		ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΡΑΤΙΚΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΓΛΩΣΣΟΜΑΘΕΙΑΣ	
		Griechisches Ministerium für Bildung und Religion <b>Griechisches Staatszertifikat - Deutsch</b>	
<b>NIVEAU</b>	<b>B2</b>	Entspricht dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen	
<b>PHASE</b>	<b>4</b>	Mündlicher Ausdruck und Sprachmittlung	
		<b>Datum</b>	<b>November 2009</b>
<b>ACHTUNG</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vor Beginn der Prüfung werden die Prüfer gebeten, die Anweisungen auf den Seiten 2 und 3 aufmerksam zu lesen.</li> <li>• Nach der Prüfung eines jeden Kandidatenpaares müssen die Prüfungshefte den Prüfern zurückgegeben werden.</li> <li>• Dauer dieser Prüfungsphase pro Kandidatenpaar: 15 Minuten.</li> </ul>	

## P H A S E 4

### Mündlicher Ausdruck

#### ANWEISUNGEN FÜR DIE PRÜFER

Das vorliegende Heft beinhaltet die Anweisungen für die Prüfer sowie die Aufgabenstellungen der Phase 4: „Mündlicher Ausdruck“.

#### Vorstellung der Phase 4:

An der Phase 4 nehmen zwei Prüfer und je zwei Kandidaten teil.

Die Prüfungseinheit besteht aus drei Aufgaben: **Dialog, Monolog und Sprachmittlung**.

Während im Rahmen des Dialogs der Kandidat **ein Gespräch führen muss**, das seine Person, seinen Alltag und seine soziale Umwelt betrifft, muss er sich im Monolog **zusammenhängend zu einem Thema äußern, etwas beschreiben, charakterisieren, kommentieren und seine Ansichten/Meinungen darstellen**. In der Sprachmittlung geht es nicht um eine Übersetzung des griechischen Textes. Die Kandidaten **sollen die wichtigsten Informationen ihren Gesprächspartnern, die vorgeblich nur Deutsch verstehen, übermitteln, so dass diese Informationen dann als Grundlage für ein kurzes Anschlussgespräch dienen können**.

#### Dauer der Phase 4:

Während der Dialog für beide Kandidaten zusammen 3 Minuten dauert, beträgt sowohl die Dauer des Monologs als auch die der Sprachmittlung für jeden Kandidaten 3 Minuten. Somit sind für die Prüfung von zwei Kandidaten insgesamt 15 Minuten vorzusehen. Darüber hinaus ist zu berücksichtigen, dass genügend Zeit vorhanden sein muss (ca. 5 Minuten), damit die Benotungsformulare sorgfältig ausgefüllt werden und das nächste Kandidatenpaar Platz nehmen kann.

#### Benotung:

Die Prüfer erhalten das Bewertungsformular, auf dem sie die Bewältigung der drei Aufgaben und die allgemeine Sprechfähigkeit bewerten.

Zu Aufgabe 1 „Dialog“ notieren die Prüfer, ob der Kandidat

**0 = nicht im Stande ist      1 = teilweise im Stande ist      2 = im Stande ist,**  
ein Gespräch zu führen, das seine Person, seinen Alltag und sein soziales Umfeld betrifft.

Zu Aufgabe 2 „Monolog“ notieren die Prüfer, ob der Kandidat

**0 = nicht im Stande ist      1 = teilweise im Stande ist      2 = im Stande ist,**  
sich in einem einzigen Redebeitrag zusammenhängend zu einem Thema zu äußern, etwas zu beschreiben, zu charakterisieren, zu kommentieren und seine Ansichten/Meinungen darzustellen.

Zu Aufgabe 3 „Sprachmittlung“ notieren die Prüfer, ob der Kandidat

**0 = nicht im Stande ist      1 = teilweise im Stande ist      2 = im Stande ist,**  
die wichtigsten Informationen eines griechischen Textes so zu übermitteln, dass sich eine Gesprächsgrundlage für ein kurzes Anschlussgespräch ergibt.

**Während der gesamten Prüfung** notieren die Prüfer, ob der Kandidat

**0 = nicht im Stande ist      1 = teilweise im Stande ist      2 = im Stande ist,**  
Aussprache, Wortbetonung und Satzintonation so einzusetzen, dass seine Äußerungen von seinem Gesprächspartner ohne Schwierigkeiten verstanden werden können.

**Ebenfalls während der gesamten Prüfung** notieren die Prüfer, inwieweit der Kandidat im Stande ist,

- die für die jeweilige Kommunikationssituation angemessenen sprachlichen Mittel einzusetzen,
  - lexikalische und grammatische Mittel der Standardsprache angemessen zu verwenden und
  - seine sprachliche Produktion sowohl inhaltlich als auch formal kommunikativ angemessen aufzubauen.
- Hierbei orientieren sich die Prüfer an folgenden Grundwerten:

**0 = ist nicht im Stande      2 = ist teilweise im Stande      4 = ist im Stande.**

Für weitere Differenzierungen stehen die Werte 1 und 3 zur Verfügung.

Die höchstmögliche Punktzahl für die Phase 4 ist 20. Im Unterschied zu den Prüfungsphasen 1, 2 und 3 benötigt der Kandidat in dieser Phase keine 30% der maximalen Punktzahl, um die gesamte Prüfung zu bestehen.

**Vorbereitung zur Durchführung der Phase 4:**

Die Prüfer müssen vor der Prüfung eines jeden Kandidatenpaares festlegen, wer Prüfer (1<sup>ος</sup> βαθμολογητής) und wer Beisitzer (2<sup>ος</sup> βαθμολογητής) ist.

Besondere Aufmerksamkeit ist erforderlich, wenn die Kandidaten eintreten: Die Prüfer müssen darauf achten, welcher Bewertungsbogen für welchen Kandidaten ausgefüllt wird.

**Durchführung der Phase 4:**

Die Prüfer stellen sich den Kandidaten vor Beginn der Prüfung vor.

**Zu Aufgabe 1: DIALOG****Dauer: 3 Minuten**

Bei dieser Aufgabe soll der Kandidat ein Gespräch führen und nicht nur mit Kurzantworten auf die Fragen des Prüfers reagieren.

Die Themen und mögliche Fragen dazu werden elektronisch übermittelt.

**Zu Aufgabe 2: MONOLOG****Dauer: 3 Minuten pro Kandidat, insgesamt 6 Minuten**

Bei dieser Aufgabe soll der Kandidat sich zusammenhängend zu einem Thema äußern, etwas beschreiben, charakterisieren, kommentieren und seine Ansichten/Meinungen darstellen.

**Vor Beginn der Aufgabe 2** wird in Absprache mit den Kandidaten festgelegt, wer Kandidat A und wer Kandidat B ist. **Erst danach** wird den Kandidaten die Seite der Broschüre mit den Bildern vorgelegt, die die Prüfer vorher festgelegt haben. Jedem Kandidaten wird angegeben, zu welchen Bildern er sich äußern soll.

Die Aufgabenstellung wird elektronisch übermittelt.

**Achtung:**

Ist ein Kandidat nicht im Stande, ohne weitere Aufforderung seitens der Prüfer in einem einzigen Gesprächsbeitrag der Aufgabenstellung zu entsprechen, so können die Prüfer die Aufgabenstellung wiederholen.

Ist ein Kandidat auch dann nicht im Stande der Aufgabenstellung zu entsprechen, so kann der Prüfer folgende weiterführende Fragen stellen:

- Können Sie die Bilder beschreiben?
- Welche Rolle spielt dieses Thema in Ihrem Leben?
- Wie erklären Sie sich, dass dieses Thema heute solch eine Rolle spielt?
- Kann man/sollte man etwas tun, damit sich mehr Menschen mit diesem Thema auseinandersetzen?

Die erteilte Hilfestellung ist jedoch bei der Bewertung dieser Aufgabe zu berücksichtigen.

**Zu Aufgabe 3: SPRACHMITTLUNG****Dauer: 3 Minuten pro Kandidat, insgesamt 6 Minuten**

Bei dieser Aufgabe geht es nicht um eine Übersetzung des griechischen Textes. Die Kandidaten sollen ihren Gesprächspartnern, die vorgeblich nur Deutsch verstehen, die wichtigsten Informationen übermitteln, so dass diese Informationen dann (je nach Aufgabenstellung) als Grundlage für ein kurzes Anschlussgespräch dienen können. Die Aufgabenstellung wird elektronisch übermittelt.

**Vor Beginn von Aufgabe 3** werden die Kandidaten darüber informiert, dass **Kandidat B beginnt. Erst danach** wird den Kandidaten ihr Thema (der griechische Text) vorgelegt und die Kandidaten werden aufgefordert, den Aufgaben zum Text zu entsprechen.

Für das kurze Anschlussgespräch übernehmen die Prüfer jeweils die Rolle, die der Aufgabenstellung entspricht.

**Aus Gründen der Geheimhaltung wurden die Prüfungsfragen der nächsten Seiten aus dem Heft herausgenommen. Die Fragen werden den Prüfern am Tag der Prüfung elektronisch übermittelt. Bitte wenden Sie sich, falls Unklarheiten bestehen, an die zuständige Kommission im Prüfungszentrum.**

## AUFGABE 2.1: FREUNDSCHAFT

1



2



3



4



5



6



[www.pixelio.de](http://www.pixelio.de)

## AUFGABE 2.2: INFORMATIONSQUELLEN



1



2



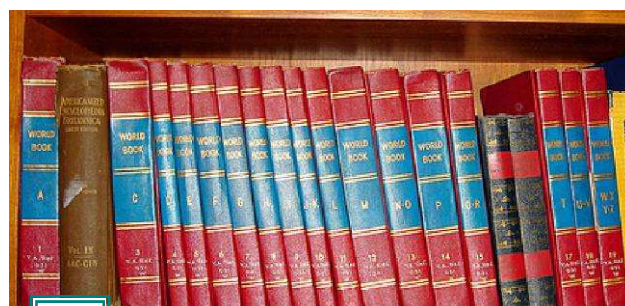
3



4



5



6

[www.flickr.com](http://www.flickr.com)



# AUFGABE 2.3: KREATIVE FREIZEITGESTALTUNG



1

2



3



4



6



5

[www.flickr.com](http://www.flickr.com)

## AUFGABE 2.4: BERUFSWAHL



1



2

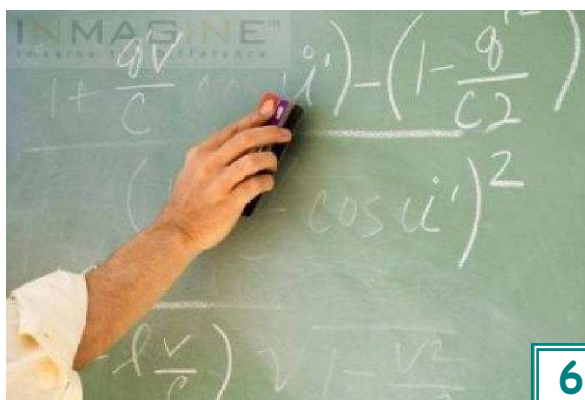
3



4



5



6

[www.flickr.com](http://www.flickr.com)



## AUFGABE 2.5: UHREN



**AUFGABE 2.6: STADT / LAND**



1



2



3



4



5



6

[www.flickr.com](http://www.flickr.com)



# KANDIDAT A

## AUFGABE 3.1: Fliegen

### Η υπηρεσία της Aegean Airlines για τα ασυνόδευτα παιδιά

Η υπηρεσία της Aegean Airlines για τα παιδιά που δεν συνοδεύονται από τους γονείς τους, επιτρέπει σε ανήλικα άτομα από 5 έως 12 ετών να ταξιδεύουν με ασφάλεια. Η υπηρεσία παρέχεται, εφόσον το ζητήσετε, κατά την κράτηση του εισιτηρίου σας. Θα χρειαστεί να δηλώσετε το όνομα, τη διεύθυνση και το τηλέφωνο του κηδεμόνα που θα παραδώσει το παιδί στο αεροδρόμιο αναχώρησης και του ατόμου που θα το παραλάβει στο αεροδρόμιο άφιξης. Η προσκόμιση ταυτότητας του συνοδού είναι απαραίτητη, τόσο για την παράδοση του παιδιού όσο και για την παραλαβή του. Τα ασυνόδευτα παιδιά επιβιβάζονται πρώτα και είναι υπό την επίβλεψη του προσωπικού της Aegean μέχρι να παραδοθούν στο υπεύθυνο άτομο που εσείς έχετε ορίσει στο αεροδρόμιο άφιξης. Κράτηση για τα ασυνόδευτα παιδιά δεν γίνεται μέσω της ιστοσελίδας της εταιρείας.

Για τα δρομολόγια εσωτερικού η υπηρεσία για τα ασυνόδευτα παιδιά χρεώνεται με 10 Ευρώ ανά διαδρομή και για τα δρομολόγια εξωτερικού με 40 Ευρώ.



nach: [www.aegeanair.com](http://www.aegeanair.com)

## AUFGABE 3.2: Gastronomie

### KITCHEN BAR



Μέχρι τώρα το ξέραμε ως το μαγαζί που βρίσκεται κυριολεκτικά πλάι στο κύμα, στη Μαρίνα Αλίμου, στη Μαρίνα Ζέας και στο Λιμάνι της Θεσσαλονίκης. Τώρα το «τρίτο αδελφάκι» για την Αττική αποφάσισε να σκαρφαλώσει στα βόρεια προάστια. Στο κέντρο του Χαλανδρίου, στην οδό Κ. Βάρναλη, δημιουργεί νέα δεδομένα στην καθημερινή διασκέδαση της περιοχής, χαρίζοντας κέφι, άνεση και γαστρονομικά ταξίδια υψηλού επιπέδου.

Η συνταγή αυτών των μαγαζιών μάς είναι πλέον γνωστή. Όπως και τα άλλα μαγαζιά αυτού του είδους, το Kitchen Bar συνδυάζει τον καφέ, το φαγητό, το ποτό και όλα αυτά σε μια πολύ χαλαρωτική ατμόσφαιρα από νωρίς το πρωί μέχρι αργά μετά τα μεσάνυχτα.

Το Kitchen Bar στο Χαλάνδρι μπορεί να μην βρίσκεται δίπλα στη θάλασσα, όμως θα το λατρεύετε με το που θα διασχίσετε την τεράστια αυλή με τα σπάνια φυτά. Αυτό που θα απολαύσετε πάνω απ' όλα είναι το προσεγμένο φαγητό, η καλή ποιότητα, η άφογη εξυπηρέτηση και η σωστή αντιμετώπιση του πελάτη.

nach: [www.exodos.gr](http://www.exodos.gr)

# KANDIDAT B

## AUFGABE 3.1: Fliegen

### Aegean Airlines: Ταξίδι με κατοικίδια

Για να ταξιδέψετε μαζί με το κατοικίδιό σας πρέπει να κάνετε αίτηση μεταφοράς του κατά την κράτηση του εισιτηρίου σας. Αν η αγορά του εισιτηρίου γίνει από την ιστοσελίδα μας, θα πρέπει να επικοινωνήσετε με το Τμήμα Κρατήσεων και να μας ενημερώσετε για τη μεταφορά του κατοικίδιού σας.

Η μεταφορά του μέσα στην καμπίνα του αεροσκάφους επιτρέπεται μόνο μέσα σε ειδικό κλουβί. Σε περίπτωση που επιθυμείτε να μεταφέρετε περισσότερα κατοικίδια, τότε βασική προϋπόθεση για τη μεταφορά τους είναι να βρίσκονται στο ίδιο κλουβί καθώς και να είναι εξοικειωμένα μεταξύ τους.

Το ανώτερο επιτρεπόμενο βάρος του κατοικίδιου ζώου μαζί με το κλουβί του δεν πρέπει να ξεπερνά τα 8 κιλά, ενώ απαραίτητη προϋπόθεση για τη μεταφορά του αποτελεί η επίδειξη του βιβλιάριου υγείας του. Για τα ταξίδια εξωτερικού απαιτείται διαβατήριο κατοικίδιων ζώων.

Η μεταφορά κατοικίδιων ζώων στον χώρο αποθήκευσης αποσκευών των αεροσκαφών πραγματοποιείται μόνο στα αεροσκάφη τύπου Boeing και Airbus. Τα κατοικίδια θα πρέπει να μπουν σε ειδικά κλουβιά που θα έχετε προμηθευτεί οι ίδιοι.



nach: [www.aegeanair.com](http://www.aegeanair.com)

## AUFGABE 3.2: Gastronomie

### FRIDAY'S BAR & CAFÉ

Το Friday's Bar & Café είναι ένα στέκι για όλες τις ώρες σε ένα μαγευτικό περιβάλλον. Εκτός από τη Γλυφάδα το συναντάμε και στο εμπορικό κέντρο που φέρει την ονομασία Millennium μέσα στο Παγκράτι, στην καρδιά της Αθήνας. Πρόκειται για έναν χώρο πανέμορφο, γεμάτο πράσινο και αναπαυτικά καθίσματα. Προσφέρει μια τεράστια ποικιλία γεύσεων που προέρχο-



νται από την αμερικάνικη κουζίνα. Τα κοκτέιλ του είναι πολλά και διαφορετικών γεύσεων. Μέσα σε ένα ζωντανό και νεανικό περιβάλλον απολαμβάνετε τον πρωινό σας καφέ, γεύστε ένα λιτό μεσημεριανό γεύμα, δροσίζετε με μοναδικά γλυκά και παγωτά ή με ένα ποτό τις απογευματινές ώρες, διασκεδάζετε με ένα πλήρες δείπνο το βράδυ.

Δεν θα παραλείψουμε να τονίσουμε το χαρακτηριστικό των Friday's, που είναι οι πλούσιες χορταστικές μερίδες. Η μαγευτική ταράτσα του Παγκρατίου παραμένει τις καθημερινές ανοιχτή έως τη 1 μετά τα μεσάνυχτα και τα Σαββατοκύριακα μέχρι τις 2 μετά τα μεσάνυχτα.

nach: [www.exodos.gr](http://www.exodos.gr)



# KANDIDAT A

## AUFGABE 3.3: Eltern und Kinder

### Χαρτζιλίκι αντί... αγκαλιάς

Πολλοί γονείς δεν έχουν χρόνο για τα παιδιά τους και γι' αυτό τους δίνουν χαρτζιλίκι. Ή πολύ απλά τους δίνουν χρήματα για «να περάσουν καλά», «να μην στερηθούν τίποτα», όπως λένε οι ίδιοι, εξαγοράζοντας τον χρόνο που οι ίδιοι δεν μπορούν να τους διαθέσουν. Πολλοί γονείς είτε υπερεκτιμούν είτε υποτιμούν τον ρόλο που παίζει το χαρτζιλίκι στην παιδική καθημερινότητα, οδηγώντας τα παιδιά τους από πολύ νωρίς στον καταναλωτισμό.

Μια σχετική έρευνα διεξήχθη από γιατρούς του Κρατικού Νοσοκομείου Νίκαιας και του Κέντρου Υγείας Λυγουριού, στην Αργολίδα, σε δείγμα 400 γονέων με παιδιά ηλικίας 6 έως 14 ετών. Σκοπός της έρευνας ήταν η καταγραφή των απόψεων για τη σχέση που πρέπει να έχει το παιδί με το χρήμα. Σύμφωνα με την έρευνα αυτή, δύο στους δέκα γονείς παραδέχονται ότι ανταμείβουν με χρήματα τα παιδιά, επειδή δεν έχουν χρόνο να ασχοληθούν μαζί τους. Οι περισσότεροι γονείς δίνουν χρήματα στα παιδιά τους για να αγοράσουν υλικά αγαθά που οι ίδιοι ως παιδιά είχαν στερηθεί. Τρεις στους δέκα γονείς προσφέρουν στα παιδιά τους αντικείμενα που δεν τα ζήτησαν, ενώ υπάρχει και ένα μικρό ποσοστό 15% που προτιμά να μην αγοράζει τίποτα στο παιδί.



nach: [www.kathimerini.gr](http://www.kathimerini.gr)

## AUFGABE 3.4: Kino

### «ΠΛΑΝΗΤΗΣ ΓΗ»

Κάνοντας χρήση των πιο προηγμένων τεχνικών κινηματογράφησης, η ταινία «Πλανήτης Γη» αφηγείται τον αγώνα τριών διαφορετικών θηλαστικών για επιβίωση. Στην Αρκτική μια οικογένεια πολικών αρκούδων παλεύει να βρει τροφή πριν λιώσουν οι πάγοι. Στην Καλαχάρι μια ελεφαντίνα και το νεογνό της διασχίζουν την έρημο για να βρουν νερό. Μια μαμά φάλαινα προσπαθεί να κρατήσει ασφαλές το μωρό της, διασχίζοντας 6.000 χλμ. από τις ζεστές θάλασσες του Ισημερινού μέχρι την Ανταρκτική.

Η ταινία «Πλανήτης Γη» («Earth») ξεκίνησε ως τηλεοπτικό ντοκιμαντέρ του BBC («Planet Earth»), για το οποίο οι δημιουργοί του, άνθρωποι με μεγάλη πείρα στον χώρο των ντοκιμαντέρ, απέσπασαν τέσσερα βραβεία Έμι. Στην κινηματογραφική εκδοχή του και χάρη στη χρήση της νέας τεχνολογίας, οι δημιουργοί του «Earth» είχαν τη δυνατότητα να αποτυπώσουν για πρώτη φορά με τέτοια ακρίβεια τα ζώα στο φυσικό τους περιβάλλον, χαρίζοντάς μας πρωτοφανείς εικόνες που διαδραματίζονται καθημερινά στον πλανήτη μας, αλλά πιθανόν όλο και μειώνονται εξαιτίας της υπερθέρμανσής του.



nach: [www.exodos.gr](http://www.exodos.gr)

# KANDIDAT B

## AUFGABE 3.3: Eltern und Kinder

### Μια βόλτα με τα παιδιά

«Μια βόλτα στον παιδότοπο ή μια ταινία στο σινεμά είναι από τα πράγματα που προσπαθώ να κάνω με τα παιδιά μου στον ελεύθερο χρόνο μας», λέει η κ. Μαρία Ντάβου.

Το πιο σημαντικό για τη 40χρονη μητέρα είναι να βλέπει τα παιδιά της να χαμογελούν και στις όμορφες στιγμές τους να βρίσκεται κι εκείνη μαζί τους. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει: «Επιδιώκω να κάνουμε διαφορετικά πράγματα, να τους δίνω νέες εικόνες και ερεθίσματα που ξεφεύγουν από την καθημερινότητα και βοηθούν στην εξέλιξη της προσωπικότητάς τους.»



Στοιχεία των τελευταίων ερευνών ανατρέπουν την εικόνα που υπάρχει για τους σύγχρονους γονείς που τους θέλει αδιάφορους και ανεύθυνους. Στην πραγματικότητα αποδεικνύεται ότι είναι πολύ πιο ευσυνεϊδητοι απ' ό,τι πριν από 20 χρόνια και επιλέγουν να περνούν ποιοτικό χρόνο με τα παιδιά τους. Είναι αποφασισμένοι να τους παρέχουν τα σωστά εφόδια και γι' αυτό ανησυχούν περισσότερο απ' ό,τι οι δικοί τους γονείς ανησυχούσαν για εκείνους.

nach: [www.tanea.gr](http://www.tanea.gr)

## AUFGABE 3.4: Κίνο

### «Το παιδί και η αλεπού»

Η ταινία «Το παιδί και η αλεπού» αφηγείται μια φαινομενικά απλοϊκή ιστορία γύρω από τη σχέση που αναπτύσσεται ανάμεσα σε μια αλεπού και σε μια μικρή Γαλλιδούλα που ζει σε ένα απόμερο σπιτί δίπλα σε ένα δάσος. Μια μέρα το κορίτσι αντικρίζει μια αλεπού και βάζει σκοπό της ζωής του να κατακτήσει την εμπιστοσύνη της. Η πρώτη οπτική επαφή μαζί της γίνεται το φθινόπωρο σε ένα ξέφωτο του δάσους, τη στιγμή που το ζώο προσπαθεί να εξασφαλίσει την τροφή του.

Στη διάρκεια του χειμώνα το κορίτσι διαβάζει και μαθαίνει τα πάντα για τις αλεπούδες. Την άνοιξη πηγαίνει στο δάσος με την ελπίδα να την ξανασυναντήσει. Θα συναντηθούν μεν, αλλά θα έχουν προβλήματα μεταξύ τους.

«Πρόθεσή μου ήταν να κάνω τον θεατή να ταυτιστεί με την αλεπού. Να μπει στο πετσί της, στην καθημερινότητά της, σε αυτά που την απασχολούν. Να ανακαλύψει τις μυρωδιές, τους ήχους, τις εικόνες που βλέπει», λέει ο Γάλλος Λικ Ζακέ, ο σκηνοθέτης της ταινίας.



nach: [www.kathimerini.gr](http://www.kathimerini.gr)

# KANDIDAT A

## AUFGABE 3.5: Hohes Alter



### Τα μυστικά της μακροζωίας

Χάρη στη βελτίωση των συνθηκών ζωής και στην ανάπτυξη των επισημών και της ιατρικής, ο μέσος όρος ζωής των ανθρώπων σταδιακά αυξήθηκε. Σήμερα η διάρκεια ζωής των ανθρώπων έχει κατά μέσο όρο διπλασιαστεί σε σύγκριση με τους προηγούμενους αιώνες.

Σύμφωνα με μια πρόσφατη έρευνα, εάν φροντίζουμε και συντηρούμε το σώμα μας, τότε του επιτρέπουμε να φτάσει στο μέγιστο των πραγματικών του δυνατοτήτων. Όμως, ακόμα κι αν έχουμε οικογενειακό ιστορικό με αιωνόβιους, το σύστημά μας θα καταρρεύσει γρηγορότερα από ό,τι ήταν προγραμματισμένο, εάν δεν δίνουμε τη δέουσα προσοχή στη σω-

στή φροντίδα του σώματός μας.

Υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορούμε να κάνουμε για να βοηθήσουμε το σώμα μας να αντέξει περισσότερο στον χρόνο. Ένα από αυτά είναι η αποφυγή της υπερκατανάλωσης γλυκών και ζάχαρης. Άλλο ένα μυστικό της μακροζωίας είναι η μείωση του στρες και η αναζήτηση καλύτερων τρόπων χειρισμού του. Ο θυμός και η υπερένταση αυξάνουν την πίεση και είναι κακοί σύμβουλοι. Επίσης ο καλός ύπνος προστατεύει από τις ασθένειες και επιμηκύνει τη ζωή.

nach: [www.medlook.net](http://www.medlook.net)

## AUFGABE 3.6: Kunstfestival

### 13<sup>ο</sup> ΔΙΕΘΝΕΣ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΧΟΡΟΥ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

Με ένα πρόγραμμα πλούσιο το 13<sup>ο</sup> Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας μάς ταξιδεύει χορευτικά σε χώρες όπου δεν έχουμε ξαναπάει. Στο καθιερωμένο πλέον ραντεβού από τις 16 έως τις 26 Ιουλίου θα ανέβουν είκοσι παραστάσεις με έντεκα σχήματα από διαφορετικές χώρες, συνδυάζοντας ονόματα-σύμβολα της διεθνούς σκηνής με νέους χορογράφους. Την καλλιτεχνική διεύθυνση του Φεστιβάλ έχει, όπως πάντα, η Βίκυ Μαραγκοπούλου.

Το Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας αναδεικνύει φέτος τη δυναμική της ελληνικής σκηνής με τη συμμετοχή των χορογράφων-χορευτών Φώτη Νικολάου και Λίντας Καπετανέα. Ενώ με πολύ ενδιαφέρον αναμένονται και οι χορογραφίες πολλών Γάλλων χορευτών.

Στο σεμινάριο Σύγχρονου Χορού θα διδάξει ο Φρέι Φάουστ, ο οποίος έχοντας αναπτύξει μια δική του μέθοδο διδασκαλίας, φιλοδοξεί να μάθει στους σπουδαστές να κατανοούν και να χρησιμοποιούν σε βάθος την τέχνη της κίνησης του σώματος.

Στο πλαίσιο του Φεστιβάλ διοργανώνονται, όπως κάθε χρόνο, πολλές, ενδιαφέρουσες και πρωτότυπες παράλληλες εκδηλώσεις σε διαφορετικά σημεία της πόλης.



nach: [www.in.gr](http://www.in.gr)



# KANDIDAT B

## AUFGABE 3.5: Hohes Alter



### Καλοί φίλοι και μακροζωία

Οι περισσότεροι γνωρίζουμε ότι η συναναστροφή με καλούς φίλους εμπλουτίζει τη ζωή μας. Φαίνεται όμως ότι οι θετικές επιδράσεις των καλών φίλων δεν σταματούν εδώ. Οι καλοί φίλοι είναι σε θέση να προσθέτουν χρόνια στη ζωή μας.

Σε μια ενδιαφέρουσα ερευνητική εργασία διάρκειας 10 ετών που έγινε στην Αυστραλία, εξετάστηκε ο ρόλος που παίζουν οι φίλοι ως προς τη μακροζωία.

Η έρευνα άρχισε το 1992 σε 1.500 ηλικιωμένους. Τα πρώτα τέσσερα χρόνια οι ηλικιωμένοι συμπλήρωναν κάθε χρόνο ένα ερωτηματολόγιο για να αξιολογηθούν οι επαφές και οι σχέσεις τους με διάφορες κοινωνικές ομάδες συμπεριλαμβανομένων των παιδιών, συγγενών, φίλων και άλλων ατόμων της εμπιστοσύνης τους. Η ίδια αξιολόγηση συνεχίστηκε ανά μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα στα επόμενα έξι έτη.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, όσο καλύτερα είναι κανείς κοινωνικά ενταγμένος και όσο στενότερες οικογενειακές και φιλικές σχέσεις έχει τόσο περισσότερο αυξάνεται η διάρκεια και η ποιότητα της ζωής του.

nach: [www.medlook.net](http://www.medlook.net)

## AUFGABE 3.6: Kunstfestival

### 1<sup>ο</sup> Διεθνές Φεστιβάλ Θεάτρου Δρόμου

Το 1<sup>ο</sup> Διεθνές Φεστιβάλ Θεάτρου Δρόμου στην Ελλάδα είναι γεγονός. Πρόκειται να πραγματοποιηθεί στην Αθήνα το φθινόπωρο, σε χώρους μέσα στο ιστορικό κέντρο και γύρω από την Ακρόπολη.

Σαράντα πέντε ελληνικές ομάδες, δώδεκα ομάδες από το εξωτερικό, και πάνω από διακόσιοι καλλιτέχνες θα πραγματοποιήσουν συνολικά εκατόν ογδόντα παραστάσεις. Σημαντικά συγκροτήματα και καλλιτέχνες από διάφορες χώρες θα συμμετάσχουν στο Φεστιβάλ.

Το Φεστιβάλ, εκτός από τις παραστάσεις θεάτρου δρόμου, θα περιλαμβάνει και δράσεις με βάση άλλες μορφές τέχνης, όπως χοροθεατρικές παραστάσεις και παραστάσεις Κουκλοθέατρου ή Θεάτρου Σκιών καθώς και μικρές μουσικές μπάντες ή και εικαστικές δράσεις, πάντα με αφετηρία τον δημόσιο χώρο.

Το Φεστιβάλ έχει δύο ενότητες: την κεντρική και την ελεύθερη. Στο κεντρικό Φεστιβάλ θα συμμετέχουν επιλεγμένες ομάδες, ενώ στο ελεύθερο θα μπορούν να συμμετέχουν μεμονωμένοι καλλιτέχνες ή ομάδες απ' όλο το φάσμα του Θεάτρου Δρόμου.



nach: [www.kosmos936.gr](http://www.kosmos936.gr)