплений
umbinden	to wrap	mettre, nouer	annodare	повязать	ponerse (alrededor de algo)	sarmak	пов'язати
der Schal	scarf	l'écharpe	la sciarpa	шарф, кашне	la bufanda	şal	шарф, кашне
das Stirmband	headband	le bandeau d'hiver	la fascia	повязка для волос	la cinta para la frente	kışlık bandana	пов'язка для волосся
sich warm anziehen ☺	to prepare for the worst	ça va chauffer pour moi!	prepararsi ad affrontare una situazione difficile	быть готовым к неприятностям	prepararse para lo peor	gardını almak	бути готовим до неприємностей

WÖRTER ZUM THEMA SKISPORT TEXT: INTERVIEW, SEITE 48 - 53							
die Buckelpiste	mogul slope	la piste de bosses	la gobba	могульная трасса	la pista de baches	mogul pisti	могульна траса
die Schneekanone	snow blower	le canon à neige	il cannone da neve	снежная пушка	la máquina de nieve artificial	yapay kar makinesi	снігова гармата
der Wettkampf	competition	la compétition	la gara	соревнования	la competición	rekabet	змагання
steil	steep	raide, abrupte	ripido/a	крутой	empinado/a	dik	крутий
die Abfahrt	ski run	la descente	la discesa	спуск	el descenso	iniş	спуск
der Skilift	ski lift	le télési	lo skilift	горнолыжный подъемник	el telesquí	telesiyej	гірськолижний підйомник
sich ausleihen	to rent	louer	noleggiare	брать напрокат	pedir prestado	kiralamak	брати напрокат
langlaufen	cross-country skiing	faire du ski de fond	praticare sci di fondo	бег на лыжах	practicar esquí de fondo	kros kayağı	біг на лижах
die Loipe	cross-country skiing trail	la piste de ski de fond	la pista per lo sci di fondo	лыжня	la pista de esquí de fondo	kros kayak pisti	лижня

WÖRTER ZUM THEMA GLÜCKSSPIEL TEXT: DEBATTE, SEITE 22 - 23							
die Wette	bet	le pari	la scommessa	пари	la apuesta	iddia	пари
tippen	to bet	jouer (au loto)	giocare	делать ставку	apostar	kupon doldurmak	робити ставку
das Rubbellos	scratch card	le ticket à gratter	il gratta e vinci	билет моментальной лотереи	el boleto de rasca y gana	kazı kazan kartı	квиток миттевої лотереї
der Einsatz	stake	la mise	la posta in gioco	ставка	la puesta	bahis	ставка
würfeln	to roll the dice	jeter les dés	lanciare il dado	бросать жребий	tirar los dados/jugar a los dados	zar atmak	кинути жереб
falschspielen	to cheat	tricher	barare	мошенничать	hacer trampas	hile yapmak	шахрувати
der Zufall	chance	le hasard	il caso	случай	el azar	tesadüf	випадок
die Spielsucht	gambling addiction	l'addiction aux jeux	la dipendenza dal gioco	игромания	la ludopatía	oyun bağımlılığı	ігроманія
die Glückssträhne	lucky streak	la veine, la baraka	il momento fortunato	счастливая полоса	la racha de suerte	şans serisi	щаслива смуга
haushoch verlieren	to lose heavily	perdre lourdement	perdere molto	крупно проиграть	perder a lo grande	büyük kaybetmek	серйозно програти
das große Los ziehen ☺	to hit the jackpot	tirer le gros lot	fare jackpot	вытянуть счастливый билет	tocarle a alguien el gordo	büyük ikramiyeyi vurmak	витягти щасливий квиток



„Der Verrückteste hat gewonnen“

Es gab einmal eine Wintersportart, die hieß Skiballett – und war vielleicht ein bisschen zu schön für die Sportwelt. Hermann Reitberger war einer der besten Athleten, er kam bis zu den Olympischen Spielen. Aber was ist dann passiert?

Interview: Henning Sußebach; Fotos: Fritz Beck

MITTEL

Berge? In der kleinen bayerischen Stadt Eggenfelden gibt es nur niedrige Hügel. Und trotzdem! Hier lebt ein Goldmedaillengewinner. Hermann Reitberger gewann bei den Olympischen Winterspielen 1988 im kanadischen Calgary – in einer fast schon vergessenen Sportart: dem Skiballett. In der Geschichte dieses Sports gibt es viele Kontraste. Junge Leute brachten Musik und Ästhetik in die Berge. Sie sahen sich zuerst als Nonkonformisten, verdienten aber später als Stilikonen viel Geld. Und schließlich starb das Skiballett so plötzlich, wie es anfang.

In den 1980er-Jahren war das. Sie trugen sehr bunte Skianzüge, waren ein Star und nahmen an den Olympischen Spielen teil. Wie haben Sie als Junge aus Niederbayern das Skiballett entdeckt?

Ich bin 1958 in der Nähe von Eggenfelden geboren. Meine Mutter hat in einer Schuhfabrik Schuhe hergestellt. Mein Vater war Besamungstechniker bei der Milchfabrik und in seiner Freizeit Boxer. Und ich saß morgens in der Schule und fand alle Fächer total langweilig. Nur Sport und Kunst mochte ich.

Wie sah für Sie damals die Sportwelt aus?

Mein Vater hat mich im Boxen trainiert. Na ja. Wenn du als Kind so einen Hand-

der Hügel, -

→ ≈ kleiner Berg

sehen als

→ hier: meinen, dass etwas ... ist

die Stilikone, -n

→ berühmte Person, deren Stil viele imitieren

von ... an

→ seit

der Freigeist, -er

→ hier: Person, die sich nicht an Konventionen orientiert

das Kommen und Gehen

→ hier: ≈ Großwerden und Ende von einem Trend

erleben

→ hier: bei ... persönlich dabei sein

das Kunstturnen

→ gymnastische Übungen an Geräten, z. B. an hängenden Ringen

der Eiskunstlauf

→ ≈ Kategorie im Eislauftanz mit viel Tanz und Akrobatik

nur

→ hier: aber

(das) Niederbayern

→ Region im Osten Bayerns

der Besamungstechniker, -

→ hier: Techniker, der Kühen Injektionen mit Sperma gibt

die Feder, -n

→ hier: einer von vielen leichten, weichen Teilen am Körper von Vögeln

die Feder, -n

→ hier: dünne Metallspirale

„Skiballett hat bedeutet, nicht so schnell wie möglich, sondern so kreativ wie möglich einen Berg nach unten zu fahren.“

Lieber Herr Reitberger, wollen Sie selbst erklären, wer Sie sind und wer Sie waren?

Von Geburt an Freigeist!

Sie haben das Kommen und Gehen des Skiballetts erlebt. Was war die Idee dabei?

Skiballett hat für uns Pioniere bedeutet, nicht so schnell wie möglich, sondern so kreativ wie möglich einen Berg nach unten zu fahren. Und das passend zur Musik. Eine Mischung aus Kunstturnen und Eiskunstlauf, nur auf Skiern.

schuh ins Gesicht kriegst, ist das keine schöne Erfahrung. Im Fußball war ich auch extrem schlecht. Aber ich war leicht wie eine Feder – und bin gesprungen wie eine Feder! Und wir haben zwar keine Berge in Niederbayern, aber einen Hügel hinter dem Haus. Im Winter bin ich mit den Nachbarskindern jeden Nachmittag diesen Hügel auf- und runtergefahren, auf Holzskiern. Wir hatten großen Spaß!

Haben Ihnen Berge gefehlt?

Sehr! Obwohl mein Vater nicht Ski fahren konnte, ist er mit mir in die Alpen gefahren. Er fand, dass ich Rennläufer werden soll. Aber das war überhaupt nicht mein Ding. Das war so strukturiert wie Schule. Ich mochte lieber die Freiheit in den Bergen. Die Pisten waren damals eine Spielwiese, eine Fantasiewelt!

Wo haben Sie dann das Skifahren auf diese neue Art entdeckt?

Ich war zwölf oder 13. Plötzlich waren in den Bergen coole Leute. Die hatten kürzere Ski, fuhren auf einem Bein, machten Walzerdrehungen und stellten sich auf die Enden ihrer Skier.

Die ersten Freestyler. Das war circa 1970.

Ich hab es spontan imitiert, aber ich hatte sehr lange Skier. Diese coolen Typen hatten K2-Skier. Aus Amerika. Damals konnte man die in kaum einem Sportgeschäft in Bayern finden.

der Rennläufer, -

• Fahrer in der Disziplin Ski Alpin

...ist mein Ding

• hier: ☺ Ich mag ...

die Spielwiese, -n

• hier: Ort mit viel Platz für spontanes Spielen und freie Kunst

die Walzerdrehung, -en

• hier: Figur im Skisport: Man macht eine Rotation, während man auf dem Schnee fährt.

der Typ, -en

• hier: ☺ Mann



Ihr Vater fand die Idee nicht so toll?

Er hat gemerkt, dass ich glücklich bin, war es selbst aber nicht so sehr.

Waren diese Leute seiner Meinung nach Chaos-Typen, Punker, Hippies?

Wahrscheinlich etwas von allem. Diese Bewegung stand ja intensiv in Verbindung mit dem Zeitgeist seit Vietnam und Woodstock. Da wollten Leute unkonventionell sein. Im Sport bedeutete das: weniger leistungsorientiert und näher an der Natur. Im Sommer gingen sie surfen. Im

war auf dem höchsten Berg des Landes, der Zugspitze. Im Ballett bin ich gleich Erster oder Zweiter geworden.

Haben Sie da eine Kür gezeigt?

Jeder fuhr eine Kür, manche mit mehr Akrobatik, andere mit mehr Tanz. Rückwärtsfahren, Pirouetten, erste Salti. Eine Kür dauerte circa zweieinhalb Minuten.

Zu welcher Musik liefen Sie?

Richard Clayderman, glaub ich.

Ah, Beethovens „Für Elise“, der geföhnte Blonde am Klavier!

„Diese coolen Leute hatten K2-Skier. Aus Amerika. Damals konnte man die in kaum einem Sportgeschäft in Bayern finden.“

Winter fuhren sie in die Berge und nannten sich Freestyler, Tricksler oder Hotdogger, wilde Hunde. Für meinen Vater war das nicht nur als Sport seltsam. Er sah da keine Zukunft für mich.

Was ist dann aus dem Sport geworden?

Wir sind nach Kaprun gefahren, aufs Kitzsteinhorn. Der Berg war für uns ein Hotspot wie für Surfer Hawaii. Auf dem Gletscher traf man die meisten Tricksler, Österreicher, Franzosen, Norweger. Und den Deutschen Fuzzy, der Pistenschreck.

Was für ein Name!

Fuzzy war auch schon in Amerika und holte nun die Besten zu Festivals und Wettbewerben nach Europa.

Aber ist das nicht paradox? Da wollten junge Menschen alles anders machen – und organisieren doch wieder Wettkämpfe.

Menschen wollen sich messen, egal wie weit weg von der Leistungsgesellschaft sie sich sehen. Später wurde genau das zum Problem und hat alles kaputt gemacht. Aber am Anfang war nichts organisiert. Da haben hunderte Leute die verrücktesten Dinge gemacht – und am Ende hat der Verrückteste gewonnen.

Bald gab es richtige Weltcup-Wettbewerbe und drei Freestyle-Disziplinen.

Skikunstspringen, Buckelpistenfahren und Skiballett. Mein erster Wettkampf

Meine Frisur war ziemlich ähnlich, nur dunkel.

Heute würde man sagen, dass Skiballett sehr androgyn aussah. Sagte früher in der Kneipe niemand „Das sieht aber schwul aus“, und meinte das negativ?

Das ist niemandem eingefallen! Wir waren damals weiter, das denke ich heute oft. Es war einfach ein megacooles Ding.

Sie mussten sich weder Kleidung noch Inspiration aus der Frauenwelt leihen?

Nein, nein, es war alles da. Die Leute in der Band Modern Talking sahen genauso aus wie wir! Die Frisuren, die Outfits, die Accessoires.

Und auf der Skala zwischen exotisch und sexy ...

... lagen wir Freestyler ganz klar auf der Sexgott-Seite!

Standen die Frauen Schlange?

Joa, man hätte ... ich sag mal ... schon gute Möglichkeiten gehabt.

In den 1980ern wurde Ihr Erfolg dann richtig groß – auch mithilfe Ihrer Freundin Ingrid, die Ihre Choreografin wurde ...

... und mit der ich seit mehr als 30 Jahren verheiratet bin.

Schließlich wurde Skiballett bei Olympia 1988 eine Demonstrationssportart.

Natürlich wollten wir jungen Sportler Titel gewinnen. Aber für Olympia und fürs Fernsehen sollte alles mehr Spektakel

die Bewegung, -en

– hier: Gruppe mit einer neuen Idee zu Sport und Sportkultur

leistungsorientiert

– so, dass Arbeit und Resultate sehr wichtig sind

näher an

– so, dass man sich mehr an ... orientiert

der Tricksler, -

– Fahrer, der vor allem Tricks, also akrobatische Figuren, macht

keine ... sehen

– meinen, dass es keine ... gibt

der Gletscher, -

– hier: große Menge von Eis in den Bergen

der Pistenschreck, -e

– Fahrer, der anderen Skifahrern auf dem Berg Angst macht

Was für ...

– hier:  Das ist wirklich ...

der Wettbewerb, -e

– Turnier

sich messen

– hier: sich vergleichen

die Leistungsgesellschaft, -en

– leistungsorientierte Gesellschaft

das Skikunstspringen

– Freestyle-Disziplin, bei der man mit Skiern einen von Menschen gemachten Berg nach unten fährt und etwas fliegt: Dabei zeigt man spezielle Figuren, z. B. eine Rotation.

das Buckelpistenfahren

– Freestyle-Disziplin, bei der man mit Skiern und in vielen engen Kurven einen Berg mit vielen Hügeln aus Schnee nach unten fährt

die Kür, -en

– Übung aus mehreren Figuren, z. B. im Tanz oder in der Akrobatik

der Salto, Saltos/Salti

– Figur in der Akrobatik, bei der man in der Luft um eine horizontale Linie einen Kreis macht


der/die geföhnte Blonde, -n

– Person, deren blonde Haare mit einem Gerät zum Haaretrocknen in Form gebracht wurden

die Frisur, -en

– Stil, die Haare zu tragen


schwul

–  homosexuell (bei Männern)

weiter

– hier: progressiver

Schlange stehen

– in einer Reihe warten; hier:  wie viele andere (sexuellen) Kontakt haben wollen

die Choreografin, -nen

– Frau, die beruflich Choreografien designt, z. B. für Tänze

die Demonstrationssportart, -en

– Sport, der für eine Zeit lang Teil eines Turniers wird, um ihn vor Publikum zu zeigen: Er ist aber z. B. nicht offiziell olympischer Sport.

der Sportler, -

– Person, die viel Sport macht

der Titel, -

– hier: Name, den der Gewinner eines Turniers für eine Zeit lang hat



„Für Olympia und fürs Fernsehen sollte alles mehr Spektakel sein. Wir machten die Regeln jetzt nicht mehr selbst.“

sein. Wir machten die Regeln jetzt nicht mehr selbst. Die Kür wurde kürzer, musste eine genaue Zahl an Figuren und Salti haben. Vorher hat jeder von uns noch ein eigenes Bild gemalt, wie ein Künstler. Aber wenn du nur noch einen Pinsel hast, und alle anderen Pinsel nehmen sie dir weg, wird es langweilig.

Sie gewannen 1988 bei den Olympischen Winterspielen in Calgary Gold. Was war der schwierigste Part Ihrer Kür?

Dass ich einen zweieinhalbfachen Inside und einen zweieinhalbfachen Outside gesprungen bin.

Entschuldigung, aber was ist das?

Eine zweieinhalbfache Drehung um die eigene Achse, und zwar einmal nach links und einmal nach rechts. Es gab keinen vor mir und keinen nach mir, der das in beide Richtungen konnte.

Wie viele Jahre Arbeit steckten in dieser Kür?
Mein ganzes Leben.

1989 wurden Sie noch einmal Weltmeister, traten danach aber immer weniger an und gewannen immer seltener.

Damals wurde klar, dass Buckelpiste und Skikunstspringen olympisch werden, Skiballett aber nicht. Außerdem haben

die Funktionäre immer mehr Regeln eingeführt. Wir sollten im Sekundentakt Tricks zeigen, da war nichts Fließendes mehr. Skiballett sollte Acro heißen, wie Akrobatik. Mich hat das aggro gemacht.

Wann haben Sie aufgehört?

1991 bin ich meinen letzten Weltcup gefahren. Ohne Party und Abschiedsworte. **Stimmt es, dass der letzte Wettkampf im Skiballett 1999 stattfand?**

Das habe ich gar nicht mehr verfolgt. Ich war, ganz ehrlich, zwei, drei Jahre lang out of order. In dieser Zeit hatte ich manchmal Aufträge als Model und habe ein Marketingbüro gestartet. Und irgendwann kam die dunkle Nacht der Seele. Das war schlimm. Ich war mehrere Male in Indien und auf Bali, habe mich mit Philosophien und Meditation beschäftigt. Das hat mich gerettet.

Haben Sie das Gefühl, das Leichte, Schöne, Fließende des Skiballetts könnte positiv für unsere aktuelle Zeit sein?

Jede Zeit hat den Sport, den sie verdient. Aber ich glaube und hoffe, die Zeit des Größer-Schneller-Weiter ist irgendwann zu Ende. Ich würde es wirklich schön finden, wenn wir uns wieder mit mehr Freude durch die Welt bewegen.

Gehen Sie manchmal noch Ski fahren?

Manchmal fahre ich in die Berge, ja. Ich trage jetzt sogar Helm. Aber nach zwei, drei Abfahrten wird es langweilig, weil es ja nur noch diese platten Pisten gibt.

Und dann?

Dann fängt es an zu jucken. Und ich kann gar nicht anders, als Figuren zu fahren. Also das, was in meinem Alter noch möglich ist. Walzerdrehungen, Sitzpirouetten oder mal etwas Einfaches auf einem Bein. Die Leute schauen mich dann total überrascht an und sagen: „Wahnsinn.“ So was habe ich ja noch nie gesehen.“

der Pinsel, -

• Gegenstand mit weichen Haaren am Ende zum Malen

die Achse, -n

• hier: vertikale Linie durch die Körpermitte

stecken in

• hier: in ... sein, ohne dass man das direkt sieht

der Weltmeister, -

• Gewinner eines Turniers, bei dem der Beste auf der ganzen Welt gesucht wird

antreten

• hier: sich für einen Wettbewerb anmelden und starten

der Funktionär, -e

• Mitglied einer Partei oder Organisation mit wichtiger Funktion

einführen

• hier: entscheiden, dass es ab jetzt ... geben wird

im Sekundentakt

• jede Sekunde

nichts Fließendes

• hier: keine eleganten oder harmonischen Bewegungen

aggro

•  aggressiv

das Abschiedswort, -e

• Worte als Gruß, weil eine Person weggeht

verfolgen

• hier: immer wieder Nachrichten zu ... hören/lesen

die Seele, -n

• hier: Psyche

sich beschäftigen mit

• hier: viel lernen über

sogar

• \approx auch

der Helm, -e

• \approx spezieller Hut aus Metall, um den Kopf zu schützen


die Abfahrt, -en

• hier: nach unten Fahren

platt

• total flach


jucken

• hier:  nervös machen, z. B. weil ... Lust bekommt, etwas zu tun

gar nicht anders können, als ... zu fahren

• auf jeden Fall ... fahren müssen

der Wahnsinn

•  verrückte Sache

ja

• hier:  wirklich

Hermann Reitberger

Der heute 65-Jährige war für die Entwicklung des Freestyle-Skifahrens in Deutschland zentral wie kaum ein anderer. Berühmt wurde er mit dem Skiballett. Er gewann 44 Weltcup-Wettbewerbe und wurde fünfmal Weltcup-Gesamtsieger. 1988 siegte er bei den Olympischen Spielen in Calgary, 1989 wurde er Weltmeister. 1991 beendete Reitberger seine Karriere.

die Entwicklung, -en

• hier: Anfang der Geschichte und spätere Historie mit ihren Änderungen

der Wettbewerb, -e

• Turnier; Suche nach den Besten

der Gesamtsieger, -

• \approx Gewinner insgesamt

der Weltmeister, -

• Gewinner eines Turniers, bei dem der Beste auf der ganzen Welt gesucht wird



Das Südsee-Imperium

Später als andere werden die Deutschen im Kolonialismus aktiv – dann aber umso mehr. Durch einen Vertrag mit Spanien vor 125 Jahren werden weltpolitische Ambitionen Realität.

MITTEL AUDIO

Ein Platz an der Sonne – das klingt nach schönem Wetter, Urlaub, Strand, Palmen, Glück und wenig Sorgen. Früher war das der Slogan der Deutschen Fernsehlotterie. Und bis heute beschreibt der Ausdruck eine privilegierte Position.

Die wollte definitiv auch der Mann, der die Formulierung sehr wahrscheinlich erfunden hat. Bernhard von Bülow heißt er und ist im Deutschen Kaiserreich von 1897 bis 1900 Staatssekretär des Auswärtigen Amts, von 1900 bis 1909 dann Reichskanzler. Den Ausdruck benutzt von Bülow bei einer parlamentarischen Debatte im Jahr 1897 – und macht damit

eine große weltpolitische Ambition deutlich: „Wir wollen niemand in den Schatten stellen, aber wir verlangen auch unseren Platz an der Sonne“, sagt der Politiker.

Von Bülow spricht von der deutschen Kolonialpolitik. Im Vergleich zu Großbritannien und Frankreich hat das deutsche Kaiserreich nämlich erst spät damit begonnen, auf anderen Kontinenten auf imperialistische Shoppingtour zu gehen.

Die erste deutsche Kolonie wurde 1884 Deutsch-Südwestafrika auf dem Gebiet des heutigen Staats Namibia. Es folgten vor allem in Afrika und im nördlichen Teil von Papua-Neuguinea noch mehr Gebiete. Im Jahr 1897, als von Bülow im

klängen nach

► hier: machen, dass man an ... denkt

erfinden

► hier: sich neu überlegen

das Deutsche Kaiserreich

► hier: Deutschland 1871 - 1918

der Staatssekretär, -e

► hier: wichtigster Beamter eines Ministeriums

das Auswärtige Amt

► Ministerium, das sich um die politischen Kontakte mit dem Ausland kümmert

der Reichskanzler, -

► Chef der deutschen Regierung (1871 - 1945)

in den Schatten stellen

► hier: ≈ besser sein als

verlangen

► hier: mitteilen, dass man ... sicher will; haben wollen

das Gebiet, -e

► hier: Land, Region oder Areal

es folgen ...

► hier: danach kommen ...

Parlament spricht, ist das nicht mehr genug. Seine Formulierung vom „Platz an der Sonne“ wird zur Metapher für ein neues Prestigedenken der Deutschen.

Von China pachtet das Kaiserreich 1898 in Ostasien Kiautschou. Das Gebiet soll für den Handel und die Marine strategisch wichtig werden. Und schließlich bekommen die Deutschen eine Chance auf noch mehr Platz unter der Südsee-Sonne – mit dem Deutsch-Spanischen Vertrag.

Hintergrund der Vereinbarung ist ein Krieg zwischen Spanien und den USA im Jahr 1898. Er endet damit, dass Spanien seine letzten wichtigen Überseegebiete verliert. Die USA bekommen auch die wichtigste spanische Kolonie in Ostasien: die Philippinen.

Für Spanien hat das die Konsequenz, dass es die Inseln in der Region rund um die Philippinen auch nicht mehr braucht – anders als die Deutschen, die daran großes Interesse haben. Und so gibt es am 12. Februar 1899 zwischen dem Kaiserreich und Spanien einen Vertrag: Für eine Millionensumme bekommen die Deutschen von Spanien die Karolinen, die nördlichen Marianen und Palau.

Durch einen Vertrag mit den USA bekommt das Kaiserreich 1900 außerdem im westlichen Samoa Kolonien.

Jetzt endlich haben die Deutschen auch ein Südsee-Imperium. Nur Großbritannien und Frankreich haben noch mehr Kolonialbesitz.

Aber nicht alle im Kaiserreich sind glücklich über die neuen Kolonien. Manche Politiker kritisieren ihre hohen Kosten, zum Beispiel für Beamte und die nötige Infrastruktur. Und kommt der Profit wirklich? Einen ökonomischen Boom für das Kaiserreich bedeuten sie nämlich nicht.

Der Kolonialismus bringt aber etwas anderes: Unrecht, Gewalt und Tod. Die Menschen wehren sich gegen die Kolonialisten, die ihnen Land und Freiheit nehmen und ihre Kulturen zerstören. Auf

diese Proteste reagiert das Kaiserreich meistens mit großer Brutalität.

Ein besonders schlimmes Beispiel für die deutschen Kolonialverbrechen passiert in Deutsch-Südwestafrika. Dort schlägt das Kaiserreich Proteste der Volksgruppen Herero und Nama nieder. Nach Informationen von Historikerinnen und Historikern sterben rund 60 000 Herero und mindestens 10 000 Nama.

Während des Ersten Weltkriegs endet Deutschlands Kolonialgeschichte. Das Unrecht geht aber weiter. Denn unabhängig werden die Gebiete und Länder nicht. Im Versailler Friedensvertrag von 1919 wird dann auch offiziell geregelt, dass sie an andere Länder gehen.

Spuren der Kolonialgeschichte findet man in Deutschland bis heute. Noch immer ist in Museen koloniale Raubkunst zu sehen. Und noch immer haben manche Straßen, Plätze und Denkmäler die Namen von Kolonialisten. Inzwischen kämpfen an vielen Orten Bürgerinitiativen und Politiker dafür, diese Namen zu ändern. Die Konsequenz sind

nicht selten Kontroversen.

Einen Erfolg gab es aber zum Beispiel in München. Dort hatte eine Straße den Nachnamen des Generals Lothar von Trotha. Er befahl im Jahr 1904 in Deutsch-Südwestafrika, auf die protestierenden Herero zu schießen. 2006 hat die Stadt den Namen geändert – in Hererostraße.

Den Genozid an den Herero und Nama hat die deutsche Regierung im Jahr 2021 anerkannt. Sie hat sich offiziell entschuldigt und finanzielle Kompensation versprochen. Warum aber erst so spät? Auf seiner Website schreibt das Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung: „Die deutsche Kolonialgeschichte wurde nach dem Zweiten Weltkrieg durch die Aufarbeitung der Zeit des Nationalsozialismus weitgehend überdeckt.“ Es gibt noch viel zu tun.

Eva Pfeiffer

pachten

• ≈ mieten

(das) Kiautschou

• Jiaozhou; Gebiet im Osten Chinas

soll werden

• hier: man hofft/plant, dass ... wird

der Hintergrund, -ü-e

• hier: historischer Kontext

das Überseegebiet, -e

• Land oder Länder auf der anderen Seite des Ozeans

der Kolonialbesitz, -e

• Kolonien, die einem Land gehören

das Unrecht

• ≈ moralisch falsches Tun

die Gewalt

• hier: systematische Aggression, z. B. bei Krieg oder einer Okkupation

sich wehren gegen

• hier: aktiv in den Protest gehen gegen

die Brutalität

• von: brutal = mit schlimmer Gewalt

das Kolonialverbrechen, -

• kriminelles Tun im Kontext des Kolonialismus

niederschlagen

• hier: mit Gewalt erreichen, dass ... endet

die Volksgruppe, -n

• ethnische oder religiöse Gruppe

nach

• hier: wie ... schreiben

der Erste Weltkrieg

• Streit zwischen vielen Nationen 1914 - 1918

unabhängig

• hier: selbstständig und frei

regeln

• hier: vereinbaren

gehen an

• hier: ab jetzt als Mandatsgebiet ... gehören: Es wird regiert wie eine Kolonie.

die Spur, -en

• Sache, an der man merkt, dass etwas da ist / da war

die Raubkunst

• Kunst, die in der Kolonialzeit (mit Gewalt) aus einer Kolonie weggenommen wurde

befehlen

• als Kommando sagen, dass jemand ... tun muss

schießen auf

• ≈ mit Pistolen verletzen oder totmachen

anerkennen

• hier: offiziell akzeptieren, dass ... passiert ist

die Entwicklung, -en

• hier: Verbesserung der Situation in einem Land, das nur wenig Industrie hat und sehr arm ist

die Aufarbeitung, -en

• hier: Analyse historischer Ereignisse und Publikation der Ergebnisse

weitgehend

• zu einem großen Teil

überdecken

• hier: machen, dass das Thema ... ignoriert wird

Von Spanien bekommen die Deutschen noch mehr Kolonien unter der Südsee-Sonne.



WIE GEHT ES EIGENTLICH DER...

Bundeswehr?

Im Februar beginnt das größte Manöver seit Ende des Ost-West-Konflikts. Seit Monaten bereitet sich Deutschland darauf vor. Wäre es bereit für einen Krieg? Von Georg Ismar und Georg Mascolo

SCHWER

Die Saboteure werden vorgeführt, Gefangene, die Hände hinter dem Kopf. Bundeswehrsoldaten mit schweren Waffen bewachen sie. Hinter einer Stacheldrahtrolle und einer Absperrung beobachtet ein Mann dieses Szenario, seine Hände sind tief in den Manteltaschen. Es ist Bundeskanzler Olaf Scholz. An diesem Morgen im Oktober ist er hierher, auf den militärischen Teil des Flughafens Köln-Wahn, geflogen. Bundeswehr und Zivilbehörden simulieren den Ernstfall.

Wegen eines russischen Großmanövers sollen eilig nach Deutschland geflogene US-Soldaten „Richtung Ostflanke“ nach Polen verlegt werden. Das Szenario hat auch gleich ein Problem nach dem anderen. Erst fällt der Funkkontakt zu dem Flugzeug aus, mit dem Scholz aus Berlin gekommen ist. Also fliegen zwei Kampfjets mit dem Airbus A400M mit. Ein Entgiftungstrupp muss kommen, weil Saboteure den US-Konvoi mit einer chemischen Substanz attackieren. Sie werden in der Übung gefangen – und später dem Kanzler vorgeführt.

Die Übung ist nur die erste von vielen. Deutschland ist dabei, wieder an Krieg zu denken – und muss schnell neu lernen, was das Land in Zeiten des Kalten Kriegs schon einmal konnte: Es muss in kürzester Zeit Zehntausende Soldaten aufnehmen können – und diese dann schnell durch das Land in Richtung Osten verlegen. „Host Nation Support“ nennt das die Nato.

In einer Krise oder einem Krieg kämen bis zu 300 000 Soldaten, die meisten mit dem Flugzeug. Außerdem gigantische Mengen Militärgerät, die mit Schiffen in norddeutschen und niederländischen Häfen ankämen. Dann geht es per Zug und Lastwagen nach Polen und ins Baltikum, die neuen Frontstaaten.

Deutschland ist das Logistikzentrum. „In der Mitte Europas, der Herzkammer

des Bündnisses“, so formuliert es die Bundeswehr, hat Deutschland eine besondere Verantwortung „für die Glaubwürdigkeit der Abschreckung der Nato“.

In den nächsten Wochen soll der Ernstfall im großen Maßstab geübt werden – bis zu 40 000 Soldaten sollen zur Nato-Großübung „Steadfast Defender“ allein aus den USA kommen. Teil des Manövers ist auch die von Deutschland organisierte Übung „Quadriga“. Damit will die Bundeswehr den raschen Aufmarsch an die Nato-Ostflanke trainieren. Es ist das größte Manöver seit Ende des Kalten Kriegs und soll von Februar bis Mai 2024 dauern. Deutschland wird mit etwa 12 000 Soldaten dabei sein.

Verteidigungsminister Boris Pistorius spricht inzwischen davon, dass Deutschland wieder „kriegstüchtig“ werden muss.

Deutschland ist dabei, wieder den Krieg zu denken – und muss schnell viel lernen.

Für die Formulierung hat der Sozialdemokrat auch aus der eigenen Partei Kritik bekommen. Wie das dann aussehen und welche Konsequenzen das im deutschen Alltag haben wird, soll die Großübung „Quadriga“ zeigen. Viel Militär wird in den nächsten Wochen auf der Straße zu sehen

sein, lange Kolonnen mit Soldaten und Panzern, also wie früher im Kalten Krieg.

Aber bei den Planungen wurden viele Probleme gefunden. Im Verteidigungsministerium kann Generalleutnant Kai Rohrschneider davon erzählen, wie gut Deutschland einmal war. Bis in die 90er-Jahre fanden Verlegeübungen mit bis zu 130 000 Soldaten statt. Der Codename „Reforger“ stand für „Return of Forces to Germany“. 30 000 Soldaten der Bundeswehr waren für Planung und Organisation zuständig. Mit den „Wallmeistern“ hatte die Truppe sogar Spezialisten, die auch jeden Tunnel und jede Autobahn kannten. Auf gelben Schildern stand, welches Gewicht eine Brücke tragen kann. So wusste man, wo welcher Panzer fahren konnte. Dann wurde fast alles abgebaut, denn der Kalte Krieg war vorbei.

Jetzt muss Rohrschneiders Team in großer Geschwindigkeit wieder aufbauen,

der Saboteur, -e (franz.)

• Person, die eine Sabotage macht oder plant

vorführen

• hier: bringen; zeigen

bewachen

• hier: aufpassen, dass sie nicht weglaufen

die Stacheldrahtrolle, -n

• ≈ zu einer Zylinderform gedrehte Menge von einem dünnen, langen Stück Metall mit spitzen Nägeln, das eine Grenze markieren kann

die Absperrung, -en

• Gegenstand oder Gegenstände, die verhindern, dass man in einen Bereich hineingehen kann

der Ernstfall, -ä-e

• Situation, in der tatsächlich passiert, was man (schon) erwartet oder sich vorgestellt hat

die Ostflanke, -n

• hier: östliche Seite, z. B. einer militärischen Gruppe oder östliche Grenze

verlegen

• hier: an einen anderen Ort bringen; umleiten

ausfallen

• hier: nicht mehr funktionieren

der Funkkontakt

• ≈ Möglichkeit, Informationen über Radiokommunikation zu senden

der Entgiftungstrupp, -s

• ≈ Gruppe von Soldaten, die giftige Substanzen wegmacht

der Kalte Krieg

• Zeit zwischen 1945 bis 1990, als Mächte mit verschiedenen Ideologien dauernd kriegsbereit waren

der Frontstaat, -en

• ≈ Staat an einer Grenze zu einem feindlichen Staat oder System

die Herzkammer, -n

• Teil des Herzens; hier: wichtiger zentraler Ort

das Bündnis, -se

• hier: ≈ Union von Staaten mit dem Zweck, sich gegenseitig zu unterstützen

die Glaubwürdigkeit

• von: glaubwürdig = hier: so, dass man keinen Zweifel daran hat, dass etwas wahr ist

die Abschreckung

• hier: Handlung, die die Motivation für ein (kriminelles) Vorhaben nehmen soll

im großen Maßstab

• hier: ≈ in ganz Groß; mit vielen Soldaten

der Aufmarsch, -ä-e

• von: aufmarschieren ≈ in (militärischen) Gruppen marschieren

der Verteidigungsminister, -

• Minister, der für das Militär verantwortlich ist

kriegstüchtig

• ≈ geeignet für einen Krieg

der Panzer, -

• schweres militärisches Transportmittel, mit dem man schießen kann

der Generalleutnant, -s

• zweithöchster General

der Wallmeister, -

• ≈ Person beim Militär, die für die Infrastruktur im Land zuständig ist, z. B. Wege

die Truppe, -n

• hier: Gruppe von Soldaten

abbauen

• hier: weniger werden lassen

aufbauen

• hier: wieder neu bauen/machen

was verloren ging: sichere Marschwege, unter Umgehung defekter Brücken, und Orte, an denen gigantische Truppen über Nacht biwakieren können. Es muss geklärt werden, woher ihr Essen kommt und wer ihre Fahrzeuge repariert.

Vieles findet sich noch in alten Dokumenten. Andere Dinge sind neu. Zum Beispiel die Frage, wie sich Strom und Steckdosen organisieren lassen, sodass Zehntausende Smartphones gleichzeitig geladen werden können, dazu ein konstant verfügbares WLAN-Netz. Wenigstens braucht es heute die gelben Schilder an Brücken nicht mehr. Welches Gewicht sie tragen können, ist digital gespeichert.

Ein weiteres Problem: Heute ist fast die gesamte Logistik privatisiert. Früher hatte die Bundeswehr viel mehr eigene Lastwagen. Heute muss sie mit Speditionen verhandeln, was nicht einfach ist. Und lassen sich genug deutsche Fahrer finden, die im Ernstfall Großgerät transportieren würden? Auch beim Bahntransport gibt es Probleme.

Schon jetzt ist klar, dass auch in Zukunft Reservisten eine wichtige Rolle spielen werden. Das Ende der Wehrpflicht 2011 hat die Armee nämlich stark verändert. Um im Ernstfall mobilisieren zu können, lässt die Bundeswehr ihre Leute nicht mehr einfach gehen. Sie können nach dem Abschied noch sechs Jahre lang wieder eingezogen werden.

Verantwortlich für die Quadriga-Organisation ist das Logistikzentrum der Bundeswehr in Wilhelmshaven. Wenigstens muss die Truppe nicht ganz bei null beginnen. Schon nach der russischen Annexion der Krim intensivierten die Nato und der damalige US-Oberkommandierende Ben Hodges die Planungen für große Truppenverlegungen.

2018 begann die Nato mit dem Aufbau eines neuen Kommandos in Ulm, des „Joint Support and Enabling Command“

(JSEC). Zwei Jahre später sollte intensiv geübt werden, mit der Verlegung einer ganzen Division aus den USA. 260 Millionen US-Dollar hatte der Kongress dafür genehmigt. Aber wegen Corona konnte die Übung nur teilweise stattfinden, Hodges' Nachfolger kommandierte eine Zeit lang aus dem Homeoffice. Im September 2021 war JSEC dann voll einsatzbereit.

Beim letzten Nato-Gipfel in Vilnius wurden neue Verteidigungspläne beschlossen, rund 4000 geheime Seiten.

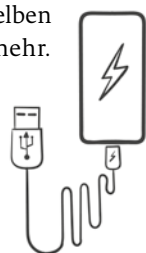
Sie sind die Pläne für die kommenden Großmanöver. Wie schwierig die zu realisieren sind, zeigte sich erst im Juni, bei der Luftwaffen-Großübung „Air Defender“. Hauptquartier war der Flugplatz im niedersächsischen Wunstorf – aber da gab es nicht genug Kerosin. Das im Kalten Krieg installierte

Nato-Pipeline-Netz für Jet-Treibstoff endet im Westen Europas. Außerdem schlossen sich in den vergangenen Jahren immer mehr zivile Flughäfen wie Frankfurt oder München an die Rohre an – denn das Militär brauchte sie kaum noch.

Für das Manöver mussten Pipeline-

Pioniere aus Husum das größte mobile Kerosin-Tanklager in der deutschen Geschichte bauen mit einer Kapazität von 2,4 Millionen Litern. Aber das wäre nur ein kleiner Teil von dem, was im Ernstfall benötigt würde. Und die wenigen verbliebenen Spezialpioniere könnten auch nicht überall mobile Tanklager bauen.

Erste Polizeibehörden haben inzwischen damit begonnen, auf die neue Realität zu reagieren. Die Sonderverkehrsregeln für Militärtransporte werden nachgeschlagen – wer eine Kolonne überholt, darf nicht wieder zwischen ihr einscheren. Für die Truppe gelten dagegen großzügigere Regeln: Fährt der erste Transporter noch bei Grün über die Ampel, dann darf der Rest auch bei Rot folgen. Vorfahrt für die Truppe – wie früher im Kalten Krieg.



Eine ganz neue Aufgabe: genug Steckdosen für Smartphone-Ladegeräte organisieren.

der Marschweg, -e

• hier: Weg, den militärische Gruppen benutzen

unter Umgehung

• wobei man andere Wege suchen muss als

klären

• hier: ein Problem analysieren und zu einem Ergebnis kommen

laden

• hier: aufladen

verfügbar

• so, dass man es haben/bekommen kann

die Spedition, -en

• Transportfirma

verhandeln

• hier: diskutieren und sich einigen

der Reservist, -en

• Person mit einer militärischen Ausbildung, die nicht beim Militär aktiv ist

die Wehrpflicht

• Pflicht zur militärischen Ausbildung

einziehen

• hier: bestimmen, dass man die militärische Ausbildung beginnen muss oder in einem Krieg kämpfen muss

der/die Oberkommandierende, -n

• Person mit höchster Position beim Militär oder bei einem Teil des Militärs

die Division, -en

• hier: größere militärische Gruppe

der Nachfolger, -

• Person, die Amt und Aufgaben übernimmt

das Homeoffice

• Arbeit von zu Hause

voll einsatzbereit

• so, dass man im Notfall sofort für die Erfüllung seiner Aufgaben bereit ist

der Gipfel, -

• hier: Konferenz

die Luftwaffe

• Teil der Armee, der mit Flugzeugen kämpft

das Hauptquartier, -e

• hier: ≈ Ort, an dem die Armee ihre Zentrale hat

der Treibstoff, -e

• z. B. Benzin, Diesel

sich anschließen an

• hier: mit der Leitung verbinden

das Rohr, -e

• hier: Pipeline

der Pionier, -e

• hier: ≈ Soldat, der die Infrastruktur für die Armee im Krieg vorbereitet

verblieben

• noch übrig; noch da

die Kolonne, -n

• hier: lange Reihe von (militärischen) Fahrzeugen

einscheren

• ≈ sich beim Fahren wieder in eine Reihe ordnen

großzügig

• hier: ≈ tolerant; so, dass mehr erlaubt ist

KOLUMNE – ALIAS KOSMOS

Land der Straßenschilder

Das Angebot an Schildern zwischen Alpen und Nordsee ist gigantisch. Manche warnen, andere verbieten – und bei einigen empfiehlt unsere Autorin eine schnelle Flucht.

SCHWER AUDIO

Alia Begisheva

wurde in Moskau geboren. Heute lebt sie mit ihrem kanadischen Mann und ihren zwei Kindern in Frankfurt am Main und weiß viel besser als viele ihrer deutschen Nachbarn, dass man Papier und Glas nicht in dieselbe Mülltonne wirft. Für jedes Heft schreibt sie diese Kolumne.



Es gibt in Deutschland mehr als 20 Millionen Straßenschilder. Bei fast 85 Millionen Deutschen bedeutet das: mindestens ein Schild pro nur vier Personen. Das ist Luxus! Ich habe Zweifel daran, dass der deutsche Staat auf irgendeinem anderen Gebiet großzügiger ist. Egal ob Bücher in Bibliotheken, Sitzplätze in Bussen, Stühle im Wartezimmer oder Beamtinnen pro Antragsteller mit dem Anfangsbuchstaben A – nichts davon gibt es in ähnlich großen Mengen wie Straßenschilder.

Deutsche wissen das aber überhaupt nicht zu schätzen. Noch nie habe ich eine Deutsche sagen hören: „Ich bin mit dem Angebot an Schildern in unserem Land sehr zufrieden, da hat die Regierung einen wirklich guten Job gemacht!“ Die meisten zählen lieber Dinge auf, die es nicht in diesen Mengen gibt: saubere Schultoiletten, Kindergartenplätze, Busfahrer, Fahrradwege, Hebammen, bezahlbare Wohnungen.

Die 20 Millionen Straßenschilder kann man in Gebotsschilder, Verbotsschilder und Warnschilder kategorisieren. Verboten ist es oft zu parken, auf dem Rasen zu spielen, Privatgelände zu betreten, in der Fußgängerzone Fahrrad zu fahren oder Tiere zu füttern. Das wird verbalisiert mit Wörtern wie verboten, untersagt, nicht erlaubt oder nicht gestattet. Aber auch wenn Sie widerrechtlich, Zu widerhandlung, strafrechtlich verfolgt, strengstens oder Eltern haften für ihre

Kinder lesen, können Sie sicher sein, dass es sich um ein Verbot handelt.

Auf Warnschildern sieht man im Gegensatz dazu oft Bilder statt Worte. So warnen sie vor Kühen, die auf die Straße laufen, Waldtieren, die aus dem Gebüsch springen, Schiffen, die plötzlich ganz nah neben Personen im Ruderboot fahren, Schneeflocken und Steinen, die vom Himmel fallen können.

Denn der Sinn der Warnschilder ist, vor Dingen zu warnen, die theoretisch passieren können – auch wenn es extrem unwahrscheinlich ist. Ich habe zum Beispiel noch nie Schnee bei 30 Grad im Schatten erlebt. Aber die kleine schwarze Schneeflocke im roten Dreieck, die bleibt trotzdem im Unterbewusstsein. „Pass auf, sie haben dich doch gewarnt“, sagt einem das präventiv schlechte Gewissen leise.

Das ist auch viel effektiver als eine Formulierung wie: Kein Winterdienst! Betreten auf eigene Gefahr!

Und dann gibt es noch die selbstgemachten Schilder. In ihnen erkennt man großes gesellschaftliches Engagement und besonderen Wortreichtum. Zum Beispiel: Vernünftige fahren hier kein Rad, den anderen ist es verboten! oder Dies ist ein Garagentor, nur ein Trottel parkt davor! Meine Empfehlung: Machen Sie um diese Verbotszonen den größten Bogen. Zu groß ist die Gefahr, dass man hier genau den Deutschen begegnet, die so gern aufzählen, was in ihrem Land alles fehlt.

Bei nichts anderem ist der deutsche Staat so großzügig wie bei Straßenschildern.

der Antragsteller, -

• von: einen Antrag stellen
= hier: ein Formular ausfüllen und so versuchen, eine Erlaubnis zu bekommen

(nicht) zu schätzen wissen

• (nicht) den Wert von etwas Gutem erkennen

aufzählen

• eines nach dem anderen nennen

die Hebamme, -n

• Frau, die bei der Geburt hilft

das Gebotsschild, -er

• Schild, das zeigt, was man tun soll

das Gelände, -

• Areal

betreten

• treten auf; hineingehen in

verbalisieren

• hier: ausdrücken

widerrechtlich

• unerlaubt; illegal

die Zuwiderhandlung, -en

• Handeln gegen ein Verbot

strafrechtlich verfolgt

• hier: mit Sanktionen von der Polizei und Justiz

strengstens

• absolut

haften für

• (bei einem Schaden) verantwortlich sein für

das Gebüsch, -e

• ≈ mehrere kleine Bäume, die eng zusammen stehen

die Schneeflocke, -n

• einzelner Teil des Schnees, der vom Himmel fällt

das Dreieck, -e

• geometrische Form mit drei Ecken

das Unterbewusstsein

• ≈ Denken und Emotionen: Man hat sie, ohne es zu merken.

das schlechte Gewissen

• hier: Gefühl, etwas Falsches zu tun

das Engagement (franz.)

• von: engagiert = hier: mit einer sozialen Idee als Motivation

der Wortreichtum

• hier: Qualität, dass ein Text besonders viele (und oft auch spezielle) Wörter hat

der Trottel, -

• 🗨️ Idiot

einen großen Bogen machen um

• hier: 🗨️ lieber auf Distanz zu ... bleiben



Diesen Text hier kostenlos hören!

www.deutsch-perfekt.com/audio-gratis/2

Mehr als ein Talent

Podcasts, Filme, Fernsehen – und jetzt ein neues Album: Entertainer Olli Schulz kennt keine Kreativ-Pausen.

Die Musik-Karriere von Olli Schulz begann vor und hinter der Bühne. Er arbeitete zuerst als Bühnenhelfer und Security-Mann in seiner Heimatstadt Hamburg – und er schrieb eigene Songs. Für Musik hat sich Schulz schon immer interessiert. 2003 publizierte er dann mit seinem Freund Max Schröder sein Debütalbum Brichst du mir das Herz, dann brech' ich dir die Beine. Trotz dieses aggressiven Titels: Charakteristisch für Schulz ist sein Humor.

2009 machte er sein erstes Album ohne Max Schröder: Auf Es brennt so schön war auch der Spaß-Song „Mach den Bibo“. Mit ihm wurde er beim Musikwettbewerb Bundesvision Song Contest von Stefan Raab Fünfter für das Bundesland Hamburg.

Am Anfang war Schulz' Musik vor allem bei Indie-Fans populär. Aber bald kannte ihn auch ein größeres Publikum. Seine letzten beiden Alben kamen in die Top Ten der deutschen Charts.

20 Jahre nach seinem Debüt und sechs Jahre nach seinem letzten Album Scheiß Leben, gut erzählt publiziert Schulz am

9. Februar ein neues: Vom Rand der Zeit mit elf neuen Songs. Am gleichen Tag startet auch seine Tour.

Auch wenn es ein paar Jahre lang kein neues Album von Schulz gab, hat er keine Pause gemacht. Er ist ein Entertainer – und das nicht nur auf der Konzertbühne. Schulz ist ein Multitalent. Man kennt ihn auch als Schauspieler, Moderator und Podcaster. Seit 2016 macht er mit dem Moderator Jan Böhmermann den populären Podcast „Fest und flauschig“. Schon davor waren die beiden gemeinsam zu hören: Ihre Podcast-Karriere hat schon vier Jahre vorher im Radio mit der Sendung „Sanft und sorgfältig“ begonnen.

Immer wieder ist Schulz außerdem im Fernsehen. Er war Sidekick der Comedy-Moderatoren Klaas Heufer-Umlauf und



der Bühnenhelfer, -

• Person, die beruflich Bühnen baut; Stagehand

bröchen

• kaputtmachen

Mach den Bibo. ▶ 🐤

Tanz wie der gelbe Vogel aus der bekannten Kindersendung „Sesamstraße“.

der Musikwettbewerb, -e

• ≈ Turnier für Musik

der Bundesvision Song Contest, -s

• TV-Casting: Das deutsche Publikum wählt aus 16 regionalen Acts den deutschen Kandidaten für den Eurovision Song Contest.

das Bundesland, -ä-er

• Teil von einer föderalistischen Republik

scheiß ...

• 🤨 🤨 extrem ärgerlich

der Rand, -ä-er

• ≈ Ende

der Moderator, Moderatoren

• hier: Person, die in einer Fernsehshow mit Gästen spricht

fest

• stabil; auch: stark

flauschig

• angenehm weich wie ein Teddy

sanft

• hier: angenehm

sorgfältig

• so, dass man auf Details achtet



Olli Schulz ist bald auch wieder live zu sehen und zu hören.

Eine Musikerin bei der Arbeit

Mit elektronischer Musik ist die Komponistin und Sängerin Barbara Morgenstern bekannt geworden. Inzwischen sind in ihren Liedern weniger Computer-Sounds, sondern mehr Instrumente zu hören. Zu ihrem neuen Album In anderem Licht (ab 24.1.) soll es 2025 einen Dokumentarfilm von Sabine Herpich geben, der die Entstehung der Platte zeigt. Das Video zum Titelsong gibt einen ersten Eindruck davon. In dem rund sechs Minuten langen Clip kann man Morgenstern und anderen Musikern bei der Arbeit an dem Lied zusehen.

in anderem Licht

• hier: in einem anderen Kontext: So versteht man etwas anders.

die Entstehung, -en

• hier: Machen

die Platte, -n

• hier: Album

der Titelsong, -s

• hier: Song mit demselben Namen wie das Album

der erste Eindruck, -ü-e

• hier: Kennenlernen: So bekommt man eine Idee, wie etwas wahrscheinlich ist.

zusehen bei

• sehen, wie jemand ... tut



Opernsängerin Diana Damrau

Drei Städte

Sopranistin Diana Damrau hat auf vielen Bühnen der Welt gesungen. Auf ihrem Album Operette beschäftigt sie sich mit den Opernstädten Wien, Berlin und Paris. Es unterstützen sie das Münchner Rundfunkorchester, Dirigent Ernst Theis und als Gaststar Tenor Jonas Kaufmann.

sich beschäftigen mit

• hier: zum Inhalt der Arbeit machen

das Münchner Rundfunkorchester

• Münchener Orchester der Fernseh- und Radiostationen aus Bayern

der Dirigent, -en

• Chef eines Orchesters

Joko Winterscheidt. Er entdeckte in eigenen TV-Sendungen zum Beispiel unbekannte Städte, sprach mit Menschen in einem Altenheim oder ging der Frage „Wie klings Deutschland?“ nach.

Auch aus Filmen kennt man Schulz. Zum Beispiel spielte er 2016 in Sven Unterwaldts Komödie Antonio, ihm schmeckt's nicht mit. Zusammen mit dem Unternehmer und Influencer Fynn Kliemann war er 2021 außerdem in der Doku-Serie „Das Hausboot“ auf Netflix zu sehen. Die beiden kauften nach dem Tod des Sängers Gunter Gabriel sein Hausboot und wollten es renovieren.

Trotz aller anderen kreativen Aktionen kehrt Schulz immer wieder zurück zur Musik, mit der er mit Humor seine Geschichten erzählt. Ana Maria März

nachgehen

• hier: genauer untersuchen

klings

• auf eine spezielle Art zu hören sein

der Unternehmer, -

• Chef einer Firma

zurückkehren zu

• hier: wieder ... machen



Ästhetische Details

Historie des Films

Die Völklinger Hütte ist ein früheres Eisenwerk in Völklingen im Saarland – und heute UNESCO Weltkulturerbe. In einer historischen Halle zeigt ihre multimediale Ausstellung „Der deutsche Film. 1895 bis heute“ (bis 18.8.) fast 130 Jahre Filmgeschichte.

das Eisenwerk, -e

- ziemlich große Fabrik zur Herstellung von einem schweren Metall

das UNESCO Weltkulturerbe

- Gebäude und Städte im UNESCO-Register: Man soll sie für die Menschen in Zukunft schützen.

die Halle, -n

- großer, hoher Raum



Im Prozess

1993 starb die Künstlerin Anna Oppermann mit nur 53 Jahren. In der Bundeskunsthalle in Bonn ist nun die Ausstellung „Anna Oppermann. Eine Retrospektive“ (bis 1.4.) zu sehen. Die Konzeptkünstlerin wurde im Kontext der Ausstellung Documenta in Kassel international bekannt. Sie machte Ensembles aus Zeichnungen, Notizen, Fotografien und Objekte. Mit ihnen zeigte die Künstlerin ihre Arbeitsmethode. Für sie war der Schaffensprozess Teil der Kunst.

die Bundeskunsthalle

- Kunstmuseum, das dem Staat und den Regionen des Landes gehört

das Ensemble, -s (franz.)

- hier: Gruppe von Kunstobjekten mit inhaltlicher Verbindung

der Schaffensprozess, -e

- Prozess der Herstellung

AUSSTELLUNGEN MITTEL

Naturzyklus

Bei der Arbeit der Fotografin Herline Koelbl ist zum ersten Mal nicht der Mensch das Thema.

Für Metamorphosen interessiert sich die 1939 geborene Fotografin Herline Koelbl schon lange. Das zeigt auch ihr bekanntestes Werk *Spuren der Macht*. Die Verwandlung des Menschen durch das Amt. Von 1991 bis 1998 fotografierte sie für das Langzeitprojekt deutsche Politikerinnen und Politiker wie Angela Merkel oder Gerhard Schröder und andere mächtige Menschen. In der Ausstellung „Herline Koelbl. Metamorphosen“ (bis 1.4.) im Grassi Museum für Angewandte Kunst in Leipzig ist auch Transformation das Thema. Hier steht aber zum ersten Mal bei Koelbl nicht der Mensch im Zentrum. In 160 Fotografien, zwei Videos und einer Soundinstallation zeigt die Künstlerin die Natur und die Welt der Pflanzen. Bei dem Langzeitprojekt dokumentiert sie für eine Zeit von acht Jahren mit der Kamera den Zyklus vom Werden und Vergehen der Natur.

das Werk, -e

- hier: Produkt eines Künstlers

die Spur, -en

- Sache, an der man erkennt, dass etwas da ist/war

die Macht

- hier: politische Kontrolle

die Verwandlung, -en

- Metamorphose

durch

- hier: wegen

das Amt, Ä-er

- hier: offizielle Position

das Langzeitprojekt, -e

- Projekt, das über eine längere Zeit dauert

mächtig

- mit Macht

die Angewandte Kunst

- Kunst zu dekorativen Möbeln oder Gegenständen

vergehen

- hier: am Ende des Lebenszyklus kaputtgehen

BUCH **MITTEL**Autorin
Elina Penner

Universell?

Muttersein ist für niemanden einfach. Meistens wird es aber aus der Perspektive einer weißen Großstadt-Deutschen erzählt.

Elina Penner macht Elternschaft zum Politikum. Und das, ohne dem Thema seine Komplexität zu nehmen. Denn ja: Kinder wollen Süßes auf dem Löffel, egal ob dieser aus Gold, Silber oder Plastik ist. Unter dem lauten Protest am Esstisch wird gesunde Ernährung zum universellen Brokkoliprobem. Ist es das aber auch wirklich: universell? Penners Buch macht deutlich: Soziale Klasse wird umso sichtbarer, wenn dabei auch Migration ein Thema ist. Denn eine Migrantenmutter erlebt das Elternsein anders. Ihr Erziehungsstil ist anders. Der ihrer Eltern war anders. Und als erste in der Familie, die ihre Kinder komplett in Deutschland erzieht, ist ihre Perspektive darauf erst einmal neu.

Zum Glück liest sich Migrantentmutter nicht wie ein soziologisches Sachbuch. Mit dem genau richtigen, bösen Humor schreibt Penner über Esskultur und Schule, Geschlechter und Autorität. Und zeigt, dass man es sich als Migrantentmutter auch mal leicht machen muss, weil man es früher umso schwerer hatte.

die Elternschaft, -en
• ≈ Elternsein

das Politikum, Politika
• hier: politische Kontroverse

sichtbar
• so, dass man es sehen kann

die Mutti, -s
• Mama

erleben
• ≈ als Erfahrung machen

der Erziehungsstil, -e
• pädagogischer Stil, z. B. autoritär

sich lesen wie
• hier: beim Lesen an ... erinnern

das Sachbuch, -ü-er
• Buch, in dem Informationen oder Ratschläge stehen

(es) schwer haben
• Schwierigkeiten haben



Sprachkurse und Sprachferien

Learn English in Cornwall

ONLINE COURSES
NOW AVAILABLE

www.learnenglishincornwall.co.uk
Julie Tamblin MA - 0044 (0) 1208 871 184

Studitalia Sardinien
Italienisch lernen
Sprachferien in Olbia
www.studitalia.com
(0039) 333 2133760 infotiscali@studitalia.com

cjd
Das Bildungs- und Sozialunternehmen

Ihre Spende wirkt

... direkt, effektiv und nachhaltig. Ermöglichen Sie jungen Menschen ein Leben mit Perspektive. Danke, dass Sie helfen!

Mehr zu unseren Projekten:
www.cjd-bw.de/spenden

Das Zusammen wirkt.

Nächste Anzeigentermine:

Ausgabe	Anzeigenschluss
04/2024	02.02.2024
05/2024	23.02.2024
06/2024	22.03.2024

CoCo Lingua
ittola!
SPRACHREISEN IN LANZAROTE
LIVE! ONLINE SPANISCHKURSE
GRATIS TESTEN: cocolingua.com

scuola toscana
Italienisch in Florenz

-BILDUNGSURLAUB KURSE
ab € 284 / Woche

-FLORENZ ENTDECKEN
ab € 490 / Woche

-ITALIENISCH, WEIN & KÜCHE
ab € 470 / Woche

Scuola Toscana, Italienisch in Florenz seit 1989
Via dei Benci 23 - 50122 Firenze - Italia
tel.+39 055 244583 (h.8.30/13.00)
www.scuola-toscana.com
mail: info@scuola-toscana.com

Kontakt für Anzeigenkunden
+49-89/85681-131
ZEIT SPRACHEN GmbH – Ihr Ansprechpartner für Beratung und Verkauf
sales@zeit-sprachen.de

ZEIT SPRACHEN



Winter geht auch anders

Immer wieder im Schnee konventionell von einem Berg nach unten fahren? Ein bisschen langweilig. Für großen Spaß an kalten Tagen gibt es originellere Ideen. Wir haben da mal ein paar Vorschläge. Von Ilja Behnisch **LEICHT**

1. Hoch oben hängen

Manche Menschen macht nur viel Adrenalin besonders glücklich. Aktivitäten wie Achterbahn-Fahren sind bei extremer Kälte aber nicht möglich. Gut, dass es im Winter eine Alternative gibt – ohne Teil der Knochenbrecher-Fraktion der Skisport-Fans werden zu müssen. „Mont 4 Zipline“ heißt die 1,4 Kilometer lange Abfahrt an einem Drahtseil. Sie findet in einer Höhe von 383 Metern statt. Man wird dabei bis zu 130 Kilometer pro Stunde schnell. Zum Vergleich: Man sagt, dass die Achterbahn Silver Star im Europapark Rust die schnellste Achterbahn Deutschlands ist. Sie wird maximal 127 Kilometer pro Stunde schnell. Die höchste Zipline der Welt und längste der Alpen ist im Kanton Wallis im Südwesten der Schweiz, am 3329 Meter hohen Mont Fort. Anders als in den meisten Freizeitparks kommt das Adrenalin hier wenigstens in schöner Natur.

2. Im Hot Tug auf dem See

Das Winter-Panorama am Brienersee im Kanton Bern im Westen der Schweiz ist fantastisch – speziell, wenn man über den See fährt. Das geht komfortabel im Hot Tug: Die Kombination aus Badewanne und Miniatur-Dampfschiff fährt eineinhalb Stunden über den rund 30 Quadratkilometer großen See. Der Hot Tug funktioniert mit einem Elektromotor. Im 38 Grad Celsius warmen Wasser hat man dann den Blick auf die Alpen.

3. Mythische Erzählungen

„Leichen und Laternen – die ganz besondere Tour“, das ist der Slogan von Monika Schmidlin als „Lichtsagerin“. Das ist eine historische Figur des Schwarzwalds im Südwesten Deutschlands. Früher ist die Lichtsagerin zu den Häusern gekommen, um Beerdigungen bekannt zu machen. Die moderne Lichtsagerin erzählt aber auch vom Leben. Ihre Reise geht durch die Region des Kaiserstuhls. Außer einer Wanderung sind typisches Essen aus der Region, Alkohol und mythische Geschichten inklusive.

die Achterbahn, -en

• Bahn mit kleinen Wagen: Sie fahren auf Gleisen nach oben und unten.

die Kälte

• von: kalt

die Knochenbrecher-Fraktion, -en

• hier: ☹️ Fans von Risikosport: Man kann sich dabei schlimm verletzen.

der Skisport

• Sport auf zwei langen Stücken: Damit kann man auf Schnee einen Berg hinunterfahren.

die Abfahrt, -en

• hier: ein Mal nach unten Fahren

das Drahtseil, -e

• dünnes, langes Stück aus Metall

die Höhe, -n

• von: hoch

der Freizeitpark, -s

• Park mit Karussells, Spielplätzen oder Shows

das Dampfschiff, -e

• Schiff mit einer Turbine: Das Kochen von Wasser bringt sie in Rotation.

die Leiche, -n

• Körper von einem Toten

die Laterne, -n

• hier: mobile Lampe für eine Wanderung

besondere (-r/-s)

• spezielle (-r/-s)

die Figur, -en

• hier: bekannte Person

der Schwarzwald

• Bergregion im Südwesten von Deutschland

die Beerdigung, -en

• von: beerdigen = einen Toten mit einer Zeremonie an einen speziellen Platz setzen

der Kaiserstuhl

• Bergregion im Westen von Deutschland

die Geschichte, -n

• hier: Erzählung

4. Biathlon – nicht nur im Fernsehen

Im Fernsehen gibt es schon seit Wochen sehr viel Biathlon-Sport zu sehen. Wie beim Fußball sitzen jetzt Hobby-Expertinnen und -Experten zu Hause auf dem Sofa und kommentieren. Erst kommen mehrere Kilometer Sprint. Danach müssen die Teilnehmerinnen 4,5 (Schießen im Liegen) oder 11,5 Zentimeter (Schießen im Stehen) große Zielscheiben treffen – und das aus einer Distanz von 50 Metern. Dieser Sport ist nicht ganz einfach. In der Nordic-Schule am Notschreipass im Süden des Schwarzwalds kann man ihn auch real und aktiv erleben. Zweieinhalb Stunden dauert ein erster Biathlon-Kurs. Dort bekommt man eine Einführung in die Technik für Schießen und Langlauf. Am Schluss des Kurses findet auch ein Wettkampf statt. Teilnehmende sollen mindestens 14 Jahre alt sein. Außerdem haben sie am besten schon einmal Langlauf gemacht.

5. Kaltes Camping

Outdoor-Aktivitäten und Survival-Tipps boomen. Das zeigen populäre Youtube-Formate wie „7 vs. Wild“. Darin überleben mehr oder weniger bekannte Menschen mehr oder weniger allein in der Natur. Die Reduzierung auf das absolut Elementare liegt im Trend. Wer das einmal versuchen will, muss aber nicht direkt bei einer Reality-Show mit mehr als zehn Millionen Zuschauern mitmachen. Das „Survival-Camp Nagold“ ist genug. Rund 35 Kilometer von Tübingen entfernt zeigen dort Ex-Elitesoldaten, wie es draußen ganz ohne Hilfe geht. Das Camp gibt es mit oder ohne Übernachtung – auch bei Temperaturen von unter null Grad Celsius und im Schnee. Informationen des Anbieters zum Trainingsprogramm: Konstruktion einer Unterkunft, Feuer machen, in der Natur Wasser bekommen und Essen machen. Zwischen 24 und 30 Stunden dauert die Einführung. Um teilzunehmen, muss man mindestens 16 Jahre alt sein.

6. Stand-up-Paddling in Neopren

Stand-up-Paddling ist keine für den Winter typische Aktivität. Eigentlich. Aber auf dem Fuschlsee in der Nähe von Salzburg ist das anders. Dort ist von Dezember bis März nicht nur Winterbaden möglich, sondern auch SUP (wie Nerds das Stand-up-Paddling nennen). In einem Neoprenanzug und Stiefeln geht man auf das Brett – und auf ihm schwimmt man dann auf dem Wasser. Im Winter ist der See zwischen drei und fünf Grad Celsius kalt. Bei der Tour sind erfahrene SUP-Trainerinnen dabei. Und noch eine Information für alle mit schlechtem Gleichgewichtsorgan: Der Fuschlsee hat eine extrem gute Wasserqualität.

7. Mehr Licht im Universum sehen

Bis zu 6500 Sterne sind an einem klaren Abendhimmel zu sehen. Für viele Menschen ist das aber nur Theorie. Denn nicht nur in den Großstädten findet das Auge auch mit Mühe oft nur ein paar wenige Sterne. Lichtverschmutzung heißt das Phänomen. Es ist nicht nur für Romantiker ein Problem, sondern auch für die Natur. Viele Insektenarten brauchen nämlich eine Mindestmenge Dunkelheit. Und auch für Pflanzen hat zu viel Licht negative Effekte. Das alles lernt man, wenn man mit Rangerinnen des Nationalparks Hohe Tauern die Sternenhimmel-Tour macht. Das Areal ist der größte Nationalpark Österreichs und der Alpen. Es liegt in den österreichischen Regionen Salzburg, Tirol und Kärnten. Die Tour dauert drei Stunden. Eine Stunde läuft man. Zwei Stunden hört man zu und sieht Sternbilder. Los geht es immer um 17.30 Uhr und ab dem Alter von zehn Jahren. Eine Emotion ist inklusive – die von der großen Freiheit.

Erst kommen ...

- hier: Zuerst gibt es ...

schießen

- z. B. eine Pistole benutzen

die Zielscheibe, -n

- ≈ rundes, dünnes Stück:

Für die meisten Punkte muss man genau in die Mitte schießen.

der Notschreipass

- hier: hohe Straße im Südwesten von Deutschland: Auf ihr kommt man über die Berge.

erleben

- ≈ als Erfahrung machen

die Einführung, -en

- hier: Erklärungen für den Anfang

der Langlauf

- Sport: Man fährt auf Skiern meistens geradeaus. Der Weg geht nicht sehr nach unten.

der Wettkampf, -ä-e

- ≈ Turnier mit der Frage: Wer ist der/die Beste?

überleben

- ≈ auch bei schweren Konditionen weiter leben

das Elementare

- wichtigste Sache

im Trend liegen

- ≈ ein Trend sein

der Zuschauer, -

- hier: Person: Sie sieht eine Show im Fernsehen oder Internet.

... entfernt

- mit einer Distanz von ...

der Elitesoldat, -en

- Person weiter oben in der Hierarchie von der Armee: Sie streitet in Uniform für ihr Land.

der Anbieter, -

- hier: Firma: Sie bietet einen Service an.

nennen

- hier: ≈ sagen zu

der Stiefel, -

- hoher, stabiler Schuh

das Brett, -er

- hier: Sportgerät: Darauf steht man beim SUP.

das Gleichgewichtsorgan, -e

- Organ im Ohr mit einer speziellen Funktion: Man kann geradeaus gehen und fällt nicht.

der Stern, -e

- hier: ≈ helles rundes Licht: Man sieht es wie Hunderte andere nachts über unserem Planeten.

der Abendhimmel, -

- Atmosphäre über unserem Planeten am Abend

mit Mühe

- ≈ schwer

die Lichtverschmutzung, -en

- ökologisches Problem: Es gibt zu viel unnatürliches Licht.

die Insektenart, -en

- Sorte von Insekten

die Mindestmenge, -n

- hier: nötiges Minimum

das Sternbild, -er

- astronomische Konstellation

Das nächste
Deutsch perfekt
gibt es ab dem
16. Februar.

UNSER SERVICE FÜR SIE

Fragen zu Abonnement und Einzelbestellungen (customer service, subscriptions)

Unser Serviceportal erreichen Sie 24 Stunden täglich unter:
<https://kundenportal.zeit-sprachen.de>

Sie lesen Deutsch perfekt privat oder arbeiten für eine Buchhandlung?
Tel. +49 (0) 89 / 12 14 07 10, Fax +49 (0) 89 / 12 14 07 11, abo@zeit-sprachen.de

Sie unterrichten oder wollen uns als Firma kontaktieren?
Tel. +49 (0) 89 / 95 46 77 07, Fax +49 (0) 89 / 95 46 77 08, lehrer@zeit-sprachen.de

Einzelverkauf und Shop
Tel. +49 (0) 89 / 95 46 99 55, sprachenshop@zeit-sprachen.de

Unsere Servicezeiten Montag bis Freitag: 8 bis 20 Uhr, Samstag: 9 bis 14 Uhr

Postanschrift ZEIT SPRACHEN GmbH Kundenservice, 20080 Hamburg/Deutschland

Konditionen

Abonnement pro Ausgabe (14 Ausgaben p. a.)

Deutschland 8,99 € inklusive Mehrwertsteuer und Versandkosten, Österreich 9,50 € inkl. Mehrwertsteuer und Versandkosten, Schweiz 13,50 sfr inklusive Versandkosten, übriges Ausland € 8,99 plus Versandkosten

Studierende bekommen gegen Nachweis eine Ermäßigung.

Die Lieferung kann nach Ende des ersten Bezugsjahres jederzeit beendet werden – mit Geld-zurück-Garantie für bezahlte, aber noch nicht gelieferte Ausgaben.

CPPAP-Nr. 1019 U 88497

Einzelverkaufspreis Deutschland: 9,90 €

ZEIT SPRACHEN publiziert

Spotlight, Business Spotlight, Écoute, Ecos, Adesso und Deutsch perfekt

Fragen zu Themen im Heft

Schreiben Sie unseren Didaktikerinnen und Journalisten für alle Fragen, Vorschläge, Kritik und Lob:
deutsch-perfekt@zeit-sprachen.de

IMPRESSUM

Chefredakteur

Jörg Walser (V.i.S.d.P.)

Redaktion

Barbara Duckstein
Julian Großherr
Katharina Heydenreich
Eva Pfeiffer

Leitung Crossmedia

Elke Latinović

Gestaltung

Anna Sofie Werner

Bildredaktion

Sarah Gough

Autorinnen

Ana Maria März
Anne Wichmann

Leiter Herstellung und Digitales Publishing

Thorsten Mansch

Verlag und Redaktion

ZEIT SPRACHEN GmbH
Kistlerhofstr. 172
81379 München
www.deutsch-perfekt.com

ISSN 1861-1605

Geschäftsführer

Ulrich Sommer

Chief Marketing Officer und Chief Operating Officer

Alexander Holm

Vertriebsleiter

Nils von der Kall/Zeitverlag

Vertrieb Einzelverkauf

DMV Der Medienvertrieb
GmbH & Co. KG
www.dermedienvertrieb.de

Vertrieb Abonnement

DPV Deutscher
Pressevertrieb GmbH
www.dpv.de

Litho

Mohn Media Mohndruck GmbH,
33311 Gütersloh

Druck

Vogel Druck & Medienservice
GmbH, 97204 Höchberg

Anzeigenverkauf und Disposition

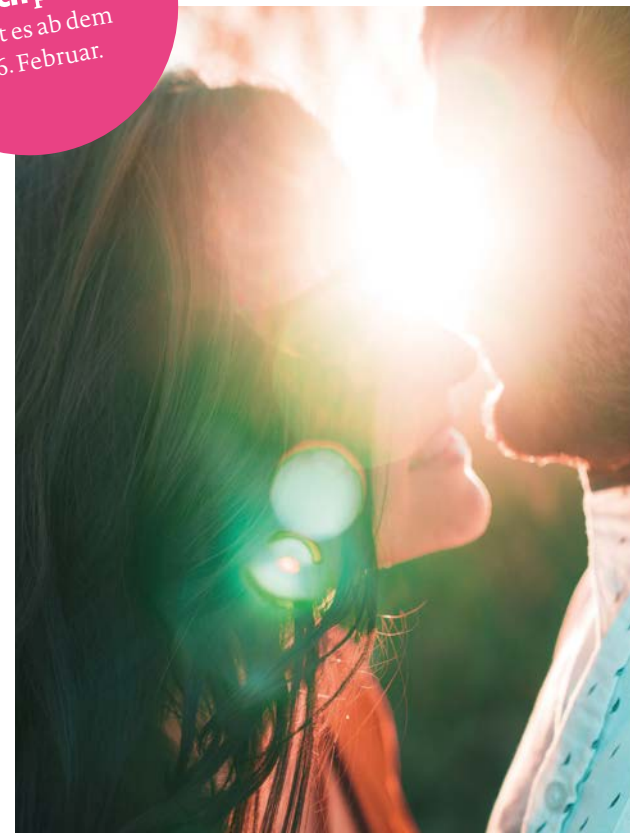
Eva-Maria Markus
Tel. +49 (0) 89 / 85 68 1131
eva-maria.markus@zeit-sprachen.de
<https://unternehmen.zeit-sprachen.de/fuer-werbekunden>

Werbevermarktung

iq media marketing gmbh
Tel. +49 (0) 2 11 / 8 87 13 02
info@iqm.de
Media: www.iqm.de

© 2024 ZEIT SPRACHEN GmbH,
auch für alle genannten Autoren,
Fotografen und Mitarbeiter

Die ZEIT SPRACHEN GmbH
ist ein Tochterunternehmen
der Zeitverlag Gerd
Bucerius GmbH & Co. KG.



Wenn Liebe keine Grenzen kennt

Wie ist das, wenn sich Menschen aus verschiedenen Ländern für ein gemeinsames Leben entscheiden? Wie gelingt so eine Beziehung am besten? Interkulturelle Paare und Expertinnen geben Tipps – und erklären, warum Sprache dabei besonders wichtig ist.

SSSSSSSSSWUSCH!

Lange vor dem Beginn des Internets sucht die Post in Hamburg einen Weg, Nachrichten sehr schnell durch die Metropole zu schicken. Es ist eine Zeit, in der die Pläne gar nicht groß genug sein können. Die Lösung könnte aus einem Science-Fiction-Film stammen. Das internationale Interesse ist groß. Was haben die sich ausgedacht?

gemeinsame (-r/-s)

• für alle zusammen

gar nicht groß genug sein können


•  extrem groß sein

stammen aus

• ≈ kommen von

sich ausdenken

• sich ... komplett neu überlegen

 D-A-CH-MENSCHEN – EINE VON 100 MILLIONEN

„Meine letzte Chance“

Nach dem Erfolg ihres Weltbestsellers *Dschungelkind* wurde Sabine Kuegler schwer krank. Um gesund zu werden, ging die Autorin auf eine Odyssee – zurück nach Papua-Neuguinea.

MITTEL



Sabine Kuegler

Mit dem Roman *Dschungelkind* über ihr Aufwachsen bei den Fayu in Westpapua wurde sie weltbekannt. In ihrem neuen Buch *Ich schwimme nicht mehr da, wo die Krokodile sind* erzählt Kuegler (51) von ihrer Rückkehr in den Dschungel.

Frau Kuegler, *Ich schwimme nicht mehr da, wo die Krokodile sind* – was bedeutet dieser Titel Ihres neuen Buchs?

Von meinem fünften bis zu meinem 17. Lebensjahr bin ich bei der ethnischen Gruppe der Fayu in Westpapua aufgewachsen. Meine Eltern waren Missionare und haben die Sprache erforscht. Einmal waren wir mit den Fayu auf einem Fluss unterwegs. Meine Familie und ich sind zum Schwimmen ins Wasser gesprungen. Die Fayu blieben im Boot. Als mein Vater sie nach dem Grund fragte, sagten sie, dass es an dieser Stelle sehr viele Krokodile gibt. Sie haben uns nicht gewarnt.

Warum nicht?

Ihre Antwort war: Das weiß doch jeder. Für sie war das komplett klar. Sie konnten sich nicht vorstellen, dass man das nicht weiß. Für mich ist die Geschichte symbolisch für kulturelle Missverständnisse.

Davon haben Sie viele erlebt.

Mit 17 kam ich auf ein Internat in der Schweiz. Es war für mich der totale Kulturschock. Ich hatte permanent Angst, war viel allein und verstand die Welt und die Reaktionen der Menschen nicht.

Was hat Ihnen Angst gemacht?

Sehr vieles! Zum Beispiel Telefonieren. Ich kannte es nicht, mit einer Person zu sprechen, ohne sie zu sehen. Außerdem war im Dschungel die Gruppe die Basis der sozialen Struktur. Sie bot Schutz. Die Individualität und die Freiheit im Westen waren extrem fremd für mich.

Ihr Buch *Dschungelkind* wurde 2005 ein internationaler Bestseller. Welche Konsequenzen hatte das für Sie?

Der Erfolg hat mir viel Positives gebracht, vor allem die Reaktionen auf meinen

Lesungen. Es hat mich aber total überfordert, dass ich plötzlich so sichtbar war. Nach wenigen Jahren wurde ich dann krank. Ich hatte Schmerzen, Fieber, konnte mich kaum bewegen, habe Haare und Gewicht verloren. Ich war bei sehr vielen Ärztinnen und Ärzten – niemand konnte mir helfen. Man vermutete, dass ich aus dem Dschungel einen Parasiten hatte.

Wie ging es weiter?

Ich entschied mich, in Papua-Neuguinea Hilfe zu suchen. Es wurde eine fünf Jahre lange Odyssee. Ich habe viele Mittel probiert, ohne Erfolg. Schließlich habe ich von einem Medizinmann ein Gift aus einer speziellen Baumrinde bekommen. Nach der Einnahme dachte ich, ich sterbe. Die Schmerzen und das Fieber wurden so extrem. Aber das Gift hat den Parasiten getötet: Seitdem habe ich keine Symptome mehr.

Sie haben vier Kinder, die während der Reise in Deutschland blieben. War das nicht schwer?

Meine Kinder sind heute erwachsen. Natürlich waren die Jahre ohne mich nicht leicht für sie. Aber sie wussten auch, dass die Reise meine letzte Chance war, wieder gesund zu werden. Ich bin nur wegen ihnen wieder zurückgekommen.

Fehlt Ihnen der Dschungel heute noch?

Nicht mehr so oft. Ich habe viel gelernt. Zum Beispiel, mich auf das Positive in der Gegenwart zu konzentrieren. Erst nach meiner Rückkehr konnte ich die guten Seiten der Freiheit im Westen wirklich sehen. Ich habe mir in Hamburg ein schönes Leben aufgebaut. Es gibt viele wie mich, die zwischen zwei Kulturen leben. Ich weiß jetzt, dass das auch eine Bereicherung ist. Interview: Eva Pfeiffer

weltbekannt

► auf der ganzen Welt bekannt

die Rückkehr

► von: zurückkehren = zurückkommen

erforschen

► hier: systematisch untersuchen

warnen

► sagen, dass man gut aufpassen soll oder dass etwas gefährlich ist

das Missverständnis, -se

► falsche Interpretation einer Aussage, Geste oder Aktion

das Internat, -e

► Schule, in der die Schüler auch wohnen

bieten

► hier: geben

der Schutz

► von: schützen

die Lesung, -en

► hier: Veranstaltung, bei der ein Autor Teile aus seinem Buch liest

überfordern

► hier: zu viel sein für; Schwierigkeiten bringen

sichtbar

► hier: für alle zu sehen; sehr bekannt

der Medizinmann, -ä-er

► Person, die in einer ethnischen Gruppe medizinische, religiöse und magische Aufgaben hat

die Baumrinde, -n

► ≈ harte, äußere Haut eines Baums

die Einnahme, -n

► von: einnehmen = hier: trinken/essen; nehmen

seitdem

► hier: seit der Zeit

die Gegenwart

► Zeit, die jetzt ist

sich ein schönes Leben aufbauen

► Wohnung, Arbeit, Freunde ... organisieren, um an einem Ort schön und angenehm leben zu können

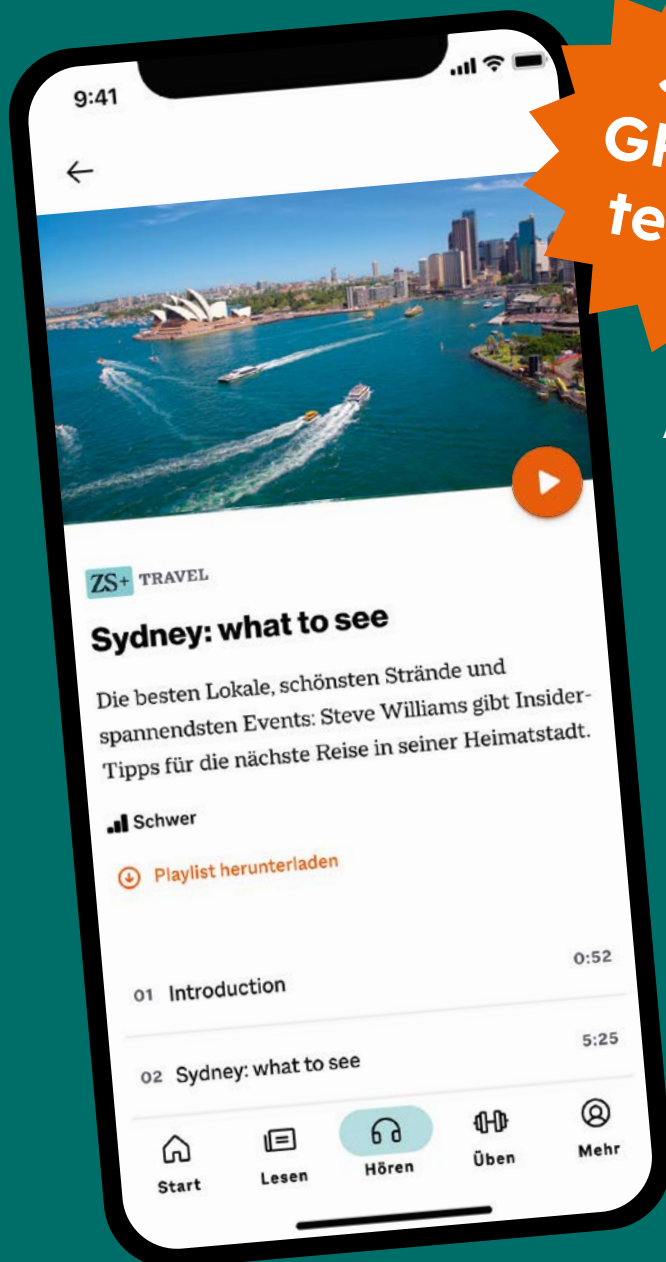
die Bereicherung

► hier: positiver Impuls; positiver Effekt

In Deutschland, Österreich und der Schweiz (D-A-CH) leben rund 100 Millionen Menschen. An dieser Stelle interviewen wir jedes Mal einen von ihnen.

UPGRADE YOUR ENGLISH!

 Lesen  Hören  Üben



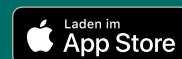
**Jetzt
GRATIS
testen!**

Alles in einer App:
spannende Artikel,
Audioinhalte und
interaktive Übungen.
Mit der neuen App
von ZEIT SPRACHEN
verbindest du
genussvolle Lektüre
mit effektivem
Sprachenlernen.



Ab jetzt verfügbar:
zeit-sprachen.de/app

Verfügbar für iOS, Android und im Web



Bayerischer Wald

Nationalpark & Glaskultur

Der Nationalpark Bayerischer Wald ist grenzenlos wild. Auf ausgedehnten Wanderungen mit der Journalistin Alexandra von Poschinger und einem Waldführer erleben Sie diesen »Wald der Zukunft« mit mystischen Urwäldern, Hochmooren und Schachten. Eine andere uralte Erfolgsgeschichte im Bayerischen Wald erzählt vom Glas. Im Glasmuseum Frauenau ist die Historie des zerbrechlichen Werkstoffs spannend inszeniert.

Termine: **12.-17.5. | 13.-18.10.2024**

Preis: **ab 1.890 €**

☎ **040/32 80-455**

🌐 **zeitreisen.zeit.de/wandern-bayerischerwald**

IN KOOPERATION MIT:

DUMONT
MEDIENVERLAG

HanseMerkur 


FYNCH-HATTON

© Rainer Simonis | Anbieter: Zeitverlag Gerd Bucerius GmbH & Co. KG, Buceriusstraße, Hamburg

ZEIT REISEN sind wie die ZEIT selbst: besonders und einzigartig, tief sinnig und hintergründig, abwechslungsreich und abenteuerlich, genussreich und voller Leben!