

Teil 1: Leseverstehen

a Lesen Sie den Text und kreuzen Sie an. Richtig (R) oder falsch (F)?

TIPPS GEGEN ERKÄLTUNG

Der Kopf schmerzt, die Nase läuft, der Hals tut weh. Das sind die Symptome einer Erkältung. Natürlich wollen wir nicht krank werden, deshalb trainieren wir unser Immunsystem. Und wie geht das am besten? Wie bleiben wir in der Erkältungszeit gesund? Hier sind für Sie die besten Tipps für Ihre Gesundheit. Sie finden hier auch Informationen, was Sie tun können, wenn Sie schon eine Erkältung bekommen haben.

Krankheitserreger (Viren und Bakterien) schwächen den Körper und man fühlt sich müde und erschöpft. Wer will das schon? Was also können wir tun, wenn wir nicht krank werden möchten? Der Körper braucht viele Vitamine. Wichtig ist daher eine gesunde Ernährung mit viel Obst und Gemüse, denn so erhält der Körper genug Vitamine, vor allem Vitamin C. Auch Sport ist gut für den Körper und das Immunsystem. Tee wirkt ebenfalls gut gegen Erkältungen und Grippe. Besonders gut sind Teesorten wie Ingwer-, Holunder- oder Lindenblütentee. Sie stärken die natürlichen Kräfte des Körpers.

Wenn Sie täglich an die frische Luft gehen, so stellen Sie Ihren Körper auf die kalten Temperaturen ein. Halten Sie aber Distanz zu großen Menschenmengen, denn wo viele Menschen sind, kann man sich leicht anstecken. Auch abwechselnd warm und kalt duschen hält gesund. Aber gehen Sie niemals mit nassen Haaren ins Freie! Und ziehen Sie warme Kleidung an. In der Wohnung darf die Luft durch das Heizen nicht zu trocken sein. Dagegen hilft frische Luft. Lüften Sie Ihre also Wohnung regelmäßig. Und schließlich ist genug Schlaf ein sehr gutes Mittel gegen Erkältung. Schlafen Sie viel (und gut) und vermeiden Sie Stress.

Wenn Sie aber doch eine Erkältung haben, brauchen Sie nicht unbedingt sofort zum Arzt zu gehen. Beachten Sie zuerst die folgenden Tipps. Die Auswirkungen einer Erkältung sind dann nicht mehr so schlimm, und der Schnupfen oder die unangenehmen Halsschmerzen verschwinden schnell wieder. Zum Beispiel kann man bei Schnupfen die Nase mit Salzwasser spülen; das macht die Nase frei. Trinken Sie viel stilles Wasser oder Kräutertee mit Honig, das beruhigt den Hals, wenn man Halsschmerzen hat. Essen Sie viel Obst und Gemüse, auch wenn Sie keinen Hunger haben. Aber auch Zwiebel mit Zucker hilft bei einer Erkältung. Nehmen Sie auch mal ein heißes Bad, denn ein Erkältungsbad entspannt und macht die Nase frei. Auch ein Spaziergang kann helfen, aber Achtung: Bei Fieber müssen Sie im Bett bleiben!

R	F	1	Kopf- und Halsschmerzen und Schnupfen sind typisch für Erkältungen.
R	F	2	Nur Vitamine helfen, den Körper zu stärken.
R	F	3	Beim Sport bekommt der Körper Vitamine.
R	F	4	Jeder Tee ist gleich gut gegen eine Erkältung.
R	F	5	Wenn man nach draußen geht, soll man das nur mit trockenen Haaren tun.
R	F	6	Die Luft in der Wohnung soll frisch sein.
R	F	7	Der Text gibt nicht nur Tipps gegen Schnupfen.

b Beantworten Sie die Fragen zum letzten Textabschnitt in Stichwörtern.

1 Gegen welche Symptome helfen die Tipps, wenn man erkältet ist?

a _____

b _____

2 Wie bekommt man die Nase wieder frei?

a _____

b _____

3 Darf man bei einer Erkältung spazieren gehen?

Ja, aber nicht _____

	20
--	----

Teil 1	
	41

Teil 2: Grammatik

a Ergänzen Sie die passenden Modalverben.

- 1 Emil ist von der Treppe gefallen. Sein Bein ist gebrochen. Er _____ schnell ins Krankenhaus fahren.
- 2 Der Erzieher im Kindergarten fragt die kleine Lotta: _____ du Polizistin werden? – Nein, ich _____ Superheldin werden!
- 3 Frau Neuer, _____ Sie bitte das Fenster aufmachen?
- 4 Dein Vater hat gesagt, du _____ ihn schnellstmöglich anrufen!
- 5 _____ man hier rauchen? – Nein, hier _____ man nicht rauchen!
- 6 Ich habe kein Geld. _____ du mir bitte 10 Euro leihen?

	8
--	---

b Formen Sie die Sätze in die Vergangenheit um. Verwenden Sie dabei Perfekt oder Präteritum. Achten Sie auf die Verbposition.

- 1 Wir fahren jedes Jahr nach Dänemark, denn dort haben wir ein Ferienhaus.

Früher _____

- 2 Manchmal laden meine Eltern Freunde ein und wir gehen zusammen ans Meer.

- 3 In den Osterferien besuche ich immer meine Tante. Ich darf bis spät in die Nacht fernsehen.

- 4 Sie erzählt gerne alte Geschichten. Das ist schön.

	8
--	---

c Ergänzen Sie die Artikel und die Präpositionen, wenn nötig (ein Wort pro Lücke).

Früher sind wir in den Sommerferien immer _____ (1) Kopenhagen gefahren. Dort haben wir oft zusammen _____ (2) _____ (3) Restaurant Hotdogs gegessen und Cola getrunken. Jetzt bin ich in den Ferien _____ (4) Deutschland gefahren und bin hier _____ (5) _____ (6) Land. Dieses Mal nur ich und mein Hund! Ich vermisse die schöne Zeit _____ (7) Dänemark! Deshalb gehe ich gleich _____ (8) Supermarkt und kaufe Hotdogs und Cola. _____ (9) _____ (10) Ferienwohnung stelle ich die Cola _____ (11) _____ (12) Kühlschrank. Danach bereite ich alles für einen Filmabend vor. _____ (13) _____ (14) Wohnzimmer hängt ein Fernseher _____ (15) _____ (16) Wand und _____ (17) _____ (18) Ecke steht ein Sofa. _____ (19) _____ (20) Tisch stelle ich die Hotdogs. Dann hole ich die kalte Cola _____ (21) _____ (22) Kühlschrank, setze mich _____ (23) _____ (24) Sofa und genieße den Abend _____ (25) _____ (26) Hund.

	26
--	----

d Ergänzen Sie die passenden Artikel/Possessivartikel oder die Personalpronomen im Akkusativ oder Dativ.

- 1 Ihr Vater hat Geburtstag. Sie möchte _____ etwas schenken.
- 2 Das Kleid gefällt _____ Kundin nicht.
- 3 Die Studierenden hören _____ Professorin gut zu.
- 4 Der Vater kauft _____ Sohn _____ Hose.
- 5 Die Ärztin verschreibt _____ Patientin _____ Medikament.

	7
--	---

Teil 2	
	49

Teil 3: Textproduktion

Lesen Sie die E-Mail von Ihrer Freundin Pia. Antworten Sie und erzählen Sie von Ihrer letzten Geburtstagsfeier oder von einer Geburtstagsfeier von einem Freund/einer Freundin. Gehen Sie auf folgende Punkte ein.

- Ort
- Uhrzeit
- Gäste
- Kleidung
- Musik
- Essen und Getränke
- Aktivitäten



Teil 3	
	49

Gesamt	
	139

Teil 4: mündlicher Ausdruck

Hatten Sie schon einmal eine tolle Reise, einen besonderen Ausflug oder Kurztrip? Sprechen Sie mit Ihrem Partner / Ihrer Partnerin darüber. Benutzen Sie Ihre Fantasie, wenn Sie noch keine Reise gemacht haben.

- Ort
- Zeit (wann und wie lange?)
- Personen (mit wem?)
- Verkehrsmittel
- Übernachtung
- Aktivitäten
- Sehenswürdigkeiten
- Wetter
- Kleidung
- Essen

+++	++	+	-