**Maros Judit**

**Abi 2 in 1**

**Közép- és emelt szintű német érettségire készítő segédtankönyv**

***kiadói kód:* MK-0944**

**Mittelstufe**

**Track 1**

**Lektion 1, Hörtext 1. Sie hören jetzt vier Mütter, die über ihr Familienleben und über die Rollenverteilung in der Familie sprechen.**

**a) Entscheiden Sie beim Hören, worüber gesprochen wird, und markieren Sie diese Aussagen mit einem X. Sie dürfen insgesamt 10-mal ankreuzen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

*Sonja*

Ich arbeite halbtags als Radiologin in einer Praxis, das heißt, ich bin morgens von etwa halb 8 bis gegen 13 Uhr außer Haus. Mein Mann ist ebenfalls Arzt und arbeitet in Vollzeit. Wir hatten von Anfang an eine Kinderfrau mit im Boot, die unsere beiden Töchter versorgt, wenn wir arbeiten. In der Zeit, in der unsere Mädchen in der Schule sind, kümmert sie sich vor allem um den Haushalt.

*Lili*

Meine Kinder besuchen die Grundschule in Ganztagsform inklusive Mittagessen und Hausaufgabenbetreuung. Hol- und Bringdienste zum Sportverein oder Musikschule teile ich mir mit anderen berufstätigen Mamas. Mit dem Papa meiner Kinder lebe ich getrennt, aber ich pflege ein freundschaftliches Verhältnis. Wir teilen uns im sogenannten Wechselmodell die Betreuung und lösen Erziehungsfragen gemeinsam.

*Anne*

Mein Mann arbeitet Vollzeit in einem Verlag, ich habe als Lehrerin eine Teilzeitstelle. Unser Sohn wird flexibel von 7:30 bis maximal 14 Uhr in einer Kita liebevoll betreut. Wenn ich Schultermine habe, springt die Familie ein: Papa übernimmt nach Feierabend, Oma reist aus der Ferne an. Um ein Kind zu erziehen, braucht man ein ganzes Dorf, heißt es. Wir leben das.

*Marie*

Im Alltag sind Kindergarten und Schule die wichtigsten „Unterstützer“ für mich. Wir sind beide berufstätig, ich arbeite als Augenärztin. Wir beide stehen mit den Kindern auf, unser größerer Sohn geht dann eigenständig in die Grundschule. Den Kleinen bringe ich dann in den Kindergarten, bevor ich zur Arbeit gehe. Nachmittags herrschen bei uns verschiedene „Abholszenarien“: Meine Mutter und meine Schwiegereltern haben feste Tage, an denen sie die Kinder abholen.

**Track 2**

**Lektion 1, Hörtext 2. Hören Sie den Text über Arbeitsteilung in der Familie Müller.**

**a) Notieren Sie die Informationen zu den Stichworten.**

In der Familie Müller arbeitet der Vater, Markus als Klinikarzt in Vollzeit in einer bayerischen Kleinstadt. Seine Frau Katrin ist Krankenschwester mit reduzierter Stundenzahl. Sie leitet zudem Pflegekurse. Wenn sie nicht in der Klinik ist, widmet sie ihre Zeit ihren beiden Söhnen. Einer von ihnen geht in den Kindergarten, der andere in die Grundschule, sie werden jeden Tag abgeholt, dann gibt es Einkaufen. Katrin putzt und wäscht und arbeitet im Garten. Markus hingegen wäscht das Auto und kümmert sich um Reparaturen. Das Kochen teilt sich das Paar, je nachdem, wer gerade Zeit hat. In der Freizeit reitet Katrin. Markus wandert dann mit den Kindern. Er radelt, wenn sich seine Frau um die Söhne kümmert. Viel Zeit für die ganze Familie bleibt kaum – nur an freien Wochenenden oder nach Feierabend.

**Track 3**

**Lektion 1, Hörtext 3. Hören Sie Marie, die auch in einer Patchworkfamilie lebt. a) Was ist richtig (R)? Was ist falsch (F)? Kreuzen Sie die Antwort in der Tabelle an. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Da war ich, glaube ich, eineinhalb Jahre alt, und da haben sich meine Eltern getrennt, deswegen kenne ich es auch gar nicht mit Mama und Vater aufzuwachsen, also, ich hatte nie so eine „normale“ Familie.

Als ich vier war und gerade im Kindergarten war, hat dann mein Vater seine Frau kennengelernt. Ich bin dann mit der neuen Frau aufgewachsen. Meine Mutter hat kein Kind mehr bekommen. Und das ist eigentlich auch ganz schön, weil bei meiner Mutter bin ich halt Einzelkind, bei meinem Vater habe ich eine Familie, da habe ich Geschwister.

Das war eigentlich bis jetzt immer so, dass ich bei meiner Mutter war und dann aber also auch einen bestimmten Tag bei meinem Vater hatte oder eine bestimmte Anzahl von Tagen. Dass ich halt montags bei meinem Vater war und dienstags bei meiner Mutter und dann wieder Mittwoch vielleicht da. Und am Wochenende – es war immer genau aufgeteilt – also ich verbrachte das eine Wochenende bei meiner Mutter, das nächste bei meinem Vater, und es war immer abwechselnd.

Ein paar Tage lang bin ich also Einzelkind bei meiner Mutter, an den anderen Tagen lebe ich in der Familie meines Vaters mit zwei Halbschwestern zusammen. Eine davon ist acht, die andere elf Jahre jünger als ich. Ich verstehe mich mit ihnen nicht so gut.

**Track 4**

**Lektion 2, Hörtext 1. Hören Sie sich Marie, Mutter von drei Kindern an. a) In welcher Reihenfolge spricht sie über die Vorweihnachtszeit der Familie? Ordnen Sie den Bildern die Texte zu.**

TextA

Was bei uns in der Vorweihnachtszeit noch nie fehlen durfte, ist natürlich der Adventkranz. Diesen richten wir jedes Jahr individuell nach unserem Geschmack her und bestücken ihn mit den vier Kerzen.

TextB

Wenn der Adventkranz fertig ist, werden gleich Haus und Garten weihnachtlich geschmückt. Schaltet man nun das erste Mal die Beleuchtung ein, fangen die eigenen Augen eigentlich immer mitzuleuchten an. Spätestens jetzt gelingt es problemlos, sich für einen Moment komplett dem Alltag zu entziehen.

TextC

Meist nutzen mein Mann und ich den Abend des Schmückens gleich dafür, die Adventkalender der Kinder mit Schokolade oder Bonbons zu befüllen. Diese werden anschließend aufgehängt und die Kinder nehmen jeden Abend bis Weihnachten etwas heraus.

TextD

Eine weitere Tradition ist das gemeinsame Backen von Plätzchen. Immer dabei sind Vanilleplätzchen, da die Zubereitung sehr einfach ist, mal abgesehen davon, dass sie einfach lecker schmecken! Aber wir probieren uns auch jedes Jahr gern an neuen Rezepten und haben dabei schon viele tolle Sachen entdeckt. Diese Aktion gehört zu den schönsten Momenten in der Vorweihnachtszeit.

TextE

Da wir alle Frischluftfanatiker sind, gehen wir abends gerne gemeinsam spazieren. Es gibt nichts Schöneres, als in der Dunkelheit an all den hell erleuchteten, weihnachtlich geschmückten Häusern vorbeizugehen. Am schönsten ist es, wenn es Schnee gibt.

TextF

Was ebenfalls in keinem Jahr fehlen darf, ist das Besuchen der Weihnachtsmärkte. Weihnachtsmärkte sind perfekt, um sich in Weihnachtsstimmung zu bringen. Dieser Duft überall, die Lichter, die strahlenden Kinder! Und vor allem: der Glühwein und das leckere Essen!

TextG

Um späteren Stress zu vermeiden, versuchen mein Mann und ich eigentlich jedes Jahr, die Weihnachtsgeschenke rechtzeitig zu besorgen. Da wir es so zeitnah angehen, macht das sogar richtig Spaß. Denn so können wir in aller Ruhe überlegen und aussuchen. Und alleine die Gedanken daran, wie unsere Kinder sich an Weihnachten wohl freuen werden, lässt uns lächeln.

TextH

Neben all diesen schönen Dingen ist unsere größte und schönste Tradition das Aussuchen, Aufstellen und Schmücken des Weihnachtsbaumes. Kein anderer Moment vor Weihnachten ist so bunt und so schön wie dieser. Und wenn er dann da steht, geschmückt und leuchtend, werden unter und neben dem Baum die Geschenke ausgelegt.

**Track 5**

**Lektion 2, Hörtext 2. Straßenumfrage über Weihnachtsgeschenke.**

**a) Entscheiden Sie beim Hören, worüber gesprochen wird, und markieren Sie diese Aussagen mit einem X. Sie dürfen insgesamt 10-mal ankreuzen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

*Claudia*

Wir beschenken meine Geschwister, meine Neffen, meine Nichten und deren Kinder. Wir schenken Kleinigkeiten, Dinge, über die sich die anderen freuen. Und ich finde es schön, dass es möglich ist, liebe Menschen zu beschenken.

*Brigitte*

Ich beschenke die Menschen, die ich immer beschenke. Die Kinder, meinen Mann, Oma und Opa und die Familie. Die Geschenke für die Großeltern überlege ich mir selbst, da werde ich oft bei ihren Hobbys fündig. Die Kinder frage ich, was sie sich wünschen, und bei meinem Mann weiß ich es immer selbst, worüber er sich freuen würde. Es macht mich glücklich, wenn ich Ihnen Freude machen kann.

*Sandra*

Ich stehe sowieso nicht auf Geschenke, ich brauche nichts. Aber die Kinder und die Enkelkinder bekommen Geschenke. Während die Jüngeren vielleicht Spielsachen bekommen, erhalten die Älteren Geld. Dafür sparen wir ein ganzes Jahr. Dann fällt es auch nicht schwer, Weihnachten Geschenke zu machen.

*Rolf*

Wir machen keine Geschenke. Vor zehn Jahren haben meine Frau und ich die Entscheidung getroffen, nichts mehr zu schenken und haben das unseren Kindern auch gesagt. Mir sind keine Geschenke lieber als solche, die ich nicht schön finde, aber dann so tun muss, als ob, damit der Schenkende nicht beleidigt ist.

*Angelika*

Wir machen wenig Geschenke, denn wenn man etwas braucht, dann kauft man es sich doch. Unser Sohn allerdings bekommt Geschenke, und er erwartet das auch. Ich glaube, man muss einfach ein bisschen älter sein, um zu verzichten. Eigentlich nehme ich mir immer vor, schon früh im Jahr zu beginnen, die Geschenke zu kaufen. Aber ich habe wieder erst im Dezember begonnen.

**Track 6**

**Lektion 2, Hörtext 3. Mein Lieblingskleidungsstück.**

**a) Hören Sie „das Liebeslied” von Sonja und schreiben Sie kurze Antworten auf die Fragen.**

Du bist mein grüner Wollmantel und ich liebe dich! Seit drei Wintern begleitest du mich nun schon durch mein Leben. Ich ziehe dich gerne an, weil du mich warm hältst und meine Farbe trägst. Du bist weder zu kurz, noch zu lang. Gerade ideal, dass du über alles passt. Dies kann ein Kleid, ein Rock oder eine Hose sein. Kurz oder lang. Sportlich oder schick.   
Wann haben wir uns kennengelernt? Es war vor drei Jahren. Ich entdeckte dich bei einem Weihnachtsbummel durch Stuttgart. Unsere Begegnung war ein Zufall. Ich war unterwegs, vor allem nach Weihnachtsgeschenken Ausschau zu halten. Du hingst dort in diesem Laden und bist mir als erstes ins Auge gefallen. Es war Liebe auf den ersten Blick, aber dein Preisschild schreckte mich ab. Dein Preis war sehr hoch! So lief ich wie in Trance weiter, aber ich konnte dich nicht vergessen. Ich musste immer an dich denken. Ich konnte das Leben nicht mehr genießen. Ich träumte nur von dir. Ich durchforstete das gesamte World Wide Web nach dir. Keiner wusste von dir. Niemand hatte dich je gesehen. Wie es im Leben oft so ist, war ich kurz vor der Resignation… aber dann wie durch ein Wunder, offenbarte eine Online-Shopping-Seite dich mir eines Tages in einer Auktion. Mit klopfendem Herzen bestellte ich dich. Dann wurdest du geliefert. Ich packte dich aus und du warst schöner als auf dem Bild. Ich schlüpfte in dich hinein und wir wurden eins. Ich trage dich den ganzen Winter. Im Sommer leide ich, wenn wir getrennt sind…

**Track 7**

**Lektion 3, Hörtext 1. Eine Wohnung mieten.**

**a) Hören Sie den Dialog und beantworten Sie die Fragen.**

* Guten Tag, ich habe gesehen, dass Sie eine Wohnung zur Miete haben. Kann ich mir diese bitte anschauen?
* Ja, natürlich. Die Wohnung ist noch frei und ich zeige sie Ihnen gerne. Wann hätten Sie Zeit?
* Wie wäre es am Mittwochvormittag?
* Das passt. Wir können uns um 10 Uhr vor der Wohnung treffen.
* Perfekt, ich werde da sein. Was sind die Mietbedingungen?
* Die Miete beträgt 1200 Euro pro Monat. Außerdem beträgt die Mindestmietdauer ein Jahr.
* Das klingt fair. Wie sieht die Wohnung aus?
* Die Wohnung hat zwei Zimmer, eine Küche und ein Badezimmer. Sie ist unmöbliert, aber es gibt eine Einbauküche mit allen notwendigen Geräten.
* Das hört sich gut an. Kann ich die Wohnung dann gleich morgen anmieten, wenn ich sie mir anschaue?
* Wenn Sie nach der Besichtigung der Meinung sind, dass Sie die Wohnung mieten möchten, können wir gerne alles weitere besprechen und den Mietvertrag vorbereiten.
* Verstehe. Ich werde mir die Wohnung morgen ansehen und mich dann entscheiden. Vielen Dank für Ihre Zeit.
* Kein Problem. Ich freue mich darauf, Sie morgen zu treffen. Wenn Sie noch Fragen haben, können Sie mich gerne jederzeit kontaktieren.

**Track 8**

**Lektion 3, Hörtext 2. Lesen Sie die Pro- und Kontraargumente für das Leben auf dem Land.**

**a) Kreuzen Sie vor dem Hören an, welches Argument Pro oder Kontra ist.**

**b) Ordnen Sie beim Hören die Texte den Argumenten zu.**

Text 1

Kein Straßenlärm wie in der Stadt, kein lautes Marktreiben, sondern die natürliche Umgebung von Wiesen und Wäldern, vielleicht ist auch ein kleiner Bach oder Fluss in der Nähe. Spaziergänge an der frischen Landluft. Einfach die Natur erleben.

Text 2

Der Hausarzt im Dorf um die Ecke? Das war einmal. Heute muss man immer häufiger längere Strecken fahren, um zum Arzt oder in die Apotheke zu kommen.

Text 3

Ein Argument für das Landleben ist, dass Grundstückspreise auf dem Land billiger sind, also auf dem Land bekommt man ein größeres Grundstück für sein Geld als in der Stadt. Man kann sich leichter einen Garten auf dem Land leisten.

Text 4

Ein Argument für das Landleben ist, dass nicht alles dicht auf dicht ist und man mehr Abstand zum nächsten Haus hat, daher kann man auch mal etwas lautstärkeren Hobbys nachgehen, zum Beispiel, Schlagzeug spielen oder laut Musik hören. Auch die Kinder haben mehr Fläche und Freiheiten zum Spielen im eigenen Garten.

Text 5

Einen Theaterbesuch, mit Freunden ins Kino oder Restaurant essen gehen? Vielleicht doch die neue Kunstaustellung im Museum anschauen, oder mit der Familie ins Schwimmbad fahren? Kulturelle Angebote sind wichtig und es ist schön sie zu haben. Allerdings sind diese meistens in der Stadt anzutreffen.

Text 6

Die Stadt ist ein unpersönlicher Ort. Man trifft jeden Tag viele Personen im Bus, in der U-Bahn und in den Geschäften, aber persönliche Kontakte sind hier schwer zu knüpfen, man spricht mit keinem. Ganz anders auf dem Land, wo jeder jeden kennt und man viele persönliche Kontakte hat.

Text 7

Die Entfernung zur Arbeit ist meistens groß, da die Menschen, die auf dem Land leben meist in der Stadt arbeiten. Die täglichen Staus in den Stoßzeiten, die durch den Pendlerverkehr verursacht werden, beanspruchen auch noch zusätzliche Zeit.

Text 8

In der Regel ist man auf dem Land auf das Auto angewiesen. Der öffentliche Nahverkehr ist hier nicht oder nur unzureichend vorhanden. Vieles, was in der Stadt zu Fuß oder auf kurzem Wege erfolgen kann, bedarf auf dem Land ein Auto, wie zum Beispiel fürs einkaufen, die Kinder in die Schule oder Kindergarten bringen, bzw. für Sport- und Freizeitangebote.

**Track 9**

**Lektion 3, Hörtext 3. Hören Sie den Text: Was ist richtig (R)? Was ist falsch (F)? Kreuzen Sie an.**

Ich wohne mit meiner Familie in einem Einfamilienhaus aus dem Jahr 1931 gleich hinter der Stadtgrenze von Karlsruhe. Mäßig ländlich, denn es gibt alle möglichen Geschäfte hier und auch einen S-Bahnanschluss in die Stadt. Mit dem Auto brauche ich 10 Minuten in die Innenstadt. Das ist super, auch wenn ich von zu Hause aus arbeite und nur ab und an mal raus muss. Wir sind sehr glücklich hier! Seit vier Jahren leben wir in diesem Häuschen, das wir gekauft und dann liebevoll renoviert haben. Wir haben alle genug Platz und alles Wichtige ist erledigt. Auch die Umgebung gefällt uns sehr. Wir haben zwei Baggerseen in nächster Umgebung.

**Track 10**

**Lektion 4, Hörtext 1.** **Gespräch von zwei Schülern.**

**a) Hören Sie den Text und beantworten Sie die Fragen.**

* Hey, hast du schon für die Mathe-Prüfung gelernt?
* Ja, ich habe das Wochenende damit verbracht, mich vorzubereiten. Aber ich bin immer noch ein bisschen nervös.
* Ich auch. Ich denke, wir könnten zusammen noch ein paar Übungen machen, um sicher zu sein.
* Das ist eine gute Idee. Wir sollten uns zusammensetzen und gemeinsam üben.
* Ja, das wäre toll. Wie wäre es heute nach der Schule?
* Ich kann heute leider nicht, aber was hältst du von morgen nach dem Unterricht?
* Das klingt gut. Lass uns das so machen.
* Okay, und wie wäre es mit dem Café in der Nähe der Schule?
* Perfekt. Ich kenne das Café und es ist nicht weit von meiner Bushaltestelle entfernt.
* Okay, dann sehen wir uns morgen nach der Schule im Café.

**Track 11**

**Lektion 4, Hörtext 2. Sie hören jetzt einen Text über eine Sprachschule.**

**a) Schreiben Sie zu jedem Punkt eine kurze Information. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

In unseren Deutsch-Sprachkursen für die Niveaus A1 bis B1 lernen Sie schnell und effizient die Grundlagen der deutschen Sprache. Die maximale Teilnehmerzahl in all unseren Kursen beträgt 10 Personen. Betreut werden Sie von erfahrenen, muttersprachlichen Lehrern. Durch die geringe Teilnehmeranzahl nehmen Sie fortlaufend aktiv an den Lernaktivitäten wie Rollenspielen und Diskussionen teil. Alle unsere Deutsch-Anfängerkurse können Sie entweder als Halbintensiv- oder Intensivkurs belegen.

Unsere Intensivsprachkurse finden täglich wochentags von Montag bis Donnerstagim Umfang von 3 Stunden pro Tag statt. Die Kurszeiten sind 8:30–11:30, 10:00–15:00 und 16:00–19:00. Der Kurs dauert 4 Wochen.

Die Halbintensivkurse finden an 2 Tagen pro Woche für 3 Stunden (Montag und Mittwoch oder Dienstag und Donnerstag jeweils von 18:15–21:15 über einen Zeitraum von8 Wochen statt.

**Track 12**

**Lektion 4, Hörtext 3. Schüleraustausch.**

**a) Hören Sie den Text und stellen Sie fest, in welcher Reihenfolge über die Fragen**

**gesprochen wird. Beantworten Sie anschließend die Fragen.**

Jugendliche in der Mittelstufe oder der gymnasialen Oberstufe können ein Auslandsjahr verbringen. Im Rahmen eines Schüleraustauschs – häufig auch „High School-Jahr“ genannt – besuchen sie für ein halbes oder ganzes Jahr eine Schule in einem anderen Land. Während dieser Zeit leben sie bei einer Gastfamilie. Bei einem Schüleraustausch lernt man das Schulsystem des Landes kennen, perfektioniert man natürlich die Fremdsprachenkenntnisse und nimmt am ganz normalen Alltag im Gastland teil. Bei Ausflügen mit der Gastfamilie sieht man mehr vom Land und seinen Sehenswürdigkeiten. Beliebte Ziele liegen mit Frankreich, England und Irland in Europa.

**Track 13**

**Lektion 5, Hörtext 1. Der Job als Tankwart.**

**a) Hören Sie Markus. In welcher Reihenfolge spricht er über seinen Tag? (0) ist ein**

**Beispiel für Sie.**

Text 0

Als Erstes steht immer ein Rundgang durch die Außenanlagen der Tankstelle an. Ich achte darauf, dass alles sauber ist und kein Abfall herumliegt. Ich leere auch die Mülleimer. Auch die Reinigung der einzelnen Zapfsäulen gehört zu meinen Aufgaben.

Text 1

Jetzt muss ich im Tankstellenshop die Waren auffüllen, die wir hier verkaufen. Das sind unter anderem Getränke, Schokolade und Chips.

Text 2

Die nächste Zeit stehe ich an der Kasse und bediene die Kunden. Ich kassiere die Tankrechnungen, verkaufe Zigaretten oder Zeitschriften und berate die Kunden beim Kauf von Motorölen.

Text 3

Wir bieten an der Tankstelle auch Dienstleistungen zur Verkehrssicherheit der Fahrzeuge an. Dazu gehört, dass ich auf Wunsch Scheibenwaschanlagen auffülle oder den Reifendruck bzw. den Ölstand kontrolliere. Einmal habe ich für einen Kunden, der eine Panne hatte, einen Reifen gewechselt.

Text 4

Heute ist eine Lieferung mit Kanistern angekommen. Meine Aufgabe ist es, anhand von Bestell- und Lieferschein zu kontrollieren, ob wir die richtige Ware in der bestellten Anzahl bekommen haben.

Text 5

Ich mache den Sichtcheck. Ist die Waschhalle sauber? Liegt etwas auf dem Boden? Wenn ja, dann kehre ich mit dem Besen durch. Anschließend kontrolliere ich die Bürsten. Ein weiterer wichtiger Punkt ist das Auffüllen der Reinigungsmittel, zum Beispiel Shampoo oder Schaum. Ohne die kann nicht gewaschen werden.

**Track 14**

**Lektion 5, Hörtext 2. Sie hören einen Text über digitale Nomaden.**

**a) Ergänzen Sie die fehlenden Informationen beim Hören. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Was ist ein Digitaler Nomade? Digitale Nomaden sind Leute, die ihrer Arbeit weitestgehend im Internet nachgehen also ausschließlich online arbeiten. Digitale Nomaden sind daher „ortsunabhängig.“ Sie haben keinen festen Arbeitsplatz, sondern können von jedem Ort dieser Welt Geld verdienen, sie können eigentlich von überall ausarbeiten. Sie wechseln in regelmäßigen Abständen den Aufenthaltsort und haben meist kein festes Zuhause. Sie ziehen wie ein Nomade um die Welt und nehmen ihre Arbeit dabei einfach mit.   
Als Digitaler Nomade hat man die Freiheit, von überall aus zu arbeiten, solange man eine stabile Internetverbindung hat. Das ist also die allerwichtigste Voraussetzung für die Arbeit.  
Viele digitale Nomaden sind Freiberufler: Sie schreiben, übersetzen, programmieren, machen Online Kurse oder beraten über das Internet. Von Beruf ist ein digitaler Nomade Fotograf/Fotografin, Autor/Autorin, Programmierer/Programmiererin, Übersetzer/Übersetzerin, Blogger/Bloggerin usw.

Warum werden Menschen zu digitalen Nomaden? Die meisten digitalen Nomaden entscheiden sich für diesen Lebensstil, weil sie den Wunsch haben zu reisen und ortsunabhängig zu sein. Sie wollen auf Reisen oder an ihrem Wunschort dieselbe Arbeit verrichten. Sie wollen einen anderen Lebensstil erleben, wo immer sie wollen. Das ortsunabhängige Arbeiten bringt viele Vorteile mit sich: Man hat mehr Freiheit, seinen eigenen Lebensweg selbst zu gestalten, man kann auf jedem Fleck der Welt arbeiten und leben. Und nicht zuletzt man kann seine Arbeitszeiten auch selbst bestimmen – nie mehr von 9 bis 17 Uhr arbeiten müssen. Dabei kann man Reisen und Arbeiten miteinander verbinden: Man erlebt fremde Kulturen hautnah. Als Digitaler Nomade kann man selbst entscheiden, wann, wo und für wie lange man bleibt. Neben all den verlockenden Vorteilen kommen in einem Leben als Digitaler Nomade auch einige Nachteile vor: Oftmals lebt man von der Familie, von den Freunden oder dem Partner monatelang getrennt. Dies kann zu einer Belastung werden und man fühlt sich einsam. Außerdem ist man vom Internet abhängig: Als Digitaler Nomade verdient man sein Geld hauptsächlich über das [Internet.](https://praxistipps.focus.de/sehr-langsames-internet-das-koennen-sie-tun_102238)Eine stabile Verbindung ist daher ein Muss. In so manchen Traumdestinationen kann dies dank regelmäßiger Stromausfälle allerdings schwierig werden.

**Track 15**

**Lektion 6, Hörtext 1. Sie hören ein Interview mit Martina, die an Brustkrebs erkrankt wurde. Sie hat die Krankheit besiegt. Entscheiden Sie beim Hören, welche Aussage (A, B oder C) richtig ist. Kreuzen Sie die einzig richtige Lösung an. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

**Martina, schon vor deiner Diagnose hattest du eine ungute Ahnung, oder?**

Ja, ich hatte das Gefühl, irgendwie ist etwas nicht in Ordnung. Ich hatte an den Seiten, an den Armen, Schmerzen. Ich bin zu Ärzten gegangen, aber man hat nichts festgestellt. Dann habe ich meinem Mann gesagt: „Kannst du mal bitte fühlen, da ist irgendwas an der Brust.” Dann hat er das abgetastet und gesagt: „Martina, da ist auch was. Geh bitte direkt am Montag zum Frauenarzt.“ „Ja“ habe ich gesagt, „dann mache ich das“. Ich bin zur Mammografie und sie haben festgestellt, dass da ein Mammakarzinom auf der linken Seite ist.

**Und wie hat dann die Therapiezeit auf euren Alltag als Familie gewirkt?**

Die Zeit während der Therapie war nicht leicht. Ich war sehr oft einfach müde. Dann mit zwei kleinen Kindern. Das ist unheimlich schwer. Elias war zwei und Lio ein Jahr alt. Ich hatte Gott sei Dank Hilfe, aber auch nicht immer. Und mein Mann musste nun mal arbeiten und die Kinder wollten beschäftigt werden.

**Und deine Kinder? Wie war das für die?**

Für die Kinder war es immer klar: Mama ist die Superheldin, die die Krankheit bekämpfen muss. Meine Mutter aber hatte große Angst davor, dass ich sterbe. Und mein Mann hat von Anfang an gesagt: „Wir packen das. Das machen wir zusammen.“ Er war auch immer da und hat nie gezeigt, dass es ihm schwer fällt oder dass er Angst hat. Ich bin ja nicht nur einmal operiert worden, sondern mehrfach und jeden Tag kam er mit seiner Gitarre ins Krankenhaus und hat nicht nur mir, sondern auch dem Pflegepersonal etwas vorgespielt, damit sie ihn länger bei mir im Zimmer lassen. Die Gitarre war immer dabei.

**Du bist jemand, der sich immer viel bewegt hat – wie war es nach der Operation?**

Nach der Operation versuchte ich Sport zu machen oder laufen zu gehen. Ich bin vorher immer gelaufen, habʼ getanzt, Yoga gemacht. Aber ich hatte einfach keine Ausdauer mehr. Da war ich natürlich sauer und habʼ gedacht: „Jetzt bin ich den Krebs los. Jetzt habe ich das alles hinter mich gebracht. Bewegung ist gesund, man soll sich bewegen und dann geht es nicht so, wie ich will.“ Das hat mich wütend gemacht, weil ich einfach genau dieses aktive Leben wieder zurückhaben wollte.

**Wie war das mit deinem Job? Hattest du von Anfang an das Gefühl, gleich wieder durchstarten zu können?**

Vor der Krankheit war ich Assistentin des Direktors in der Firma. Diesem Stress wollte ich mich danach nicht mehr aussetzen. Das hat mir meine Krankheit von Anfang an schon gezeigt: Dahin gehst du nicht zurück. Da ich schon seit 7 Jahren bei der Firma bin, kennen mich sehr viele. Ich habʼ einen sehr netten Kollegen und er hat gesagt: „Martina, wir kennen uns schon so lange und ich weiß, was du für ein Typ bist. In unsere Abteilung würdest du super reinpassen. Du bist eine Teamplayerin und machst dein Ding. Kommst du zu uns?“. Die sind so was von empathisch, meine Kollegen. Sie fragen: „Wie geht’s dir? Ist alles in Ordnung? Schön, dass du in unserer Abteilung bist. Du tust uns richtig gut!“ Ich bin in meiner jetzigen Abteilung überglücklich.

**Track 16**

**Lektion 6, Hörtext 2. Sie hören einen Dialog über gesundes Leben. Ergänzen Sie die Sätze beim Hören. Schreiben Sie in jede Lücke nur eine Information. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

* Wie geht es dir in letzter Zeit mit deiner Gesundheit?
* Ich fühle mich okay, aber ich habe ein wenig Schmerzen im Rücken.
* Oh, das tut mir leid zu hören. Hast du schon versucht, etwas dagegen zu tun?
* Ja, ich habʼ ein paar Gymnastikübungen und Yoga gemacht, aber es scheint nicht wirklich zu helfen.
* Vielleicht solltest du einen Arzt aufsuchen und dir Rat holen. Es könnte ein ernstes Problem sein.
* Ja, ich denke du hast recht. Ich werde einen Termin machen und es überprüfen lassen.
* Das ist eine kluge Entscheidung. Wie sieht es mit deiner Ernährung aus?
* Ja, ich versuche, gesünder zu essen: mehr Gemüse und Obst und weniger Fleisch**.**
* Das ist gut zu hören. Eine ausgewogene Ernährung kann wirklich helfen, deine Gesundheit zu verbessern. Wie steht es mit Sport?
* Ich gehe normalerweise drei- bis viermal pro Woche ins Fitnessstudio.
* Was machst du da?
* Ich mache dort viel Cardio- und Krafttraining.
* Wow, das ist beeindruckend. Regelmäßiger Sport ist eine super Möglichkeit, um gesund zu bleiben. Vergiss nicht, dich auch zu entspannen und auszuruhen. Du hast viel Stress in deinem Leben.
* Ja, du hast recht. Ich werde versuchen, weniger zu arbeiten. Danke für deine Ratschläge und deine Unterstützung!
* Kein Problem, ich bin immer hier, um zu helfen. Pass gut auf dich auf!

**Track 17**

**Lektion 6, Hörtext 3. Hören Sie ein Gespräch mit Kaya, der einen Dönerladen hat.**

**a) Was ist richtig (R), was ist falsch (F)? Kreuzen Sie die Antwort in der Tabelle an. (0)**

**ist ein Beispiel für Sie.**

Mit einem Lächeln steht Kaya hinter der Theke. „Einmal mit allem?“, fragt er einen Kunden, der gerade zur Tür hereinkommt. Seit 1978 lebt er, geboren in der Türkei, nun schon in Deutschland. Obwohl er ein ausgebildeter Techniker ist, entschied er sich vor knapp 38 Jahren dazu, seinen eigenen [Dönerladen](https://www.hallo-augsburg.de/doener-in-augsburg-einmal-mit-alles-und-ohne-scharf-hier-bekommt-ihr-in-augsburg-ausgezeichnete-doener_dfl) zu eröffnen. Obwohl er viel arbeitet, hört man aus seinem Mund noch immer regelmäßig den Satz: „Ich liebe meinen Beruf“.

**Wie bist du dazu gekommen, einen Dönerladen aufzumachen?**

Ich war zuvor in der Ballonfabrik angestellt. Da die Arbeit dort jedoch gesundheitlich riskant war, beschloss ich, etwas Neues zu probieren. Ein Bekannter von mir besaß damals einen Dönerladen und ich begann dort zu arbeiten. Das hat mir so viel Freude bereitet, dass ich mich kurz darauf selbstständig gemacht habe.

**Wie viele Döner bereitest du an einem Tag zu?**

Das kann ich gar nicht so genau sagen, da es immer unterschiedlich viele sind. Gerade an den Wochenenden sind es natürlich deutlich mehr. Aktuell haben wir allerdings ein Parkplatzproblem. Diese sind in der näheren Umgebung mittlerweile so teuer, dass wir dadurch viele Kund:innen verloren haben.

**Gibt es für dich ein „No-Go“ beim Döner?**

Wenn ich ihn selbst essen soll, dann auf jeden Fall. Doch die Leute wollen alles Mögliche, beispielsweise Peperoni, Oliven oder Käse, in ihrem Döner haben. Das gehört da zwar nicht rein, aber wenn sie es so wollen, dann mache ich das eben für sie.

**Wie oft isst du Döner?**

Jeden Tag. Manchmal auch zwei. Auf jeden Fall immer mit vielen Tomaten und Zwiebeln – so schmeckt er [am besten](https://www.hallo-augsburg.de/bester-doener-in-augsburg-2021-augsburg-hat-abgestimmt-hier-gibt-s-den-besten-doener-augsburgs_crb).

**Ist der Döner für dich Fast Food?**

Nein. Fast Food ist für mich Tiefkühlkost und das gibt es bei uns nicht. Wir haben eine Küche, in der wir das Brot backen, den Dönerspieß selbst schichten und den Salat sowie das Gemüse kleinschneiden. Es wird also alles frisch zubereitet.

**Dein Laden hat jeden Tag von 11 bis 5 Uhr geöffnet. Wie viele Stunden stehst du selbst hinter der Theke?**

Ich bin eigentlich immer hier. Unter der Woche sind das meistens rund 18 Stunden, am Wochenende dann 20 Stunden. Schlafen tue ich hier im Stehen.

**Nimmst du dir manchmal auch frei?**

Nein, ich bin jeden Tag hier. Vielleicht nehme ich mir im Jahr mal eine Woche Urlaub – aber da wird mir immer sofort langweilig.

**Was wünscht du dir für deinen Laden in der Zukunft?**

Ich möchte hier arbeiten, solange es irgendwie möglich ist. Danach hoffe ich, dass meine Kinder den Laden weiterführen. Mein Sohn ist aktuell schon mit im Geschäft und führt die Filiale beim Alten Postweg. Es würde mich freuen, wenn er auch in Zukunft dabeibleiben wird.

**Track 18**

**Lektion 7, Hörtext 1.** **Sie hören einen Dialog über Freizeitbeschäftigungen.**

**a) Notieren Sie kurz die Informationen zu den Stichwörtern: Sie können in jede Lücke**

**mehrere Informationen schreiben. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

* Was machst du gerne in deiner Freizeit?
* Ich mache viel Sport. In meiner Freizeit spiele ich gerne Tennis und gehe auch gerne ins Fitnessstudio. Was ist mit dir?
* Ich bin unsportlich. Ich lese lieber Bücher und schaue auch gerne Filme.
* Welche Art von Büchern liest du gerne? Hast du einen Lieblingsautor oder ein Lieblingsgenre?
* Ich lese am liebsten Fantasy-Bücher. Die „Herr der Ringe”-Trilogie ist eines meiner Lieblingsbücher. Was für Bücher liest du gern?
* Ich lese nicht so viel, nur im Urlaub. Meistens Krimis.
* Und schaust du gerne Filme?
* Ich mag Actionfilme. Und du?
* Ich schaue am liebsten Komödien. Hast du auch andere Hobbys oder Aktivitäten, die du gerne machst? Welche Art von Musik hörst du gerne?
* Ich höre gerne verschiedene Arten von Musik, aber meine Favoriten sind Rock und Jazz. Und du?
* Ich höre auch gerne Rockmusik, aber ich mag auch Pop und Klassik. Ich finde, dass jeder Musikstil seine eigene Schönheit hat und es hängt von meiner Stimmung ab, welche Art von Musik ich hören möchte. Ich gehe oft ins Konzert. Hast du jemals versucht, ein Musikinstrument zu lernen?
* Ja, ich spiele Gitarre und habe auch versucht, Klavier zu lernen. Es ist eine schöne Art, sich kreativ auszudrücken und ich genieße es, neue Songs zu schreiben.
* Das ist großartig. Ich denke, Musik kann eine wunderbare Möglichkeit sein, um Stress abzubauen und sich zu entspannen. Leider kann ich kein Musikinstrument spielen. Ich habe nie ein Instrument gelernt.
* Vielleicht können wir mal zusammen Musik hören, wenn wir uns das nächste Mal treffen. Hast du noch andere Hobbys?
* Ich liebe es zu kochen und neue Gerichte auszuprobieren. Es macht mir Spaß, kreativ zu sein und mit verschiedenen Zutaten zu experimentieren. Am liebsten koche ich italienisch.
* Das klingt toll. Ich mag auch kochen, aber ich bin nicht sehr gut darin. Ich denke, ich könnte ein paar Kochtipps von dir gebrauchen. Könnten wir am Sonntag zusammen kochen?
* Ja, gerne! Ich zeige dir gerne ein paar Tricks in der Küche. Aber an einem anderen Tag. Ich gehe nämlich jeden Sonntag mit meiner Wandergruppe in die Berge. Es gibt so viele schöne Orte, die man entdecken kann.
* Ich stimme dir zu, Wandern ist auch eine tolle Möglichkeit, um Zeit in der Natur zu verbringen. Ich gehe nie wandern, weil ich alleine darauf keine Lust habe.
* Wenn du willst, können wir auch mal zusammen wandern gehen. Es gibt hier in der Umgebung einige schöne Wanderwege.
* Das klingt super. Ich würde mich sehr darüber freuen. Vielleicht können wir das demnächst mal planen.
* Klar, das machen wir.
* Wir können uns ja demnächst zum Kochen oder Wandern treffen.
* Das klingt perfekt. Ich freue mich darauf.
* Ich auch.

**Track 19**

**Lektion 7, Hörtext 2. Hören Sie sechs Studenten und Studentinnen (Texte 1–6) über ihre Sportaktivitäten.**

**a) Kreuzen Sie an, wer was macht.**

Text 1

Ich jogge drei- bis viermal wöchentlich vom Fischerviertel aus in rund 25 Minuten zur Uni. So kann ich Sport in den Alltag integrieren! Gleichzeitig halte ich mich damit auch für den ein oder anderen Halbmarathon fit. Das Wetter beim Laufen ist mir fast egal. Vor allem jetzt im Frühling ist es schön, so viel von Ulm und der Natur zu sehen. Außerdem gehe ich meistens am Wochenende ins Schwimmbad.

Text 2

Heute bin ich vom Stadtzentrum in knapp 24 Minuten zur Uni geradelt. Die Bewegung hilft mir, morgens richtig wach zu werden! Ich plane, im Sommer jeden Tag mit dem Rad zu kommen. Ansonsten halte ich mich noch mit joggen und schwimmen fit.

Text 3

Morgens jogge ich gerne und abends spiele ich oft an der Uni Fußball, aber auch privat. Ich brauche Sport einfach als Ausgleich.

Text 4

Mit Yoga bekomme ich den Kopf frei und kann richtig abschalten. Wenn ich Sport mache, fühle ich mich einfach besser. Yoga hilft mir, zu entspannen. Für Kraft und Ausdauer besuche ich das Fitnessstudio.

Text 5

Ausgleich und Bewegung neben dem Studium sind mir wichtig. Deshalb besuche ich zweimal die Woche einen Fitnesskurs in einem Studio ganz in der Nähe. Um fit zu bleiben und um Zeit zu sparen, radle ich zwei bis drei Mal pro Woche von meiner Wohnung am Eselsberg zur Uni. So beträgt mein Arbeitsweg nur rund zehn Minuten! Das ist schneller als mit dem Auto oder den öffentlichen Verkehrsmitteln.

Text 6

Ich bin eigentlich immer sportlich unterwegs und gehe oft ins Fitnessstudio. In diesem Sommer habe ich mir auch kein Monatsticket gekauft, sondern will immer mit dem Rad fahren. Ich war einfach schon immer sportlich und liebe es zu trainieren. Stillsitzen und lernen fällt mir dagegen eher schwer! Deshalb spiele ich nicht nur Fußball und Volleyball, sondern mache auch Kickboxen und gehe ins Uni-Fitnessstudio.

**Track 20**

**Lektion 8, Hörtext 1. Sie hören ein Gespräch über Urlaubspläne. Wer macht was? Kreuzen Sie an? (0) ist ein Beispiel für Sie.**

* Hast du schon Pläne für deinen Urlaub gemacht?
* Ja, ich habe vor, dieses Jahr für zwei Wochen nach Deutschland zu reisen. Wie sieht es denn bei dir aus?
* Ich plane, nach Österreich zu fahren. Ich möchte die wunderschöne Natur und die Alpenlandschaft erkunden. Deutschland hat so viele schöne Städte und Regionen. Welche Orte möchtest du besuchen?
* Ich habe vor, nach Berlin und Hamburg zu reisen. Berlin bietet so viel, ich möchte die Geschichte und Kultur der Stadt entdecken, während ich in Hamburg gerne den Hafen erleben möchte. Ich möchte dort auch meine Freunde besuchen.
* Das klingt nach einer abwechslungsreichen Reise. Ich bin gespannt, wie es dir dort gefallen wird.
* Danke! Ich freue mich schon sehr darauf. Und wo genau möchtest du in Österreich Urlaub machen?
* Mein Ziel in Österreich ist Salzburg. Ich möchte die schöne Altstadt erkunden und die Festung Hohensalzburg besichtigen. Außerdem plane ich, die umliegende Natur zu genießen und vielleicht eine Wanderung in den Alpen zu machen.
* Das klingt nach einem wunderbaren Plan. Salzburg ist für seine musikalische Geschichte und die malerische Landschaft bekannt. Ich bin sicher, du wirst eine großartige Zeit dort haben. Wie viele Tage verbringst du dort?
* Eine ganze Woche! So werde ich noch Zeit haben, neben der Altstadt und der Festung, einen Ausflug zum Schloss Hellbrunn zu machen. Die Wasserspiele im Schlossgarten sind wirklich beeindruckend. Und wenn das Wetter schön ist, dann kann ich auch einen Tagesausflug zum nahegelegenen Wolfgangsee unternehmen.
* Das klingt super! Hast du schon deine Reisedaten festgelegt?
* Noch nicht ganz, aber ich plane, im September nach Österreich zu reisen. Die Herbstfarben in den Bergen sollten zu dieser Zeit besonders schön sein. Ich werde mit dem Auto fahren, dann bin ich flexibel. Wie sieht es bei dir aus?
* Ich werde voraussichtlich im Juli nach Deutschland fliegen.
* Ich wünsche dir auch einen wunderschönen Urlaub in Deutschland.
* Vielen Dank. Genieß deine Zeit in Österreich und komm gut erholt zurück.

**Track 21**

**Lektion 8, Hörtext 2. Sie hören einen Text über das Urlaubsverhalten der Deutschen.**

**a) Entscheiden Sie beim Hören, welche Aussage (A, B oder C) richtig ist. Kreuzen Sie**

**die richtige Lösung an. Nur eine Antwort passt. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Wohin reisen Deutsche am liebsten? Eine neue repräsentative Studie beantwortet diese und noch mehr Fragen zum Reiseverhalten der Deutschen.

Die Deutschen fahren am liebsten gar nicht weit weg: 27 Prozent machen Urlaub im eigenen Land. Dahinter folgen [Spanien](https://www.reisereporter.de/reiseziele/europa/spanien/) (12 Prozent), [Italien](https://www.reisereporter.de/reiseziele/europa/italien/) (8 Prozent), [Griechenland](https://www.reisereporter.de/reiseziele/europa/griechenland/) (4 Prozent) und die Türkei (4 Prozent). Du fragst dich, wo hier die Lieblingsinsel der Deutschen landet? [Mallorca](https://www.reisereporter.de/reiseziele/europa/spanien/balearen/mallorca/) belegt innerhalb von Spanien mit 28 Prozent Platz eins der beliebtesten Destinationen.

Die meisten Deutschen (33 Prozent) machen am liebsten Entspannungs- oder Badeurlaub. Auf Platz zwei folgen Städtereisen mit 22 Prozent, auf Platz drei der Kultururlaub (21 Prozent). Ein weiteres Ergebnis: Die Deutschen mögen Abenteuer – aber nur, wenn sie geplant sind. 70 Prozent der Befragten buchten ihren Haupturlaub im vergangenen Jahr mindestens zwei Monate im Voraus – 20 Prozent sogar ein halbes Jahr vor Reiseantritt.

Welche Unterkunftsmöglichkeiten wählen die Deutschen am liebsten? 39 Prozent der Deutschen wählen für ihren Haupturlaub das Hotel als Unterkunft, 11 Prozent sogar eine All-inclusive-Unterkunft. 28 Prozent wohnen lieber in einer Ferienwohnung oder einem Ferienhaus, 10 Prozent übernachten bei Freunden oder der Familie.

Wie lange fahren die Deutschen in den Urlaub? Die meisten Deutschen, nämlich 31 Prozent, fahren vier bis sieben Nächte weg. 24 Prozent machen gern länger Urlaub und bleiben elf bis 14 Nächte. 19 Prozent wählen einen Urlaub mit acht bis zehn Übernachtungen.

3-4 másodperces szünet

Wie viel geben die Deutschen für den Urlaub aus? Die meisten Deutschen (31 Prozent) zahlen insgesamt zwischen 500 und 1.000 Euro für einen Urlaub. 27 Prozent sind sparsam und geben maximal 500 Euro aus. 17 Prozent der Befragten zahlen zwischen 1.000 und 1.500 Euro, 9 Prozent zwischen 1.500 und 2.000 Euro.

Was packen die Deutschen für den Urlaub in den Koffer? Die Deutschen können nicht ohne ihr Handy: 78 Prozent nehmen das Smartphone auf jeden Fall mit in den Urlaub. Auch Sicherheit geht vor: 71 Prozent packen Medikamente ein, 54 Prozent Pflaster und Verbandszeug. Eine Kamera ist in 61 Prozent der Koffer zu finden.

Was nervt die Deutschen im Urlaub am meisten? Auch im Urlaub ist nicht immer alles paradiesisch. 51 Prozent der Deutschen sind vor allem von anderen Touristen genervt, die sich danebenbenehmen. 47 Prozent ärgern sich über überteuerte Preise, 44 Prozent über viel Müll beziehungsweise Umweltverschmutzung. 38 Prozent kriegen bei überfüllten Touristen-Attraktionen zu viel.

**Track 22**

**Lektion 8, Hörtext 3. Hören Sie den Dialog im Reisebüro.**

**a) Schreiben Sie zu jedem Punkt eine Information. (0) ist ein Beispiel für sie.**

* Guten Tag, wie kann ich Ihnen helfen?
* Guten Tag, ich möchte eine Reise buchen.
* Klar, wohin möchten Sie denn reisen?
* Ich würde gerne nach Spanien fahren.
* Möchten Sie in eine bestimmte Stadt oder Region?
* Ja, ich würde gerne nach Barcelona reisen.
* Sehr schön, wann möchten Sie denn reisen?
* Im nächsten Monat, im August für eine Woche.
* Super, wir haben verschiedene Angebote für Sie. Wie wäre es mit einem Flug und einem Hotel?
* Ja, das klingt gut. Was haben Sie denn im Angebot?
* Wir haben verschiedene Hotels zur Auswahl, abhängig von Ihrem Budget und Ihren Bedürfnissen. Möchten Sie ein Hotel in der Innenstadt oder am Strand?
* Ich würde gerne ein Hotel in der Nähe der Innenstadt haben.
* Kein Problem, wir haben ein schönes Hotel im Stadtzentrum zur Auswahl. Wie wäre es mit einem Flug um 10 Uhr morgens am Montag und einer Rückkehr um 17 Uhr am Sonntag?
* Das klingt gut. Wie viel würde das kosten?
* Der Preis hängt von der gewählten Unterkunft ab. Wir haben verschiedene Preisklassen zur Auswahl, je nach Ihren Bedürfnissen und Vorlieben. Wie viel möchten Sie denn ausgeben?
* Ich möchte nicht mehr als 1000 Euro ausgeben.
* Kein Problem, wir haben eine Option für 950 Euro pro Person inklusive Flug und Hotel. Möchten Sie das buchen?
* Ja, das klingt gut. Wie kann ich das buchen?
* Sie können direkt hier im Büro buchen oder wir können Ihnen den Link zur Online-Buchung senden, wenn Sie möchten.
* Ich werde hier direkt buchen.
* Kein Problem, ich werde Ihnen alle notwendigen Informationen geben und das Formular vorbereiten. Bitte geben Sie mir Ihre persönlichen Daten.

**Track 23**

**Lektion 9, Hörtext 1. Führerschein in wenigen Tagen an einem Intensivkurs.**

**a) Hören Sie den Text und schreiben Sie die Informationen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Wenn du den Führerschein schnell haben möchtest, sind Intensivkurse eine geeignete Möglichkeit. Allerdings musst du den theoretischen Teil und die Praxis auch in wenigen Tagen anstatt in einigen Monaten draufhaben. Ein bisschen mehr Belastung und Lernstress gehören also dazu. Bevor du dich für einen Ferienkurs anmeldest, musst du beachten, dass Erste-Hilfe-Kurs und der Sehtest zu den Voraussetzungen zählen und sie müssen schon vorher erledigt werden. Die Fischer Academy gilt als die anspruchsvollste Fahrschule in Deutschland: 10 Stunden Lernen pro Tag und wenig Schlaf. Zudem ist sie die erste Fahrschule, die neben den Intensivkursen auch ein hauseigenes Internat anbietet. Während der Ausbildung wohnt man also für eine Woche im Internat. Die Übernachtung im Zweibettzimmer kostet 9 Euro pro Tag, ein Frühstück kann für 5 Euro pro Mahlzeit dazu gebucht werden. Die Zimmer sind klassisch eingerichtet, aber von einem Fernseher oder gar WLAN ist hier keine Spur, denn der Fokus soll auf dem Lernen liegen, man hat keine Zeit zum Fernsehen. Im Gegensatz zu klassischen Fahrkursen, die sich oft über Monate hinziehen, muss der Prüfungsstoff und auch die Praxis hier innerhalb von 7 Tagen vermittelt werden.

Nach dem Check-In geht es sofort mit dem Unterricht los: Täglich werden an die 10 Stunden gelernt, danach müssen die Schüler in Eigeninitiative die Theorie noch einmal durchgehen und vertiefen. Dazu sind 914 Fragen und 100 Prüfungssimulationen durchzuarbeiten. Die meisten Schüler merken meistens erst vor Ort, wie anspruchsvoll dieser Intensivkurs ist: wenig Schlaf, Stress und Druck gehören aufgrund der geringen Prüfungszeit zum Alltag. Die Kosten für eine Woche in der härtesten Fahrschule Deutschlands liegen bei rund 1700 Euro.

**Track 24**

**Lektion 9, Hörtext 2. PC-Reparatur.**

**b) Hören Sie den Dialog. Was ist nicht richtig? Kreuzen Sie an.**

* Guten Tag, mein Computer ist leider kaputt gegangen, und ich benötige dringend Hilfe bei der Reparatur.
* Guten Tag! Natürlich, wir helfen Ihnen gerne. Könnten Sie mir bitte mehr Details über das Problem geben?
* Mein Computer startet überhaupt nicht mehr. Es passiert einfach nichts, wenn ich versuche, ihn einzuschalten.
* Verstehe. Haben Sie bereits versucht, den Computer neu zu starten oder andere Schritte unternommen, um das Problem zu beheben?
* Ja, ich habe bereits versucht, ihn neu zu starten, aber es hat nichts gebracht. Mein Rechner zeigt gar nix mehr. Er macht gar keinen Mucks.
* O. K., danke für die Info. Das hört sich wirklich übel an. Welche Marke und welches Modell hat der PC?
* Das ist ein Inspire L15.
* Alles klar, danke dafür. Da Ihr Computer nicht startet, ist es wahrscheinlich am besten, wenn Sie ihn zu uns bringen oder wir organisieren einen Abholservice.
* Kein Problem, ich kann den Rechner vorbeibringen.
* In Ordnung. Bis dahin können Sie sicherstellen, dass Sie Ihre wichtigsten Daten gesichert haben, falls eine Reparatur erforderlich ist.
* Verstanden, ich habe bereits Backups meiner Daten erstellt.
* Gut. Dann kommen Sie irgendwann vorbei.
* Ich melde mich bald bei Ihnen. Ich hoffe, mein Computer ist bald wieder einsatzbereit.

**Track 25**

**Lektion 9, Hörtext 3. Statt ein Smarthone ein Tastenhandy haben.**

**a) Hören Sie den Text und beantworten Sie die Fragen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Ein Leben ohne Smartphone – für die meisten Menschen heute unvorstellbar. Und auch für mich war es das bis vor sechs Monaten noch.

Doch dann ist mir meines vor einem halben Jahr in die volle Badewanne gefallen. Zuerst kam Panik auf: Schnell Reis holen, um mein geliebtes Handy trocknen zu lassen. Zwei Tage ungeduldiges Warten, nach denen sich nur herausstellen sollte, dass das Akku kaputt ist und aufgrund des Designs auch nicht ausgetauscht werden kann. In diesem Moment stieg die Angst in mir auf: Was ist mit all meinen Daten? Habe ich sie auch wirklich alle auf meiner SD-Karte gesichert? Ich beschloss, dass ich mir so schnell wie möglich ein neues Handy besorgen muss. Wie sollte ich sonst mein Leben geregelt kriegen?

Aber dann habe ich mich an etwas erinnert: Ich habe mir irgendwann mal vorgenommen, dass ich gerne ausprobieren möchte, wie es ist, nur ein Tastenhandy zu haben. Warum? Weil ich schon lange gemerkt habe, wie süchtig und abhängig ich von meinem Handy bin. Und wie sehr mich das ständige Erreichbarsein und immer-alles-nachgucken eigentlich auch stresst. Wie viel Zeit ich mit Herumdaddeln verbringe. Zeit, die ich eigentlich viel lieber für andere, erfüllendere Dinge nutzen möchte. So kaufte ich mir kein neues Smartphone, sondern ich nutzte das alte Tastenhandy von meinem Vater. Das war sein erstes Handy aus dem Jahr 1994.

Sicherlich gibt es ein paar kleine und größere Herausforderungen, wenn man sich für ein Leben ohne Smartphone entscheidet. Die erste kam bei mir dann auch direkt zwei Tage, nachdem ich auf das Tastenhandy umgestiegen bin. Mein erster Urlaub ohne Smartphone und dann direkt eine größere Fahrt. Eine Radtour im Ausland, zusammen mit Freundinnen. Wir waren zu viert. Schon vor der Reise musste ich an mehr denken als sonst mit dem Smartphone, denn ich musste extra die Zugtickets ausdrucken. Unterwegs war es dann sehr gut, dass ich Freundinnen dabei hatte, die Unterkünfte und Wege nachgucken konnten.

Durch die Reise habe ich gemerkt, dass das gar kein Problem ist, ohne Smartphone zu leben. Es ist aber tatsächlich manchmal etwas schwierig, keine Navigation mehr unterwegs nutzen zu können. Das ist, glaube ich, auch die Sache, die mir am meisten fehlt. Ich schreibe mir jetzt jedes Mal die Wege vorher auf, wenn ich an einem neuen Ort alleine unterwegs bin. Meistens funktioniert das sehr gut.

Ich habe nach diesen sechs Monaten absolut kein Bedürfnis mehr, zum Smartphone zurückzukehren, auch wenn so alles manchmal ein bisschen komplizierter und aufwendiger ist. Kann ein Leben ohne Smartphone funktionieren? Ja! Ich habe mehr Zeit und weniger Stress, ich bin viel zufriedener.

**Track 26**

**Lektion 10, Hörtext 1. Kaufen Sie lieber online oder im Laden?**

**a) Hören Sie den Text über Einkaufsvorlieben und entscheiden Sie, wer wofür steht. (0)**

**(Lisa) ist ein Beispiel für Sie.**

*Lisa*

Ich kaufe lieber im Geschäft! Es macht mir Spaß zu stöbern und mit den Verkäuferinnen und Verkäufern ins Gespräch zu kommen. Man kann von den Verkäufern beraten werden.

*Mark*

Ich kaufe viel online ein. Grund: Ich wohne ländlich in Franken, habe keinen Führerschein und es ist für mich nicht machbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln meinen Einkauf zu transportieren, wie es mir möglich war, als ich noch in der Stadt wohnte. Also bestelle ich alle zwei Monate online Dinge, die etwas schwieriger zu transportieren sind. Und ich bekomme sie nach Hause gebracht.

*Ruth*

Im Laden kann ich alles sehen und außerdem kann ich anprobieren und die Sachen anfassen… Fotos beim Online Kauf sind zwar hilfreich, können aber auch gefaked sein oder täuschen, vor allem was die Wertigkeit angeht. Diese fühlt man oft schon, wenn man die Dinge in der Hand hält. Und das macht mir auch Spaß!

*Mona*

Wenn mir im Laden gekaufte Produkte nicht gefallen, muss sie der Händler zurücknehmen. So auch im online-Handel: Ich lasse mir die Produkte oft in mehreren Größen nach Hause schicken und ich schicke dann einen Teil der bestellten Ware zurück – nämlich die Stücke, die nicht passen.

*Klaus*

Online ist zwar bequemer, aber der Einzelhandel muss auch existieren und braucht alle Unterstützung. Online vergleiche ich Preise von den gewünschten Sachen und kann dann im Laden handeln. Macht auch Spaß…

*Ahmed*

In der Stadt läuft man stundenlang herum! Um etwas zu finden, sucht man erst einen Parkplatz, zahlt man noch Parkgebühren und wenn man wieder kommt, ist das Auto verkratzt oder zugeparkt und dann läuft man noch stundenlang durch die Stadt bis man gefunden hat, was man braucht. Dann schön lieber von zu Hause vom Sessel aus einkaufen!

**Track 27**

**Lektion 10, Hörtext 2. Umtausch in der Boutique.**

**a) Hören Sie den Dialog: Was ist richtig? Kreuzen Sie an.**

* Guten Tag, ich würde gern dieses Kleid umtauschen.
* Guten Tag, selbstverständlich. Gab es mit dem Kleid Probleme?
* Das Kleid, das ich vor zwei Tagen gekauft habe, gefällt mir sehr gut und es war auch sehr preisgünstig. Aber…aber es passt mir leider nicht richtig. Es ist zu eng und unbequem zu tragen.
* Es tut mir leid zu hören. Sie können das Kleid natürlich innerhalb von 14 Tagen nach dem Kauf umtauschen. Haben Sie den Kassenbon noch?
* Ja, hier ist der Kassenbon.
* Vielen Dank. Möchten Sie die Rückerstattung des Geldes oder wollen Sie das Kleid einfach nur umtauschen?
* Ich würde das Kleid gern umtauschen.
* Möchten Sie das Kleid gegen ein anderes Modell oder eine andere Größe umtauschen?
* Ich hätte gerne das gleiche Kleid, aber in Größe L. Hat das denselben Preis?
* Ja. Aber wir haben dieses Modell in Größe L nur in Blau.
* Das machts nichts. Ich nehme es auch in Blau.
* Hier ist das gewünschte Kleid in Ihrer Größe. Wollen Sie es anprobieren?
* Aber natürlich. Sicher ist sicher.

**Oberstufe**

**Track 28**

**Lektion 1, Hörtext 1. Die Familie von Hannah**

**a) Hören Sie den Text. Was ist richtig (R)? Was ist falsch (F)? Kreuzen Sie an.**

Meine Familie, das ist mein Partner und meine Töchter. Eine Besonderheit von uns ist, dass jeder an einem anderen Ort geboren ist. Mein Partner kommt aus Chile. Ich bin in Berlin aufgewachsen. Meine erste Tochter Hanna ist in Weimar und meine zweite Tochter Rebekka in Kaufbeuren geboren. Noch eine Besonderheit ist, dass wir jeden Tag vegan und nicht-vegan kochen. Denn ich verzichte auf tierische Produkte, mein Partner und die Kinder nicht. Wenn ich nach Familie gefragt werde, muss ich kurz überlegen, weil ich mit Familie Personen verbinde, die mich direkt umgeben. Natürlich zählen auch meine Eltern und Großeltern zur Familie. Ich bin bei meiner Mutter aufgewachsen. Meinen Vater habe ich später kennengelernt und heute haben wir ein wunderbares Verhältnis. Mein Partner und ich haben nicht geheiratet. Ein Trauschein würde nichts an meinen Gefühlen ändern. Mein Partner hat eine große Familie, die sich trotz der Entfernung sehr für die Mädchen interessiert. Manchmal finde ich es schade, dass wir so weit weg voneinander wohnen. Selbst die deutschen Großeltern sind in Brandenburg, Berlin und Baden-Württemberg verstreut. Es wäre schön, wenn die Kinder mit den Großeltern aufwachsen könnten.

**Track 29**

**Lektion 1, Hörtext 2. Leah, 24 und ihr Kinderwunsch**

**a) Hören Sie den Text und beantworten Sie die Fragen.**

Ich hätte gerne zwei Kinder, vielleicht sogar mehr. Es ist doch Wahnsinn, so eine kleine Person, die nur von einem selbst kommt. Ich glaube, dass ich diesen Kinderwunsch eigentlich schon immer hatte. Ich habe schon als kleines Mädchen immer gerne Mutter, Vater, Kind gespielt.

Es gab auch mal Zeiten, in denen dieser Wunsch schwächer war – zum Beispiel, als ich als Jugendliche auf Kinder aufgepasst habe, und merkte, wie anstrengend und nervig sie sein können. Trotzdem ist dieser Wunsch nie weggegangen, ich habe gerne Kinder um mich. Deshalb habe ich nach dem Abitur als Au-Pair in den USA gearbeitet, viel über Erziehung gelernt und vor allem gemerkt, was ich selbst später für meine Kinder will, und was nicht.

Aber: Jetzt gerade möchte ich kein Kind. Ich studiere noch und ich finde, man sollte finanziell abgesichert sein und ein geregeltes Einkommen haben. Damit man sich sicher sein kann, dass man das Kind auch wirklich großziehen kann und ihm alle Möglichkeiten geben kann.

Für mich gehört außerdem ein Partner dazu. Dieses klischeehafte, dass es derjenige sein muss, mit dem man für immer zusammenbleiben wird, diese Illusion habe ich nicht. Aber eben jemand, mit dem man eine feste Beziehung führt, bei dem man selbst davon überzeugt ist, dass man für sehr lange – oder auch für immer – zusammenbleibt.

Klar, es ist beängstigend, wo es mit der Welt hingeht, Klimawandel, Terrorismus, usw. Und da setzt man jetzt noch ein Kind rein? Andererseits: Wir sind auch noch ein paar Jahre auf dieser Welt, und vielleicht kann man in dieser Zeit etwas bewirken, damit es nicht ganz so beängstigend ist, jemanden hier zu hinterlassen.

**Track 30**

**Lektion 2, Hörtext 1. Mir geht Silvester auf die Nerven! Sie hören einen Text über ein Silvesterfest.**

**a) Entscheiden Sie beim Hören, worüber gesprochen wird und markieren Sie diese**

**Aussage mit X. Wenn über etwas nicht gesprochen wird, lassen Sie das Kästchen**

**leer. Insgesamt können Sie 7-mal ankreuzen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Als Kind konnte ich Silvester immer kaum erwarten. Wir feierten mit der ganzen Familie. Onkel, Tanten, Oma, Opa, Cousinen und Cousins – alle waren da. Ein Highlight, denn ich war schon immer ein Familienmensch. Wir Kinder durften lange wach bleiben, das Wohnzimmer wurde festlich dekoriert, es gab leckere Snacks und wir feierten bis zur Erschöpfung.

Als Jugendliche haben wir die Partys dann ohne Familie veranstaltet – jedoch nie mit langer Vorbereitungszeit. Dennoch waren es wundervolle Partys, weil wir die Gabe hatten, aus jeder Feier das Maximum herauszuholen.

Heute hält sich meine Vorfreude auf Silvester jedoch sehr in Grenzen. Um es zurückhaltend zu formulieren. Je älter ich werde, desto mehr sinkt die Lust auf eine Party am 31. Dezember. Mittlerweile würde ich den Abend am liebsten ganz ausfallen lassen. Ja, ich bin ein Silvester-Grinch. Und dafür gibt es Gründe.

Schon die Planung der Feierei geht mir heute ziemlich auf die Nerven. Man wird älter, Freunde heiraten, Kinder kommen hinzu. Und es leidet die Spontaneität. Das kann und will ich niemandem vorwerfen. Und doch vermisse ich die Unbeschwertheit von früher, in der wir ohne große Planung geile Partys veranstalteten. Dazu passend die gefühlt immer größer werdende Erwartungshaltung des Partyvolks – und die der Gastgeber erst recht. Es darf nichts schief gehen. Könnte ja ein schlechtes Omen für das bevorstehende neue Jahr bedeuten. So ein Quatsch! Für mich ist das Streben nach Perfektion der wohl größte Stimmungskiller. Genau wie die Einstellung feiern zu „müssen”, weil es alle tun.

**Track 31**

**Lektion 3, Hörtext 1. Hören Sie ein Gespräch über einen Bio-Familienbauernhof. Ana und Tom sind dort aufgewachsen und sie erzählen über ihr Verhältnis zum Bauernhof.**

**a) Hören Sie den ersten Teil an: Wer sagt das? Ana oder Tom? Kreuzen Sie an.**

**Wie sieht euer Arbeitsalltag in eurem Betrieb aus?**

(Tom):Unsere Arbeit ist je nach Jahreszeit und Wetter unterschiedlich. Die Tage beginnen aber immer sehr früh mit der Stallarbeit. Ich bin von fünf bis halb acht Uhr bei den Kühen. Da werden die Kühe gemolken, die Kälber getränkt und alles sauber gemacht.

(Ana): Ich arbeite meistens im Büro. Man muss alles dokumentieren und auch Notfallpläne erstellen. Zum Beispiel für den Fall, es könnte unter den Tieren eine Krankheit ausbrechen.Ich helfe bei der Ernte oder in unserem Hofladen, der an je einem Wochenende im Monat geöffnet hat.

**Welche Kindheitserinnerung auf dem Hof hat dich am meisten geprägt?**

Früher haben oft Freundinnen von mir bei uns am Hof übernachtet. Im Sommer haben wir manchmal eine ganze Woche im Gartenhaus gewohnt. Wenn wir uns heute treffen, können sich alle daran erinnern. Sogar besser als an so manchen Familienurlaub in Griechenland.

Ich habe es immer geliebt, wenn Kälber auf die Welt kamen und das erste Mal von ihrer Mutter gefüttert wurden. Wenn sie dann mal nicht gut getrunken haben, mussten wir manchmal mit der Flasche nachhelfen. Zu sehen, wie sie aufwachsen und langsam zutraulich werden, ist eine besondere Erfahrung.

**Worum beneidest du die anderen Generationen?**

Früher war die Arbeit am Hof körperlich anstrengender, da man noch mehr mit den Händen machen musste. Als meine Oma den Betrieb leitete, fiel weniger Büroarbeit und Buchhaltung an. Man hat mehr im Stall und auf den Feldern gearbeitet. Ich glaube, dadurch war vieles einfacher und unbeschwerter.

Man konnte früher leichter von der Landwirtschaft leben. Für die heutige Zeit ist unser Hof eigentlich zu klein strukturiert, denn der Konkurrenzdruck aus dem Ausland steigt. Viele Landwirt:innen arbeiten sieben Tage die Woche, zwölf Stunden pro Tag und müssen sich dennoch ein zusätzliches Einkommen suchen.

**b) Hören Sie den zweiten Teil des Gesprächs und ergänzen Sie die Zusammenfassung. Schreiben Sie in jede Lücke eine Information. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

**Was bedeutet dir Bio-Landwirtschaft?**

Es ist uns sehr wichtig, ohne Pestizide zu arbeiten und das Tierwohl an erste Stelle zu setzen. Als meine Großeltern den Hof vor etwa 40 Jahren auf Bio umstellten, wurden sie noch von vielen belächelt. Sie waren trotzdem schon von der Idee überzeugt. Für uns ist Bio der richtige Weg. Bio-Landwirtschaft muss eine persönliche Überzeugung sein. Es ist schwierig, sie aufrechtzuerhalten. Die Förderungen, die wir bekommen, können nicht den niedrigeren Gewinn ersetzen. Durch die Inflation sparen die Leute zudem an Lebensmitteln. Unsere Molkerei hat uns neulich aufgefordert, weniger Milch zu liefern, da sie nicht so viel Bio-Milch verkaufen können.

**Wie würdet ihr euer Verhältnis zu euren Tieren beschreiben?**

Ich liebe unsere Tiere. Sonst würde ich die Arbeit am Hof nicht machen, man ist schließlich 365 Tage im Jahr bei ihnen. Egal, ob an Silvester oder Heilig Abend – die Tiere gehen immer vor. Wir haben knapp 50 Milchkühe und jede von ihnen hat ihren eigenen Namen. An vielen Bauerhöfen werden die Tiere zum Beispiel gleich nach der Geburt an den Markt oder an große Mastbetriebe verkauft. Wir hingegen ziehen alle Tiere selbst groß und nutzen sie für die Fleischproduktion. Sie werden später geschlachtet als üblicherweise.

**Welche Verantwortung hat Landwirtschaft, wenn es um Klimaschutz geht?**

Ich glaube schon, dass wir viel für den Klimaschutz tun. Die regionale Vermarktung unserer Produkte ist für mich ein großer Aspekt davon, denn sie werden nicht um die halbe Welt gefahren. Unsere Stalltüren stehen außerdem immer für unsere Kunden und Kundinnen offen und sie können sehen, woher die Lebensmittel kommen.

Außerdem geht es um einen bewussten Umgang mit tierischen Produkten. Wir haben in der Biolandwirtschaft etwa ein Tier pro Hektar Land. Zum Vergleich: Manche Betriebe halten 600 Tiere auf kleinsten Flächen, also die Tiere haben viel weniger Platz.

**Wo seht ihr euren Hof in dreißig Jahren?**

Ich möchte alle unsere Produkte noch besser vermarkten. Dann müssten wir nicht vergrößern und könnten als kleiner Betrieb bestehen. Ich hoffe, wir können bis dahin noch mehr Aufklärungsarbeit leisten und mehr Konsumenten und Konsumentinnen davon überzeugen, ihre Lebensmittel direkt vom Bauernhof zu kaufen. Außerdem fände ich es schön ein eigenes Hofcafé zu eröffnen.

**Track 32**

**Lektion 3, Hörtext 2. Leute über Ihre Wohnumgebung. Ordnen Sie zu. Text 1 ist ein Beispiel für Sie.**

Text 1

Unsere Wohnumgebung hat eine großartige Vielfalt. Es gibt Märkte und viele Geschäfte aus verschiedenen Kulturen. Das macht das Leben hier wirklich interessant, und ich kann immer etwas Neues entdecken.

Text 2

Die Verkehrssituation in unserer Nachbarschaft ist eine Katastrophe. Ständig Staus und Parkplatzprobleme. Ansonsten ist es in Ordnung, aber die Verkehrsprobleme sind wirklich ärgerlich.

Text 3

Unsere Wohnumgebung hat ein echtes Gemeinschaftsgefühl. Wir organisieren regelmäßig Nachbarschaftstreffen und Veranstaltungen. Jeder kennt hier jeden, und das macht das Leben hier wirklich angenehm.

Text 4

Wir sind von Natur umgeben, und das ist großartig. Es gibt viele Wanderwege und Seen in der Nähe. Ich liebe es, die Natur zu erkunden und neben einem Wald zu leben.

Text 5

Unsere Wohnumgebung ist perfekt für Familien. Es gibt viele Schulen und Spielplätze in der Nähe. Das ist wirklich praktisch, wenn man Kinder hat. Die Nachbarschaft hat eine tolle Gemeinschaft.

Text 6

Der Verkehrslärm in unserer Umgebung ist wirklich problematisch. Er beeinträchtigt die Lebensqualität erheblich.

Text 7

Ich liebe meine Wohnung. Alles, was ich brauche, ist zu Fuß erreichbar, und die Aussicht aus meinem Fenster ist atemberaubend. Es ist teuer hier, aber es lohnt sich.

Text 8

Meine Nachbarschaft ist zwar schön, aber die Mieten sind hier viel zu hoch. Ich überlege, ob ich umziehen sollte.

**Track 33**

**Lektion 4, Hörtext 1. Hören Sie den Text über Prüfungsstress.**

**a) In welchem Absatz können Sie darüber hören? (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Absatz 0

Prüfungsstress bezeichnet den Stress oder auch die Angst vor einer Prüfung. Als Synonym wird daher oft der Begriff „Prüfungsangst” verwendet. Dabei geht es vor allem um die Angst vor der Bewertung der eigenen Leistung.

Absatz 1

Prüfungsstress kann sich sowohl physisch als auch psychisch äußern. Körperlich können zum Beispiel Herzrasen, Zittern oder Schwitzen, aber auch Kopf- und Bauchschmerzen oder sogar Schwindelgefühle und Übelkeit auftreten. Psychisch können sich Angst und Zweifel bemerkbar machen.

Absatz 2

Prüfungsstress kann viele Gründe haben. Meistens liegt es am Druck, den du dir selbst vor einer Klausur oder Prüfung machst. Du möchtest nicht scheitern oder hast Angst, die Prüfung wiederholen zu müssen.   
Absatz 3

Um Prüfungsstress gar nicht erst aufkommen zu lassen, gibt es Methoden, mit denen du ihn vermeiden kannst. Neben einem guten Lernplan ist auch eine gute Vorbereitung auf deine Prüfung wichtig, damit du dir gar nicht erst Gedanken darüber machen musst, ob du die Prüfung vielleicht nicht bestehst.

Absatz 4

Doch manchmal nützt auch die beste Vorbereitung nichts und der Stress kommt trotzdem. Neben einer positiven Denkweise ist es auch hilfreich, wenn du entspannen kannst. Mache regelmäßig ein Entspannungstraining, wie Atemübungen, die dich auch vor deiner Prüfung noch beruhigen können. Weitere Entspannungsmethoden sind Yoga, Meditation oder die progressive Muskelentspannung.

Absatz 5

Wenn du deine Angst alleine nicht in den Griff bekommst, kannst du dir Hilfe holen, zum Beispiel bei der psychologischen Beratungsstelle deiner Uni.

**Track 34**

**Lektion 4, Hörtext 2. Effektiv fürs Abi lernen.**

**a) Hören Sie die Tipps von ehemaligen Abiturient:innen. Welche Aussage passt zu**

**welcher Person? Sie können je Person zweimal ankreuzen.**

*Emma*

Zum effektiven Lernen ist es wichtig, sich einen Überblick über die gesamten Themen zu verschaffen und sich genau zu überlegen, wie viel man an einem Tag meistern kann und will. Nachdem man den Lernprozess geplant hat, sollte man auch daran denken, dass man nicht immer lernen kann. Man sollte zwischendurch einen Spaziergang machen oder Freunde treffen. Man sollte sich also auch genug Freiräume lassen, sodass man auf nichts verzichten muss.

*Paul*

Die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit schwankt im Laufe des Tages stark. Ich bin zwischen 9-11 Uhr und 16-18 Uhr am leistungsfähigsten, ich lernte also zu dieser Zeit am effektivsten. Doch jeder hat einen anderen Rhythmus. Es ist auch wichtig, dass man sich nicht zu sehr von seinem Umfeld, ob das jetzt Familie, Freunde oder Lehrkräfte sind, stressen lässt. Klar, das Abi ist superwichtig, letztendlich aber auch nur eine große Klassenarbeit, auf die man sein ganzes Leben lang vorbereitet wurde.

*Lena*

Ich arbeitete im Unterricht viel mit und war aufmerksam! Dadurch hat man die Basics schon im Kopf und muss vor dem Abi nicht alles wiederholen, sondern kann den Stoff direkt vertiefen. Ansonsten empfehle ich, alte Prüfungen durchzugehen. Man lernt den Aufbau kennen und weiß danach, wie die einzelnen Aufgaben gestrickt sind. Das System ist immer das Gleiche.

*Theo*

Ich habe viele risikofreudige Mitschüler:innen, die einfach versuchen, sich in der Nacht vor der Prüfung noch eben das nötige Wissen in den Kopf zu prügeln. Ich meine aber, dass man am besten ein halbes Jahr vor den Prüfungen mit dem Lernen beginnen sollte, weil die ideale Vorbereitungszeit sechs Monate beträgt. Außerdem muss man realistisch abschätzen, wie viel man an einem Tag schaffen kann. Solange man noch den Unterricht besuchen muss, sind maximal zwei Stunden am Nachmittag bzw. am Abend realistisch. Sobald man den letzten Schultag hinter sich hat, kann man wesentlich mehr Zeit einplanen.

*Ivan*

Lerngruppen bringen wirklich ʼwas. Ich habe mich mit Freunden regelmäßig getroffen, und wir haben zusammen Mathe gelernt. Wenn man etwas nicht versteht, spart man sich so viel Zeit, indem man einfach in die Runde fragt. Meistens kennt immer einer die richtige Lösung, und wenn nicht, kommt man zusammen viel schneller dʼrauf. Außerdem macht es um einiges mehr Spaß. Wenn man 40 Minuten am Stück lernt, sollte man unbedingt eine Pause von minimal 15 Minuten machen. Danach geht es dann in die nächste Lernphase. Man sollte also nicht mehrere Stunden ohne Pausen lernen.

**Track 35**

**Lektion 5, Hörtext 1. Hören Sie Emma über ihre Arbeit als Bergführerin und notieren Sie die Informationen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Ich bin in Salzburgaufgewachsen, und es hat mich schon immer sehr stark in die Berge gezogen. Ich bin mit fünf Geschwistern auf einem Bauernhof aufgewachsen, und da habe ich mich sehr viel draußen bewegt. Mein Vater war selbst Bergführer, und so bin ich schon sehr früh mit Bergtouren in Berührung gekommen, denn wir sind sehr viel zusammen unterwegs gewesen und ich habe auch schon mitgeholfen. Daraus entwickelte sich recht bald die Motivation, selbst einmal diesen Job zu machen. Der Großglockner hat mich schon immer fasziniert, und deshalb führe ich am liebsten auf ihn hinauf.

Schon in jungen Jahren bin ich mit dem Rad die Großglockner-Hochalpenstraße hinaufgefahren und habe eine Leidenschaft fürs Klettern entwickelt. Heute ist meine große Liebe das Eisklettern. Außerdem bin ich staatlich geprüfte Skilehrerin und Skitourenführerin.

Auch wenn es mir Freude bereitet, mein Beruf ist ein Job wie jeder andere, aber eben mit anspruchsvollen Arbeitszeiten. Für mich hat die Sommersaison immer Siebentagewochen. Ich schaue also nicht auf die Wochentage, sondern auf das Datum, an dem ich Buchungen habe. Als Ein-Personen-Firma organisiere ich mich selber und erledige die Büroarbeit unterwegs zwischen den Touren. Im stärksten Jahr war ich rund 60-mal auf dem Großglockner. Oft sehe ich meine siebenjährige Tochter und meinen Mann einige Tage lang nicht und schaue dann, dass ich auch wieder ins Tal hinuntergehe und genügend gemeinsame Zeit mit ihr einplane, wenn gerade keine Touren anstehen.

**Track 36**

**Lektion 5, Hörtext 2. Hören Sie nun ein Vorstellungsgespräch.**

**a) Entscheiden Sie beim Hören, worüber gesprochen wird, und markieren Sie die**

**Aussage mit X. Wenn über etwas nicht gesprochen wird, lassen Sie das Kästchen**

**leer. Insgesamt können Sie 5-mal ankreuzen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

* Guten Tag, und ich bin der Manager dieses Restaurants. Schön, Sie kennenzulernen. Könnten Sie sich bitte kurz vorstellen?
* Guten Tag, ich freue mich, dass ich mich für die Position als Kellner in Ihrem Restaurant vorstellen darf. Ich bin derzeit Student und suche nach einer Gelegenheit, praktische Erfahrungen im Servicebereich zu sammeln.
* Wir freuen uns ebenfalls. Könnten Sie uns mehr über Ihre bisherigen Erfahrungen und Fähigkeiten im Service oder Gastgewerbebereich erzählen?
* Selbstverständlich. Ich habe voriges Jahr in einem Café als Barista gearbeitet, wo ich Bestellungen aufgenommen und Kaffee zubereitet habe. Das hat mir geholfen, meine zwischenmenschlichen Fähigkeiten und meine Fähigkeit, unter Druck zu arbeiten, zu entwickeln.
* Das klingt vielversprechend. Welche Qualitäten und Fähigkeiten bringen Sie mit, die Sie zu einer Ergänzung für unser Team machen würden?
* Ich bin kommunikativ und serviceorientiert, was mir hilft, gut mit Gästen umzugehen und ihre Bedürfnisse zu verstehen. Ich bin auch pünktlich und zuverlässig und habe Erfahrung im Umgang mit stressigen Situationen, was im Restaurantbetrieb von Vorteil ist. Darüber hinaus möchte ich dazu beitragen, ein angenehmes Essenserlebnis für die Gäste zu schaffen.
* Wie gehen Sie mit Herausforderungen um, die im Restaurantbetrieb auftreten können, wie zum Beispiel mit unzufriedenen Gästen?
* Wenn ein Gast unzufrieden ist, ist es wichtig, ruhig zuzuhören und das Problem zu verstehen. Ich würde versuchen, das Problem zu lösen. Mein Ziel ist es, sicherzustellen, dass die Gäste mit ihrem Restaurantbesuch zufrieden sind und gerne wiederkommen.
* Wie würden Sie Ihre Rolle und Ihre Entwicklung in diesem Kellner-Studentenjob sehen?
* Mein Ziel ist es, nicht nur die Aufgaben als Kellner zu erfüllen, sondern auch aktiv dazu beizutragen, das Team und das Restaurant zu unterstützen. Ich hoffe, in dieser Position viele neue Fähigkeiten und Erfahrungen zu sammeln.
* Vielen Dank für das Gespräch. Wir werden Ihre Bewerbung prüfen und uns in Kürze bei Ihnen melden.
* Vielen Dank für die Gelegenheit, dass ich mich vorstellen durfte.

**Track 37**

**Lektion 6, Hörtext 1. Arztbesuch. Hören Sie die beiden Dialoge. In welchem Dialog (D1 oder D2) haben Sie darüber gehört? Kreuzen Sie an.**

**Dialog 1**

* Guten Tag, wie kann ich Ihnen heute helfen?
* Guten Tag, ich habe seit ein paar Tagen Schnupfen, Husten, Fieber und fühle mich insgesamt ziemlich schwach.
* Verstehe. Lassen Sie uns das genauer anschauen. Bitte erzählen Sie mir mehr über Ihre Symptome. Wie hoch ist Ihr Fieber?
* Mein Fieber liegt bei etwa 38,5 Grad Celsius. Ich habe auch Kopfschmerzen und fühle mich müde.
* Haben Sie in letzter Zeit engen Kontakt zu jemandem gehabt, der ähnliche Symptome hatte?
* Ja, meine Kollegin im Büro hatte vor ein paar Tagen ähnliche Beschwerden.
* In Ordnung. Ich werde eine körperliche Untersuchung durchführen. Machen Sie bitte den Oberkörper frei…

*(2–3 Sekunden Pause)*

Öffnen Sie den Mund…

*(2–3 Sekunden Pause)*

Die Untersuchung zeigt Anzeichen einer viralen Infektion, die mit Erkältungssymptomen einhergeht. Es gibt keine Anzeichen einer schwerwiegenderen Erkrankung. Es ist wichtig, dass Sie sich ausruhen, zu Hause bleiben, um andere nicht anzustecken. Ich werde Sie für die nächsten drei Tage krankschreiben. Wenn sich Ihr Zustand verschlechtert oder Ihre Symptome länger anhalten, vereinbaren Sie bitte einen erneuten Termin.

* Vielen Dank, das beruhigt mich. Gibt es Medikamente, die Sie empfehlen?
* Für die Symptomlinderung können Sie rezeptfreie Medikamente wie Schmerzmittel, fiebersenkende Mittel oder abschwellende Nasensprays einnehmen. Bleiben Sie zu Hause, bis Sie sich besser fühlen, und nehmen Sie sich die Zeit, sich ausreichend zu erholen.

**Dialog 2**

* Guten Tag, wie kann ich Ihnen heute helfen?
* Guten Tag, ich habe starke Bauchschmerzen und mache mir Sorgen.
* Verstehe. Können Sie mir mehr über Ihre Bauchschmerzen erzählen? Wo genau treten sie auf und wie fühlen sie sich an?
* Die Schmerzen befinden sich im unteren rechten Teil meines Bauches, und sie sind scharf und stechend.
* Haben Sie noch andere Symptome bemerkt, wie Übelkeit, Erbrechen, Durchfall oder Fieber?
* Ja, ich hatte auch Übelkeit und ein leichtes Fieber. Kein Erbrechen oder Durchfall.
* Haben Sie in der Vergangenheit ähnliche Probleme gehabt oder leiden Sie an anderen Krankheiten?
* Nein, ich hatte zuvor keine ähnlichen Beschwerden, und ich habe keine chronischen Gesundheitsprobleme.
* Gut. Diese Symptome können auf verschiedene Ursachen hinweisen, einschließlich einer Entzündung im Blinddarmbereich. Wenn Sie weiterhin diese Symptome haben, kommen Sie zurück und ich werde eine gründliche Untersuchung durchführen, um die genaue Ursache herauszufinden. Ich werde einen Bluttest anordnen.
* Vielen Dank, Frau Doktor. Ich mache mir wirklich Sorgen.
* Ich verstehe Ihre Sorgen, aber wir werden schon die Ursache Ihrer Bauchschmerzen klären. In der Zwischenzeit vermeiden Sie bitte körperliche Aktivität und essen Sie leichte Kost. Sollten sich Ihre Symptome verschlimmern, kontaktieren Sie mich sofort.
* Danke, Frau Doktor, für Ihre Hilfe.
* Bitte, keine Ursache.

**Track 38**

**Lektion 6, Hörtext 2. Hören Sie den Text über das Thema Schlafen und beantworten Sie die Fragen. (0) ist ein Beispiel für Sie.**

Wer kennt es nicht: Die halbe Nacht wälzt man sich nur hin und her, es dauert Stunden bis man endlich einschlafen kann und dann wacht man auch noch mehrmals auf. Am nächsten Tag sind wir erschöpft, können uns schlechter konzentrieren und sehnen uns nach einem erholsamen Schlaf. Wenn man bereits die Auswirkungen einer einzigen schlaflosen Nacht spürt, wie ungesund ist dann chronischer Schlafmangel?

Was „zu wenig“ oder eben „genug“ Schlaf bedeutet, ist natürlich von Person zu Person unterschiedlich. Generell gilt für Erwachsene aber die Empfehlung, jede Nacht sieben bis neun Stunden zu schlafen.

Schon bei nur einer schlaflosen Nacht spürt man die Auswirkungen am nächsten Tag. Wenn man nur ein paar Stunden zu wenig geschlafen hat, kann das zu Sekundenschlaf führen. Das bedeutet, dass man ganz kurz unkontrolliert „einschläft“. Ein dauerhafter Schlafmangel kann sehr ungesund werden, da das [Risiko für Krankheiten](https://www.aok.de/pk/magazin/wohlbefinden/schlaf/zu-diesen-symptomen-fuehrt-schlafmangel/) steigt, denn die Leistungsfähigkeit des Immunsystems leidet. Dazu zählen sowohl psychische Erkrankungen wie Depressionen, als auch beispielsweise Bluthochdruck oder Diabetes. Nachweislich sterben Menschen, die auf Dauer zu wenig schlafen früher als solche, die einen gesunden Schlafrhythmus haben. Neben der nervigen Müdigkeit am nächsten Tag kann dauerhafter Schlafmangel also zu ernsten gesundheitlichen Problemen führen.

Einen perfekten Ratgeber für einen guten Schlaf gibt es leider nicht. Allerdings gibt es ein paar Dinge, die man ausprobieren kann, um Schlafmangel zu verhindern. Bewegung und Sport sollen die [Schlafqualität verbessern](https://www.forschung-und-wissen.de/magazin/19-tipps-gegen-schlafstoerungen-die-wirklich-helfen-13373646), da dadurch der Anteil des Tiefschlafs erhöht wird. Ins Bett sollte man generell am besten nur gehen, wenn man schon sehr müde ist.   
Damit man besser einschläft, funktionieren verschiedene Entspannungstechniken. Dazu zählen zum Beispiel Yoga oder autogenes Training.

**Track 39**

**Lektion 6, Hörtext 3.** **Warum sind die Menschen heute so müde? Hören Sie den Text: Was ist richtig? Kreuzen Sie an.**

Laut einer Studie werden Menschen immer erschöpfter, vor allem junge Leute sind schnell müde. Woran liegt das und was kann man dagegen tun?

In der heutigen schnelllebigen Welt, geprägt von beruflichen, privaten und gesellschaftlichen Herausforderungen, fühlen sich viele junge Menschen erschöpft und überfordert. Eine repräsentative Studie eines Meinungsforschungsinstituts ergab, dass gut die Hälfte der Deutschen sich als erschöpft bezeichnet. Nur etwa 40 Prozent hingegen gaben an, insgesamt nicht erschöpft zu sein. Besonders die Altersgruppe zwischen 30 und 40 Jahren ist stark erschöpft. 73 Prozent gaben an, sich müde zu fühlen. Der mit Abstand am meisten genannte Grund war die Situation bei der Arbeit. Doch nicht nur Berufstätige, sondern auch Studierende und Auszubildende leiden unter der massiven Belastung, jeweils über 70 Prozent sind erschöpft.

Hauptursache bei den jüngeren Erwachsenen ist die berufliche Situation. Es gab viele unterschiedliche Gründe dafür. Die meistgenannten waren der Leistungsdruck (56,3 Prozent), der Zeitdruck bei der Arbeit (42,1 Prozent), die Menge der Arbeit (41,2 Prozent) und Probleme mit Vorgesetzten (30,6 Prozent).

**Track 40**

**Lektion 7, Hörtext 1. Hören Sie den Text über ein seltsames Hobby. Beantworten Sie die Fragen.**

Tom Smith liebt Musik. Nun gibt es kaum jemanden, der Musik hasst – doch bei ihm nimmt die Leidenschaft extreme Züge an. Der 74 Jahre alte Engländer geht beinahe jeden Abend auf ein Konzert. „Musik ist eine ernsthafte Angelegenheit”, meint er. Eine, für die er deshalb viel Zeit und Geld investiert. Während andere in seinem Alter es sich zu Hause gemütlich machen, mit Enkeln spielen und dann früh schlafen gehen, macht er sich sehr regelmäßig auf den Weg in die Bars und Clubs von London. Das erklärte Ziel ist: Möglichst jeden Abend ein Konzert besuchen.

Wie hat es angefangen? Kurz vor seinem 60. Geburtstag begegnete er bei einem Familienausflug zufällig zwei Musikfans, die auf dem Weg zu einem Konzert von Joan Baez waren. Tom erzählte ihnen, dass er die Sängerin auch immer gern mal habe live sehen wollen – und sie luden ihn ein, mitzukommen. Das war der Beginn einer beinahe exzessiven Konzertleidenschaft. Als Rentner kann der ehemalige Automechaniker gar nicht genug von Live-Musik bekommen. Seit seiner Pensionierung 2018 ist er nahezu ununterbrochen unterwegs. Manchmal schafft er sogar fünf Bands an einem Abend. „Manche Leute besteigen Berge, manche laufen Marathon, und ich bin eben ein extremer Konzertgänger”, sagt er.

Tom ist vor allem in der Indie- und Rockszene unterwegs, er kennt fast jede Band in London. Und damit möchte er so bald auch nicht aufhören: „Die Idee ist, das so lange durchzuziehen, bis ich tot umfalle”, erklärte er dem Guardian.

**Track 41**

**Lektion 7, Hörtext 2.** **Hören Sie den Text über Lesen. Was ist richtig (R), was ist falsch (F)? Kreuzen Sie an.**

Ich lese immer etwa vier Bücher gleichzeitig: Eines, was mir hilft, ein konkretes Problem bei der Arbeit zu lösen, das zweite ist auch arbeitsbezogen, hat aber eher die großen Zusammenhänge im Blick und bietet mir Perspektiven für die Zukunft. Zum Beispiel, wie ich mein Unternehmen im nächsten Jahr weiterbringen könnte. Das dritte ist ein Sachbuch ohne Bezug zur Arbeit, gerade lese ich etwa eines über die Nachkriegszeit in Deutschland. Und das vierte ist rein zum Spaß, ein Roman meistens. Am liebsten lese ich gedruckt auf Papier, aber mittlerweile habe ich auch andere Formen für mich entdeckt. Kürzlich habe ich mich auch mit einem E-book-Reader angefreundet. Da habe ich mich lange gegen gesträubt, aber gerade wenn man mehrere Bücher gleichzeitig liest, ist es schön, nur ein kleines, leichtes Gerät dabeizuhaben.

Unterwegs höre ich Hörbücher. Das ist super für den Spielplatz. Mit dem Handy kannst du da nicht sitzen, da wirst du total geächtet. Aber dass du ein Hörbuch hörst, sieht keiner und ich kann nebenbei ein Auge auf meine drei Kinder werfen.

**Track 42**

**Lektion 7, Hörtext 3. Hören Sie die Gründe dafür, warum man lieber eBooks liest.**

**a) Nummerieren Sie die Reihenfolge. Text 1 ist ein Beispiel für Sie.**

Text 1

Beim Lesen müssen keine Seiten festgehalten werden und ein E-Reader klappt auch nicht einfach so zu, wenn ein wenig Wind aufkommt. Mit einem E-Book-Reader weiß die Leserin bzw. der Leser außerdem immer, auf welcher Seite es weitergeht.

Text 2

Ich kann Stellen im Buch markieren ohne es mit einem Marker zu verunstalten. Ich kann mir kinderleicht digitale Notizen machen und diese später speichern oder ausdrucken.

Text 3

Ich kann abends ohne zusätzliche Beleuchtung lesen. Sie sind meist beleuchtet und ermöglichen es bei allen Lichtverhältnissen zu lesen.

Text 4

E-Book-Reader wiegen wenig und ganz egal, wie viele Bücher drauf sind, sie werden einfach nicht schwerer.

Text 5

Ich kann alle meine Bücher mit auf die Reise nehmen, muss mich nicht entscheiden wie ich das Gewicht im Koffer optimiere.

Text 6

Mit einem E-Book kann ich schnell und einfach bestimmte Themen oder Stichwörter innerhalb eines Buches finden. Ich kann mir unbekannte Begriffe mit einem Fingertipp im Internet nachschlagen.

Text 7

Das Beste für mich ist, dass man Wörter nachschlagen oder übersetzen kann. Ich lese viele Bücher auf Englisch und muss doch ab und zu mal was übersetzen.

Text 8

Man kann überall lesen da man normalerweise sein Handy immer dabei hat. Ich kann auf meinem Handy über die App weiterlesen, denn der Lesestand synchronisiert sich auf den Geräten. Also überbrücke ich Wartezeiten, Zugfahrten und allgemein alles mit Lesen.

Text 9

Besonders für ältere Leute, die nicht mehr gut sehen können, ist es bequem, dass man die Buchstaben größer stellen kann.

**Track 43**

**Lektion 8, Hörtext 1. Reklamationen and der Hotelrezeption. Hören Sie die Dialoge (D1-D5) und beantworten Sie die beiden Fragen.**

Dialog 1

* Guten Abend. Entschuldigung, ich habe ein Problem mit meinem Zimmer.
* Guten Abend. Es tut mir leid zu hören. Was ist das Problem?
* Nun, die Klimaanlage in meinem Zimmer scheint nicht zu funktionieren. Es ist ziemlich warm drinnen, und ich habe versucht, sie einzuschalten, aber es kommt keine kalte Luft heraus.
* Ich entschuldige mich vielmals für die Unannehmlichkeiten. Ich werde das sofort überprüfen lassen. Könnten Sie mir bitte die Zimmernummer geben?
* Ja, ich bin im Zimmer 305.
* Vielen Dank. Ich werde unseren Hausmeister schicken, damit er sich das Problem ansieht. Er wird sich sofort um die Klimaanlage in Ihrem Zimmer kümmern. Wir bitten um ein wenig Geduld.
* Vielen Dank für Ihre Hilfe.

Dialog 2

* Guten Abend. Ich habe ein Problem mit der Sauberkeit meines Zimmers. Als ich vorhin in mein Zimmer zurückkehrte, schien es, als ob die Reinigung nicht durchgeführt worden wäre. Das Badezimmer war nicht gründlich gereinigt, und der Boden war noch schmutzig.
* Das tut mir aufrichtig leid. Ich werde sofort unser Reinigungspersonal informieren, damit Ihr Zimmer schnellstens erneut gereinigt wird. Haben Sie spezielle Wünsche oder noch weitere Probleme?
* Nein, hauptsächlich ging es um die Sauberkeit des Badezimmers. Ich hoffe, das kann schnell behoben werden.

Dialog 3

* Guten Tag. Ich habe ein Problem mit der Internetverbindung in meinem Zimmer. Ich kann mich nicht ordnungsgemäß mit dem WLAN verbinden. Ich habe versucht, mehrmals eine Verbindung herzustellen, aber es scheint nicht zu funktionieren.
* Es tut mir leid für die Störung. Ich werde das umgehend überprüfen lassen. Könnten Sie mir die Zimmernummer geben?
* Ja, ich befinde mich in Zimmer 415.
* Vielen Dank für die Information. Ich werde unsere Techniker informieren, damit sie sich das Problem genauer ansehen können. In der Zwischenzeit könnten Sie versuchen, Ihr Gerät neu zu starten, um sicherzustellen, dass es nicht an Ihrem Endgerät liegt.
* Okay, das werde ich versuchen. Hoffentlich lässt sich das Problem schnell lösen.

Dialog 4

* Guten Tag. Entschuldigung, aber der Ausblick aus meinem Zimmer entspricht leider nicht meinen Erwartungen. Ich habe einen Blick auf eine Baustelle und es ist ziemlich laut und unansehnlich.
* Das tut mir wirklich leid für die Unannehmlichkeiten. Ich werde unser Team informieren und nach Möglichkeiten suchen, um Ihre Situation zu verbessern. Möchten Sie vielleicht in ein anderes Zimmer umziehen oder gibt es andere Wünsche, die ich für Sie notieren soll?
* Wenn es möglich ist, würde ich gerne in ein Zimmer mit einem angenehmeren Ausblick umziehen.
* Verstanden. Ich werde sofort prüfen, ob wir ein Zimmer mit einem besseren Ausblick für Sie haben. Bitte geben Sie mir einen Moment.

Dialog 5

* Guten Abend. Entschuldigung, aber ich bin mit dem Essen im Restaurant nicht zufrieden.
* Guten Abend. Es tut mir leid zu hören, dass Ihr Restaurantbesuch nicht Ihren Erwartungen entsprochen hat. Könnten Sie mir bitte näher erklären, was Ihnen nicht gefallen hat?
* Das Essen war leider nicht so schmackhaft, wie ich es erwartet hatte. Die Speisen waren zu salzig und auch nicht richtig zubereitet. Ich habe das Hühnchen mit Gemüse bestellt, und es schmeckte sehr salzig und war etwas zu trocken.
* Ich werde die Beschwerde an unsere Küchenchefin weiterleiten. Entschuldigen Sie bitte nochmals für das Problem mit dem Essen. Es ist bedauerlich, dass Ihr Restaurantbesuch nicht Ihren Erwartungen entsprochen hat. Um das Problem zu lösen, kann ich Ihnen ein kostenloses Dessert oder ein Getränk anbieten.

**Track 44**

**Lektion 8, Hörtext 2. Hören Sie den Text über die Reiselust der Deutschen. Was ist richtig (R), was ist falsch (F)? Kreuzen Sie an.**

Die Reiselust der Deutschen ist trotz Krieg und Inflation ungebrochen. Eine aktuelle repräsentative Umfrage zeigt, dass 86 Prozent der Befragten in diesem Jahr einen Urlaub planen. Die Urlaubskasse vieler Deutschen ist aber wegen der Inflation kleiner geworden. Der Umfrage zufolge wollen die meisten aber auf das Reisen trotzdem nicht verzichten. Deutsche wollen trotz knapper Kasse Urlaub machen – aber reisen anders als bisher. So wollen sich 73 Prozent der Befragten bei Souvenirs und beim Shopping einschränken, um die Reisekosten trotz Inflation und hoher Energiepreise im Griff zu behalten, heißt es in der Untersuchung. 69 Prozent wiederum verreisen möglichst in der Neben- statt in der Hauptsaison, 63 Prozent wählen ein möglichst preiswertes Reiseziel und 60 Prozent eine günstigere Unterkunft als sonst.

54 Prozent wiederum warten auf „Schnäppchen” und Last-Minute-Angebote. 53 Prozent gaben an, am Urlaubsort nicht mehr so oft zum Essen ins Restaurant zu gehen.

**Track 45**

**Lektion 8, Hörtext 3. Sie hören einen Text über Airbnb. Ergänzen Sie die Zusammenfassung.**

Über Airbnb können Reisende Wohnungen und Apartments von privaten Gastgebern anmieten. Dies läuft ganz simpel: Man registriert sich auf der Plattform, legt einen Account an und kann in zahlreichen Ländern der Welt nach Unterkünften suchen und diese buchen. Die Bewertungen dienen dem schnellen Überblick und der Einordnung, was einen erwarten wird. Auch auf den Fotos bekommt man einen ersten Eindruck. Grundsätzlich bietet Airbnb aber die Möglichkeit – meist besser als Hotels – authentisch zu wohnen und einen Einblick in das Alltagsleben an einem fremden Ort zu bekommen. Airbnbs bieten mehr Abenteuer und Freiheit als Hotels: Man kann in der Küche kochen, Abende auf der Veranda verbringen.

Der Aufenthalt in einem Zuhause hilft einem, sich selbst mehr zuhause zu fühlen.

**Track 46**

**Lektion 9, Hörtext 1. Wie kann man weniger Zeit am Smartphone verbringen? Hören Sie die Tipps der folgenden Leute. In welchem Text hören Sie über folgende Tipps? Schreiben Sie die Zahl des Textes in die Tabelle ein. Text 1 ist ein Beispiel für Sie.**

Text 1

Ich wähle oft die Option, einen sogenannten Grau-Modus zu aktivieren. Dieser sorgt dafür, dass das Display nicht mehr in bunten Farben leuchtet und nur noch Grautöne abbildet. Diese Tatsache macht den Blick aufs Handy deutlich weniger interessant und spaßig. Dies kann den positiven Effekt zur Folge haben, dass weniger aufs Handy geschaut wird.

Text 2

Beim Einkaufen, Spazierengehen oder beim Besuch bei Freundinnen lasse ich mein Handy manchmal zu Hause. So kann ich mir den ständigen Blick auf das Display abgewöhnen und Momente mehr genießen.

Text 3

Wenn ich beim Arbeiten nicht vom Handy wegkomme, kann es mir helfen, dieses an einem anderen Ort zu platzieren. Der Weg zum Smartphone bedeutet dann einen größeren Aufwand und wird somit weniger attraktiv.

Text 4

Wegen Push-Benachrichtigungen schaue ich häufig auf mein Smartphone. Das kann eine neue Nachricht sein, die neueste Eilmeldung oder ein neuer Like. Es ist mir sehr hilfreich, diese Art von Benachrichtigungen gänzlich auszuschalten oder zumindest zu reduzieren.

Text 5

Ich blickte früher regelmäßig auf mein Smartphone um die Uhrzeit im Auge zu behalten. Heute trage ich eine Armbanduhr, damit ich die Uhrzeit dort ablesen kann.

Text 6

Wenn mir früher langweilig war, griff ich immer zum Handy. Heute nehme ich lieber ein Buch, oder ich beobachte einfach mal andere Menschen und die Natur um mich herum und komme so auf neue Gedanken oder zur Ruhe.

Text 7

Ich versuche die Zeit, die ich am Handy verschwende, zu reduzieren, indem ich Uhrzeiten festlege, zu denen ich E-Mails checke, Nachrichten beantworte oder einfach nur im Internet stöbere.

Text 8

Früher hatte ich für jede Kleinigkeit eine eigene App, obwohl ich diese nur ein einziges Mal in einer bestimmten Situation benutzt habe. So habe ich immer viele Benachrichtigungen empfangen, Informationen, die ich nicht mehr brauche. Ich löschte die Apps konsequent, die ich aktiv nicht mehr benutzte.

Text 9

Nach einem langen Tag tendierte ich immer wie viele Menschen dazu, abends im Bett nochmal das Handy in die Hand zu nehmen und Social Media Apps zu checken. Auch am Morgen wird häufig als erstes zum Handy gegriffen und noch im Halbschlaf im Internet gesurft oder gechattet. Heute schalte ich das Smartphone in der Nacht aus und es hängt in einem anderen Raum am Ladekabel.

**Track 47**

**Lektion 9, Hörtext 2. Die Entdeckung der Röntgen-Strahlen.**

**a) Hören Sie den ersten Teil des Textes und beantworten Sie die beiden Fragen.**

Die Entdeckung der Röntgenstrahlen geht auf den deutschen Physiker Wilhelm Conrad Röntgen zurück. Er hat im Jahr 1895 in seinem Labor an der Universität Würzburg die Strahlen entdeckt, die er „X-Strahlen” nannte. Später wurden sie zu seinem Ehren als „Röntgenstrahlen” bezeichnet.

**b) Hören Sie den zweiten Teil. Was ist richtig (R)? Was ist falsch (F)? Kreuzen Sie an.**

Am 8. November 1895 experimentiert Wilhelm Conrad Röntgen noch spätabends in seinem Labor im ehemaligen Physikalischen Institut der Universität Würzburg. Ihn interessieren die elektrischen Ladungen in einer Kathodenröhre. Das Licht in der Röhre erhellt den Raum schwach. Weil Röntgen dies stört, umhüllt er die Röhre mit schwarzem Karton. Da hellt sich plötzlich ein weiter entfernt stehender Fluoreszenzschirm auf. Beim weiteren Experimentieren gerät seine Hand zwischen die Kathodenröhre und den Leuchtschirm – und Röntgen blickt direkt auf die Schatten seiner Handknochen. So in etwa soll sich die Entdeckung der Strahlen, die Röntgen „X-Strahlen“ genannt hat, zugetragen haben. Nach diesen ersten, eher zufälligen Beobachtungen forschte Röntgen unermüdlich weiter. Die Entdeckung der unbekannten Strahlen fesselte ihn derart, dass er sich sechs Wochen lang in seinem Labor einschloss und es kaum noch verließ. Am 22. Dezember 1895 musste seine Frau Bertha für ein Experiment herhalten: Wilhelm Conrad Röntgen röntgte ihre Hand – die Aufnahme sollte später [das berühmteste Röntgenbild der Welt](https://www.br.de/nachrichten/wissen/das-beruehmteste-roentgenbild-der-welt-wird-125-jahre-alt,SJngk05) werden.

1901 erhielt Röntgen für seine Entdeckung den Nobelpreis. Er war der erste Wissenschaftler der Welt, der den Nobelpreis für Physik bekam. Er verzichtete bescheiden auf das Preisgeld und stiftete es der Universität Würzburg.

Wilhelm Conrad Röntgen hat in seinem Testament verfügt, all seine Aufzeichnungen – außer

den veröffentlichten Aufsätzen – nach seinem Ableben zu vernichten.

**Track 48**

**Lektion 10, Hörtext 1. Hören Sie den Dialog zwischen Sophia und Lukas über Einkaufsvorlieben. Entscheiden Sie, ob die Aussagen richtig (R) oder falsch (F) sind. Kreuzen Sie an.**

* Sag mal Lukas, warum kaufst du so oft online ein? Warum bevorzugst du das so sehr?
* Ja, ich finde das Online-Shopping einfach praktisch. Es spart Zeit und ich kann bequem von zu Hause aus alles bestellen, was ich brauche.
* Verstehe. Ich genieße es jedoch, in Geschäften einzukaufen. Es ermöglicht mir, die Qualität der Produkte zu überprüfen und eine persönliche Bindung zu lokalen Händlern aufzubauen.
* Das kann ich verstehen. Aber bedenke, dass Online-Shopping oft eine größere Auswahl und bessere Angebote bietet. Außerdem erlaubt es mir, gezielt nach spezifischen Produkten zu suchen.
* Ja, das mag sein. Aber ich mache mir Sorgen um die Auswirkungen des zunehmenden Online-Handels auf die kleinen lokalen Geschäfte. Wenn sie schließen, geht ein Stück der Vielfalt unserer Gemeinschaft verloren.
* Das ist definitiv ein wichtiger Punkt. Ich versuche, meine Einkäufe bewusst zu gestalten, indem ich lokale Händler unterstütze, wann immer es möglich ist. Doch manchmal ist es schwierig, die Bequemlichkeit des Online-Shoppings zu ignorieren.
* Ich denke, es geht auch um die Ethik des Konsums. Ich bevorzuge es, nachhaltige und umweltfreundliche Produkte zu kaufen, und das lässt sich oft besser in einem physischen Geschäft umsetzen.
* Du hast Recht. Aber manchmal finde ich online eine größere Auswahl an umweltfreundlichen Produkten. Es geht also auch darum, die richtigen Quellen zu finden. Absolut. Doch das Einkaufsverhalten hat nicht nur Auswirkungen auf unsere eigenen Bedürfnisse, sondern auch auf die Wirtschaft und die Umwelt.
* Da stimme ich dir zu. Wir müssen uns bewusst sein, wie unsere Entscheidungen das größere Ganze beeinflussen können. Vielleicht sollten wir versuchen, einen ausgewogenen Ansatz zu finden, der sowohl die Vorteile des Online- als auch des stationären Einkaufs berücksichtigt.
* Ja, das klingt vernünftig. Eine Kombination beider Methoden könnte eine gute Lösung sein.
* Definitiv. Es ist wichtig, dass wir unser Einkaufsverhalten reflektieren und bewusste Entscheidungen treffen, um eine nachhaltige Zukunft zu fördern.

**Track 49**

**Lektion 10, Hörtext 2. Hören Sie den Dialog und ergänzen Sie die Zusammenfassung.**

* Guten Tag! Ich habe mein Fahrrad mitgebracht, es gibt einige Probleme mit den Bremsen und der Gangschaltung. Könnten Sie mir helfen?
* Guten Tag! Natürlich, ich schaue mir das gerne an. Haben Sie eine Ahnung, was genau nicht stimmt?
* Die Bremsen funktionieren nicht richtig, sie quietschen und packen nicht richtig zu. Und die Gangschaltung springt oft raus und schaltet nicht sauber.
* Verstehe, das sind typische Probleme, wir werden die nötigen Reparaturen durchführen. Haben Sie noch andere Fragen?
* Nein, das war's eigentlich schon. Wie lange wird die Reparatur dauern und was wird mich das kosten?
* Die Reparaturdauer hängt von der genauen Diagnose ab. Normalerweise benötigen wir ungefähr einen Tag für solche Probleme. Erst nach der Diagnose kann ich Ihnen einen genauen Kostenvoranschlag machen.
* Ich verstehe. Ich möchte noch ein neues Fahrradschloss und einen neuen Helm kaufen.
* Kein Problem, wir haben ein großes Angebot an Schlössern und Helmen. Kommen Sie, ich zeige ihnen welche.
* Danke, aber ich möchte sie erst kaufen, wenn ich mein Fahrrad wieder abhole.
* Ich hoffe, dass wir die Reparatur innerhalb des Tages abschließen. Ich werde Ihnen aber auch telefonisch Bescheid geben, sobald Ihr Fahrrad fertig ist. Geben Sie mir bitte Ihre Kontaktdaten.
* Natürlich, hier ist meine Telefonnummer. Vielen Dank für Ihre Hilfe!

**Track 50**

**Lektion 10, Hörtext 3. Hören Sie den Dialog über einen Autokauf und kreuzen Sie an, worüber im Dialog geredet wurde. Es gibt fünf Ausdrücke, die Sie nicht ankreuzen können.**

* Guten Tag! Willkommen bei unserer Autohandlung. Wie kann ich Ihnen behilflich sein?
* Hallo! Ich interessiere mich für den neuen SUV, den ich in Ihrer Werbung gesehen habe. Können Sie mir mehr Informationen darüber geben?
* Natürlich, der neue SUV ist eines unserer beliebtesten Modelle. Er verfügt über eine geräumige Innenausstattung und fortschrittliche Sicherheitsfunktionen. Welche spezifischen Informationen interessieren Sie?
* Ich möchte gerne mehr über die verfügbaren Ausstattungsvarianten und die verschiedenen Motoroptionen erfahren.
* Wir haben drei Ausstattungsvarianten und zwei Motoren zur Auswahl. Die Basisversion enthält viele Standardfunktionen, während die höheren Ausstattungsvarianten zusätzliche Annehmlichkeiten bieten. Die Motoren umfassen einen effizienten Vierzylinder und einen leistungsstarken Sechszylinder.
* Ich bevorzuge eine umweltfreundlichere Option. Können Sie mir etwas über den Verbrauch und die Emissionswerte des Vierzylinders sagen?
* Der Vierzylinder hat einen kombinierten Verbrauch von etwa 6 Litern auf 100 Kilometern und niedrige Emissionswerte, was ihn zu einer umweltfreundlichen Wahl macht.
* Klingt gut! Ich würde gerne eine Probefahrt machen, um das Fahrzeug genauer zu erleben. Wäre das möglich?
* Selbstverständlich, ich kann eine Probefahrt für Sie arrangieren. Wann würde es Ihnen passen?
* Wie wäre es morgen Vormittag? Ich habe Zeit.
* Ich kann Ihnen einen Termin um 10 Uhr anbieten. Ist das in Ordnung?
* Perfekt, das passt mir. Und könnten Sie mir auch Informationen zu den Finanzierungsoptionen geben?
* Sicher, ich werde Ihnen alle verfügbaren Finanzierungsmöglichkeiten erklären und Ihnen helfen, die beste Option für Sie zu finden.

**Track 51**

**Lektion 10, Hörtext 4. Hören Sie den Dialog und entscheiden Sie sich, ob der Satz richtig (R) oder falsch (F) ist. Kreuzen Sie an.**

* Guten Tag, Sie sprechen mit der Kundenbetreuung der Bank. Wie kann ich Ihnen helfen?
* Hallo, ich bin gerade am Geldautomaten und meine Karte wurde eingezogen. Ich brauche dringend Geld. Was soll ich tun?
* Verstehe. Bitte geben Sie mir Ihren Namen und Ihre Kontonummer, damit ich Ihr Konto überprüfen kann.
* Mein Name ist Sarah Müller und meine Kontonummer ist 73956287.
* Vielen Dank, Frau Müller. Ich sehe hier, dass Ihre Karte aus Sicherheitsgründen vom Automaten einbehalten wurde. Ich werde eine Sperrung Ihrer Karte veranlassen und eine neue für Sie bestellen. Das kann jedoch einige Tage dauern.
* Oh, das ist wirklich unpraktisch. Gibt es eine Möglichkeit, sofort Bargeld zu bekommen?
* Ja, wir können Ihnen einen einmaligen Abholcode für eine Filiale in Ihrer Nähe geben, damit Sie mit Ihrem Ausweis dort Bargeld abholen können.
* Das wäre großartig! Wo ist die nächstgelegene Filiale, und wie lautet der Code?
* Die nächstgelegene Filiale ist in der Hauptstraße 15. Der Abholcode lautet 786932. Bitte nehmen Sie Ihren Ausweis mit.
* Vielen Dank für Ihre Hilfe. Ich werde mich sofort auf den Weg zur Filiale machen.