# Bijlage HAVO

# 2022

tijdvak 3

## Duits

Tekstboekje

HA-1004-a-22-3-b

Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

## Tekst 1

# Langer Atem

**Anna von Boetticher ist Apnoe- also Freitaucherin. Sechs deutsche Rekorde hält sie und gilt international als eine der Besten ihrer Zunft. Am kommenden Wochenende nimmt sie im griechischen Kalamata an den Weltmeisterschaften teil, für die sie monatelang trainiert hat. Mit knapp 200 Tauchern aus mehr als 30 Ländern wird es wohl der bislang größte Wettkampf dieser Art.**

**(1)** Wenn von Boetticher nicht trainiert, gibt die Buchhändlerin aus Berlin-Kreuzberg Unterricht und Workshops für Menschen, die auch mal frei tauchen wollen – und es werden immer mehr. Die 250 Startplätze für Deutschlands „Apnoe-Happening“ waren in diesem Jahr innerhalb von drei Stunden weg, __3__ die Vergabe um Mitternacht begann.

**(2)** Die atemberaubendste Outdoor-Sportart der Welt ist es ohnehin. In Tiefen von 100 Metern, in denen mehr als zehn Kilogramm Druck auf jedem Quadratzentimeter Körper lasten, schlägt das Herz nur noch 20 Mal pro Minute. Den Weltrekord im Zeittauchen hält seit 2009 mit elf Minuten und 35 Sekunden der Franzose Stéphane Mifsud. Es sind die Extreme einer Tauchsportart, die populärer wird, gerade weil sie ohne viel Theorie und Ausrüstung auskommt.

**(3)** Die Einsteigerübung ist ganz simpel: „Am besten auf dem Bett oder Sofa liegen, ganz entspannt“, erklärt von Boetticher. „Dann ein bis zwei Minuten ruhig atmen, ohne zu hyperventilieren. Einen letzten tiefen Atemzug nehmen, dann die Luft anhalten. Anschließend wieder ein bis zwei Minuten atmen, noch mal Luft anhalten. Das Ganze viermal hintereinander.“

**(4)** Bei einem Kurs mit ihr sind es statt Bett und Sofa die Planken eines Bootes und tatsächlich: Aus 32 Sekunden Luftanhalten zu Beginn werden schnell mehr als zwei Minuten. „Die Lernkurve ist anfangs extrem steil, und der Effekt ist faszinierend, weil man ihn nicht für möglich hält“, erklärt die Freitaucherin.

**(5)** Im Wasser sei diese Entdeckung noch unmittelbarer, weil es um eine Urfunktion des menschlichen Körpers geht, die bei Babys sogar noch komplett ausgeprägt ist: den Tauchreflex. Er bringt die Atmung zum Stillstand, verlangsamt den Herzschlag und reduziert den Sauerstoffverbrauch auf überlebenswichtige Organe.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

# Schaufensterpuppen mit Kamera-Blick

Mit Kamera und Gesichtserkennungssoftware ausgerüstete Schaufensterpuppen beobachten das Verhalten potenzieller Kunden. Die *EyeSee*-Puppen der italienischen Firma *Almax SpA* ermitteln Geschlecht, ungefähres Alter und ethnische Zugehörigkeit.

Kaufhäuser nutzen die Daten, um ihr Angebot an die Kundschaft anzupassen. Ein Bekleidungshaus nahm beispielsweise Kindermode ins Sortiment, nachdem die *EyeSee*-Software verriet, dass Jugendliche häufig den Laden besuchen.

Die Puppen kommen derzeit in drei europäischen Ländern und in den USA zum Einsatz. Welche Kaufhäuser die Plastikspione verwenden, verrät *Almax SpA* nicht. Unklar ist, ob diese Form der Observierung gegen Gesetze zum Schutz der Privatsphäre verstößt.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

## Tekst 3

# Sparen beim Einkauf um die Ecke

**(1)** Ist der Kaffee gerade beim Discounter gegenüber am günstigsten? Oder lohnt es sich, zwei Straßen weiter zum nächsten Supermarkt zu gehen? Aber vielleicht ist dort das Waschpulver viel teurer? Solche Fragen sollen sich Nutzer der Website *YouPickIt* nicht mehr stellen müssen. Sie ermöglicht einen __8__, den es jetzt schon im Internet gibt, auch für den Shop um die Ecke.

**(2)** Das neue Angebot errechnet aus 60 Millionen Preisen von Supermärkten, Drogerien, Baumärkten, Elektronikhändlern, Discountern und bald auch Tankstellen die günstigsten Anbieter in der Nähe. „Wir erfassen alle Preise in Deutschland“, sagt Richard Künkele, der Chef von *YouPickIt*. „Zum ersten Mal geben wir nun Verbrauchern diese Informationen an die Hand.“ Er sitzt auf einem Datenschatz.

**(3)** Künkele ist auch Chef des Marktforschungsunternehmens *Drotax*, das seit 50 Jahren Preise im deutschen Handel ermittelt – sogar mehrmals am Tag. Daraus entwickelte der Unternehmer in zweijähriger Arbeit seine Vergleichsmaschine, die erstmals die Preisunterschiede für Konsumgüter wie Lebensmittel in den Geschäften der realen Welt zeigt. „Die Nutzer können die Sparpotenziale des täglichen Einkaufs ausschöpfen, ohne lange suchen zu müssen“, erklärt Künkele den Vorteil.

**(4)** Die Preisdifferenzen im Handel sind riesig. Für eine Tafel *Milka*-Schokolade zeigt *YouPickIt* im FOCUS-Test in Frankfurt am Main Angebote zwischen 65 Cent und 1,19 Euro, also satte 83 Prozent Unterschied. Aber die Website weist auch auf ein lokales Sonderangebot mit 55 Cent hin. Ein Preisvergleich für einen vollen Warenkorb zeigt bis zu 33 Prozent Unterschied zwischen dem teuersten und dem günstigsten Markt.

**(5)** Bei *YouPickIt* können Verbraucher Einkaufslisten erstellen. „Der Nutzer kann wählen: Sucht er den billigsten Händler für alle gewünschten Produkte, die niedrigsten Preise bei verschiedenen Anbietern in der Umgebung oder den günstigsten Lieblingsmarkt“, erläutert Künkele. Da auch geplante Angebote in seine Datenbank einfließen, erfahren Konsumenten, ob es sich lohnt, den Einkauf zu verschieben.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

**(6)** Wer schon im Laden steht, kann den Barcode des Produkts mit dem Handy einscannen und sieht die Preise der anderen Märkte in der Umgebung. Kennt die App einmal die Lieblingsprodukte, zeigt sie passende Angebote sofort an. *YouPickIt* gibt es als vorläufige App für Android-Geräte; die Anwendung für *Apples iPhone* soll bis Jahresende fertig sein.

**(7)** Für den Handel wird es spannend: Ändern die Kunden ihre Einkaufsgewohnheiten, wenn sie vollständige Preisinformationen haben? Künkele ist davon überzeugt: „Nicht sofort. Aber in ein paar Jahren werden sie andere Produkte in anderen Märkten kaufen." Der Unternehmer finanziert seinen Dienst mit Werbung. Händler können ihre Anzeigen gezielt in den Entscheidungsprozess der Nutzer einklinken. „Sucht ein Verbraucher nach Joghurt, kann in der angezeigten Liste die passende Werbung eingeblendet werden", erklärt Künkele.

**(8)** Die neue Transparenz schafft – wie schon im Internet – Gewinner und Verlierer: Günstige Händler hoffen auf mehr Kunden; wer teuer ist, muss versuchen, mit anderen Faktoren wie Extraservice zu punkten. Dem Handel ist klar, dass der technische Fortschritt Preisunterschiede offenlegen wird.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

# Der Osten ist impfmüde

**(1)** Eltern in Ostdeutschland lassen ihre Kinder später impfen als Eltern im Westen. Neue Daten der Kassenärztlichen Vereinigungen und des *Robert Koch-Instituts* zeigen: Fast 50 Prozent der Heranwachsenden in den neuen Bundesländern bekommen bis zum zweiten Lebensjahr nicht die empfohlenen zwei Impfdosen gegen Masern. Im Westen sind gut 25 Prozent unzureichend immunisiert.

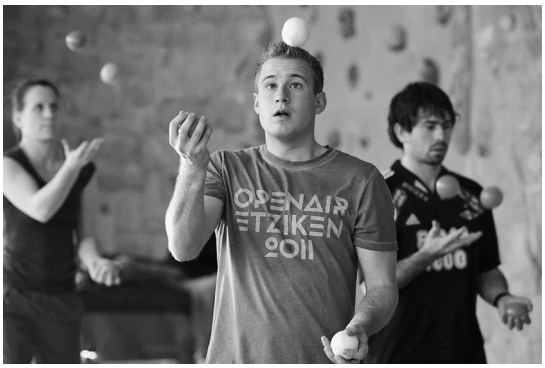
**(2)** Bisher waren Experten davon ausgegangen, dass Kleinkinder im Osten häufiger geimpft würden, weil die Impfrate bei Schulbeginn dort höher liegt. Die Bereitschaft zur Masern-Immunisierung lasse im Osten nach, „besonders bei den jüngeren Eltern“, bestätigt der Leipziger Infektiologe Thomas Grünewald, Mitglied der Sächsischen Impfkommission. „Jüngeren fehlt die Erinnerung an Epidemien und sie werden dadurch bequem“, so Grünewald.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

## Tekst 5

# Jonglieren entspannt und macht schlau




**(1)** Müde, abgespannt, unkonzentriert? Wenn der Kaffee nicht mehr wirkt, hilft Bewegung, um die Konzentrationsfähigkeit wieder zu steigern. Kurz vor die Tür gehen, ein wenig Gymnastik – Tipps für müde Büroarbeiter gibt es jede Menge. Aber kaum eine Übung ist so **15** wie Jonglage: Durch die sanften Bewegungen beim Werfen und Fangen werden Körper und Hirn gut durchblutet. Das Gehirn bekommt auf diese Weise Sauerstoff. Beide Gehirnhälften müssen zusammenarbeiten – das fördert die Wahrnehmung.

**(2)** Die Gehirnhälften sind über einen Balken mit etwa 300 Millionen Nervenleitungen miteinander verbunden. Beim Jonglieren wird diese Region ganz besonders aktiviert. Gleichzeitig wird das Protein BDNF gebildet, das für das Wachstum neuer Gehirnzellen sorgt. Forscher der Uni Regensburg haben jetzt herausgefunden, dass das Gehirnvolumen der Probanden nach regelmäßigen Jonglage-Übungen zunimmt.

**(3)** Man wird nicht nur wacher und konzentrierter – sondern auch schlauer. Zugleich entspannt Jonglieren. Durch die Bewegung werden Stresshormone abgebaut. Und nicht nur das: Jonglage ist erstaunlich schnell und einfach erlernbar, in jedem Alter. Zwar glauben viele, es käme auf Geschicklichkeit, Koordination oder Talent an. Aber das ist ein Irrglaube. Die allermeisten Menschen erzielen beim Spiel mit zwei bis drei Bällen schon nach wenigen Minuten erste Erfolge. Diese Erfahrung gibt Selbstvertrauen, der Jongleur wird innerhalb weniger Minuten sicherer. Mit dem Selbstbewusstsein wächst auch der Spaß an der Jonglage.

**(4)** Bis auf die Anschaffung von drei Bällen kostet Jonglage nichts. Hinzu kommt, dass es so gut wie überall möglich ist, selbst im Großraumbüro. Das trägt auch zur Erheiterung von Kollegen bei.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

## Tekst 6

# Schritt für Schritt ins neue Leben

**(1)** Er ahnte nicht, welchen Schatz er da im Schrank hatte: Hape Kerkelings[1)] Tagebuch über seine Pilgertour auf dem Jakobsweg lag dort jahrelang in der hintersten Ecke, bis der Komiker sich dann 2006 doch entschied, es öffentlich zu machen. Damit setzte er in Deutschland ein neues Thema und weckte bei seinen Fans eine tiefe Sehnsucht: *Ich bin dann mal weg* verkaufte sich über fünf Millionen Mal. Endlich kommt der Bestseller nun auch ins Kino.

**(2)** Alles beginnt damit, dass der überarbeitete Hape Kerkeling, grandios gespielt von Devid Striesow, nach einem Bühnenauftritt zusammenbricht und von seinem Arzt zu einer langen Pause verdonnert wird. So entschließt sich der damals 36-Jährige gegen den Willen seiner Managerin (Annette Frier), den Jakobsweg bis nach Santiago de Compostela zu pilgern. Ganze 791 Kilometer, um eine Antwort auf die zentrale Frage zu finden: Wer bin ich? Unterwegs begegnet er der etwas verschlossenen, aber auch hilfsbereiten Stella (Martina Gedeck) und der forschen britischen Journalistin Lena (Karoline Schuch).

**(3)** Dass das Thema als Buch gut funktioniert, überrascht nicht besonders, auch wenn Buchhändler anfangs zweifelten und prophezeiten, es sei Kassengift, weil der Name Kerkeling und Pilgern einfach nicht zusammenpassten. **__23__**. Trotzdem: Die Frage, ob dieser Stoff auch als Film funktionieren kann, ist berechtigt. 791 Kilometer zu Fuß über staubige Pfade in Spanien, 90 Minuten, ohne dass es langweilig wird? Klare Antwort: Es funktioniert! Erstens: Weil die Rollen brillant besetzt sind. Zweitens: Weil das Drehbuch den Geist des Bestsellers beibehält und den Menschen Hans-Peter Wilhelm Kerkeling in den Mittelpunkt stellt und nicht den **__24__** Hape. Und drittens: Weil der Film die Balance zwischen lustigen und traurigen Elementen perfekt hält, so Raum für Tiefe gibt und nicht durch krampfhafte Lacher abrutscht. Jeder Zuschauer landet irgendwann während des Films in Gedanken bei sich selbst. Wie sieht es eigentlich in meinem Leben aus? Weiß ich, wer ich bin? Eine Auszeit – wäre das was für mich?

**(4)** Für Hape Kerkeling war immer wichtig, dass der Geist seines Buches erhalten bleibt. Vier Jahre lang wurde mit viel Fingerspitzengefühl am Drehbuch geschraubt und gefeilt. Kerkeling kennt jede Version und auch jedes Castingvideo der Schauspieler. Der 51-Jährige ist begeistert von



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

Devid Striesows Spiel. Keine Sekunde habe er überlegt, sich selbst zu mimen. Vom Filmset hat sich der Autor ferngehalten.

**(5)** Wenn's läuft, dann läuft's: Die Chemie zwischen Hape Kerkeling und *Ufa Cinema* scheint zu stimmen – das nächste gemeinsame Großprojekt ist bereits in der Planung. *Ufa Cinema* und *Feine Filme* haben sich auch die Rechte an Kerkelings zweitem Buch über seine Kindheit gesichert. Die erste Drehbuchfassung für *Der Junge muss an die frische Luft* ist in Arbeit, alles Weitere ist noch offen – etwa Besetzung und Drehbeginn.

noot 1 Hape Kerkeling: (Hans-Peter Wilhelm Kerkeling) Duitse acteur, presentator en komiek

## Tekst 7

# Kein Platz für Nena in Luxushotel

Ein Magdeburger Vier-Sterne-Hotel will Nena nicht beherbergen. Wie *Bild* berichtet, habe die Sängerin zu spezielle Wünsche geäußert: So sollten in ihrem Hotelzimmer keine Energiesparlampen leuchten, dafür aber dicke Biokerzen aufgestellt werden. Zudem erbitte sie einen stets frei gehaltenen Aufzug, damit sie bei ihrer Ankunft sofort in der Suite verschwinden könne. Auf drei Seiten habe Nena ihre Sonderwünsche notieren lassen. So wünsche sie eine Klimaanlage, die nicht angeschaltet sein dürfe, der Raum müsse dennoch wohl temperiert bleiben. Ein „King-Size"-Bett und Lakenabdeckungen für alle Sitzgelegenheiten sollten wohl für weiteren Komfort sorgen.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

# „Rücktritt“

**Retro-Runner Roland Wegner über die Vorteile des Rückwärtsgangs**

**(1) Herr Wegner, wie schwer ist der erste Schritt rückwärts?**
Man verlässt gewohntes Terrain. Im Rückblick ist dieser Schritt dann aber gar nicht schwer, sondern oft eine Erleichterung, eine gefühlte Freiheit.

**(2) Was macht die mentale Stärke des Zurücktretenden aus?**
Es ist ein Zeichen von Weisheit, einen Gang zurückzuschalten, um dann mit einer anderen Übersetzung wieder nach vorn zu kommen. Mit dem Blick eines Rückwärtsläufers fällt es leichter, Glücksgefühle zu konservieren, weil man das Erreichte naturgemäß länger und intensiver betrachten kann. Rückwärtsläufer sind letztlich zufriedener.

**(3) Wie groß ist die Gefahr des Stolperns?**
Ich bin noch nie beim Rückwärtslaufen hingefallen. Dem Läufer helfen die Linien auf der Tartanbahn, etwaige Vorwärtsbegleiter oder Schulterblicke. Man konzentriert sich auch stärker.

**(4) Sie haben ein Buch geschrieben mit dem Titel *Retro-Running – Rückwärts zu neuen Zielen*. Was bringt den Zurücktretenden denn voran?**
Er reflektiert die gelaufene Wegstrecke und macht sich frei von der Hast nach weiteren Fortschritten. Rückwärtsläufer haben ihren Körper besser im Griff, und dieser Effekt erzeugt psychisch mehr Selbstbewusstsein und Mut in vielen Lebensbereichen.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

## Tekst 9

# Böse verschluckt

**Bundesbehörden sind womöglich dem größten Kartell des deutschen Biermarkts auf die Spur gekommen. Nun droht den Brauern ein Bußgeld.**

**(1)** Der *Get.In*-Kongress der deutschen Getränkewirtschaft in Frankfurt ist das Gipfeltreffen der Branche. Am späten Vormittag des 23. November 2011 mussten einige Spitzenkräfte der Zunft erst einmal schlucken. Gerade hatte Carsten Becker, Vorsitzender im Bundeskartellamt in Bonn, die 150 anwesenden Bierbrauer mit der Nachricht überrascht, dass er gegen neun von ihnen wegen verbotener Preisabsprachen ermittle. Ein Raunen ging durch den Saal.

**(2)** In dem Moment nahm niemand vom Gastvortrag des führenden Wettbewerbshüters öffentlich Notiz. Geschickt hielt die Branche ihre **31** unter der Decke. Dabei legen aktuelle FOCUS-Recherchen nahe, dass Becker und seine Abteilung durch ihre Nachforschungen inzwischen den größten Bierskandal entlarvt haben, den es jemals gegeben hat.

**(3)** Die Kartellbehörde ermittelt inzwischen gegen gut ein Dutzend Konzerne mit fast 50 Prozent Marktanteil. Durch Absprachen sollen die Hersteller die Konditionen für die circa 24 im TV so intensiv beworbenen „Fernseh-Bier"-Marken künstlich hochgehalten haben. Dadurch mussten die Verbraucher jahrelang mehr Geld für den Gerstensaft bezahlen als nötig.

**(4)** Über Umwege war Chefermittler Becker auf die dubiosen Praktiken der Premiumproduzenten gestoßen – durch die Ermittlungen in einem Bußgeldverfahren gegen vier große Kaffeeröster. Der Fall löste weitere Durchsuchungen bei Firmen der Kosmetik- und Lebensmittelindustrie aus, die letztlich zur Braubranche führten. Anfangs ging es nur um den Verdacht sogenannter „vertikaler Preisabsprachen". Demnach sollen die Hersteller dem Getränkehandel die Konditionen für den Verkauf von Pils, Weiß- und Schwarzbier diktiert haben.

**(5)** Später erhielt das Kartellamt Hinweise, dass die Spitzenbrauer auch untereinander die Preise festgelegt haben sollen. Nach FOCUS-Informationen offenbarten zwei Kronzeugen die illegale Praxis. Es soll sich um frühere Top-Manager der Brauwirtschaft handeln. Die rechnen mit Pluspunkten bei der späteren Abrechnung: Wer als Erster plaudert, kann Bußgeldrabatte erwarten. Deshalb hofft Kartelljäger Becker auch auf neue Zeugen.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

# Löffelkünstler

**(1)** „Wir kennen da einen super Künstler in Berlin!“ höre ich meine Nachbarin sagen. Gerade hatte ich ihr von der Idee erzählt, Löffelkünstler für die im kommenden August im Stadtmuseum Münster stattfindende Ausstellung „Gib den Löffel ab!“ zu porträtieren. Perfekt, denke ich mir, fahre ich diesen super Künstler doch einfach mal besuchen. Der Kontakt ist schnell über *Facebook* hergestellt, und wir erhalten einige Telefonnummern in Berlin.

**(2)** Am Wochenende steht Alejandro in der Regel auf zwei Flohmärkten. In seinem Atelier in Berlin verbiegt er Besteck so, dass es perfekt die Form des Körperteils aufnimmt, für die es geschaffen ist. So trägt Alejandros kreative Kollegin Marie Guillemin, eine Modedesignerin aus Paris, einen Ring, der aus einer verbogenen Gabel besteht und sich perfekt an ihren Zeigefinger schmiegt. Ein wunderschönes Einzelstück, wie jedes Teil von Alejandro.

**(3)** Marie ist es auch, die uns am Montagmorgen um 10 Uhr in dem kleinen antiquierten Laden mit seiner Holztür und dem schütteren Glas empfängt. Alejandro, der gerade an einer Löffel-Fisch-Brosche arbeitet, kommt aus Mexico-Stadt und ist mit einer deutschen Frau verheiratet. Seit 25 Jahren macht er Schmuck, aber erst seit drei Jahren Schmuck aus Besteck. In Berlin ist Recycling ein großes Thema. „Ich kannte den Schmuck aus Besteck schon von den Hippies der 60er Jahre,“ erzählt der 47-Jährige. Und weiter: „Hier in Berlin gibt es so viele schöne alte Löffel, dass ich angefangen habe, damit zu arbeiten. Meine Designs, wie die Fische, sind mein Beitrag zu diesem Thema.“ Auf diese Weise bekommt antikes Tafelbesteck einen neuen und einzigartigen Wert verliehen. Der Künstler besorgt es sich von Floh- oder Trödelmärkten, manches bekommt er auch geschenkt.

**(4)** Sollten Sie auch schöne Ideen haben, was man aus Löffeln entstehen lassen kann, melden Sie sich bitte bei uns! Ihrer Fantasie sind dabei keinerlei Grenzen gesetzt. Ihre selbst gebastelten Kunstwerke werden dann versteigert, und vom Erlös bekommen unsere Straßenzeitungs-verkäufer täglich ein warmes Essen.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

*Lees bij de volgende teksten eerst de vraag voordat je de tekst zelf raadpleegt.*

## Tekst 11

# Die 4000 meistgenutzten Wörter auf Deutsch

Bauen Sie mit dem *Lextra Vocabulary Trainer German* gezielt Ihren Wortschatz auf! Diese App bietet Ihnen die 2000 am häufigsten verwendeten Wörter der deutschen Sprache. Nach Wunsch können Sie Ihren deutschen Grundwortschatz mit weiteren 2000 Wörtern ergänzen. Damit haben Sie dann die 4000 meistgenutzten Wörter griffbereit auf Ihrem *iPod, iPhone* oder *iPad*!

**5 Funktionen:**

**1 Nach Rubrik lernen**
Lernen und wiederholen Sie Vokabeln zu Themenbereichen wie „Wohnen“, „Reisen und Verkehr“ oder „Arbeitswelt“.

**2 …**
Beginnen Sie mit dem Wort auf Rang 1 (dem meistgenutzten Wort im Deutschen) und lernen Sie die Wörter nach ihrer Frequenz bis zum Rang 4000. Das Programm merkt sich, welche Wörter Sie bereits wissen, und zeigt Ihnen, welche Sie noch lernen oder wiederholen sollten.

**3 …**
Verfolgen Sie Ihre Fortschritte, während Sie lernen. Auf einen Blick sehen Sie alle Wörter, die Sie wissen, nicht wissen und noch nicht abgefragt haben.

**4 …**
Wählen Sie aus, was im Quiz abgefragt wird: gewusste Wörter, nicht gewusste Wörter oder alle in der App enthaltenen Wörter. Bevor Sie das Quiz starten, stellen Sie die entsprechenden Schalter ein oder aus. Versuchen Sie, Ihr Ergebnis jedes Mal zu steigern!

**5 …**
Galgenmännchen: Auf dem Screen erscheint ein Satz mit einer Lücke. Können Sie erraten, welches Wort in die Lücke gehört, bevor es zu spät ist?



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

# Gold im Glas

**Mit 1,1 Kilogramm Jahresverbrauch pro Kopf sind die Deutschen vergleichsweise eifrige Honigesser. Sie haben einige gute Gründe dafür.**

**Wie entsteht Honig?**
Bienen saugen süße Säfte (Nektar) aus Blütenpflanzen und bringen den Nektar in ihre vom Imker aufgestellte Behausung, den Bienenstock. Dort verstoffwechseln die Stockbienen ihn zu Honig. Sie lagern diesen in den Waben, die sie aus Bienenwachs formen.

**Welche Arten von Honig unterscheidet man?**
Blütenhonig stammt von mehreren Pflanzen, Sortenhonig zu mehr als 50 Prozent aus einer Quelle (Raps-, Linden-, Akazienhonig). Aus dem Saft von Nadelbäumen entsteht – über den Umweg über Blattläuse – Waldhonig.

**Wie lange hält Honig?**
Auf Grund des niedrigen Wassergehalts, des Säurewerts und bestimmter Enzyme hält sich Honig ungeöffnet mehrere Jahre. Geöffnet sollte man ihn innerhalb eines Jahres verzehren.

**Warum dürfen Babys keinen Honig essen?**
Als Naturprodukt kann Honig Bakterien enthalten, die für Menschen mit untrainiertem Immunsystem gefährlich werden können. Die Altersgrenze, ab der Kinder den süßen Stoff unbedenklich verzehren dürfen, liegt bei einem bis zwei Jahren.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.

**Wie gesund ist Honig?**
Honig besteht zu mehr als vier Fünfteln aus Zuckerverbindungen. Manche seiner Inhaltsstoffe haben den Ruf, gegen Krankheitserreger zu wirken oder das Herz zu stärken. Die tatsächliche Wirkung ist eher gering. Andererseits kann Honig Spuren von Giften aus der Natur enthalten. Selten kommt es, bedingt durch in ihm enthaltene Blütenpollen, zu allergischen Anfällen.

**Wie gut ist Honig als Süßungsmittel?**
Honig enthält fast so viele Kalorien wie Zucker, und er geht ungefähr so schnell ins Blut. Es gibt auch keine verbindliche Empfehlung an Diabetiker, den Honig dem Haushaltszucker vorzuziehen. So bleiben als Hauptargumente für das Bienenprodukt sein – geringer – Gehalt an Mineralstoffen und Spurenelementen, vor allem aber der Geschmack: 120 Aromastoffe stecken in Honig.

**Ist Biohonig besser?**
Der deutlichste Unterschied ergibt sich für die Bienen. Konventionelle Imker dürfen im Gegensatz zu ihren Kollegen mit Biosiegel die Königin künstlich besamen. Die Pflanzen, von denen die Tiere den Nektar holen, müssen bei *Demeter*, *Bioland* & Co. „bevorzugt“ auf ökologisch bewirtschafteten Wiesen und Feldern stehen.

**Woher stammt die Handelsware?**
Vier Fünftel des in Deutschland gekauften Honigs sind importiert. Einige Supermärkte bieten auch Sorten „aus der Region“ an.

**Soll man Honig „ab Hof“ kaufen?**
Wer hundertprozentig deutschen Honig will, geht zum Imker seines Vertrauens, auf den Wochenmarkt oder nutzt die Online-Plattform *Near Bees*. Das heißt nicht, dass Importware stets weniger gesund oder geschmacklich minderwertig wäre. Vereinzelt kritisieren Verbraucherschützer, dass dieser Fremdzucker zugesetzt wurde oder der Wassergehalt zu hoch ist. „Gefiltertem“ Honig fehlen Pollen und einige Inhaltsstoffe. Dafür bleibt er länger flüssig und lässt sich in der Quetschflasche vermarkten.

**Welche Rolle spielt Honig in der Küche?**
Eine geringe, aber feine – bei Saucen bringt Honig (etwa kombiniert mit Senf) häufig das gewisse Etwas. Und natürlich gibt es Dutzende Süßspeisen unter Honig-Beteiligung – zum Beispiel Honigmousse mit Edelkastanienhonig.



Beschikbaar gesteld door Stichting Studiebegeleiding Leiden (SSL).
Voor alle eindexamens, zie www.alleexamens.nl. Voor de perfecte voorbereiding op je eindexamen, zie www.sslleiden.nl.