

schleswig-holstein.de

HORISZONT

Zu viel des Guten | Teil von etwas Größerem

Themenheft für den Deutschunterricht
am dänischen Gymnasium

Julia Feller, Anke Heier



IQ.SH  

Institut für Qualitätsentwicklung
an Schulen Schleswig-Holstein

Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

Materialet udgives af:

Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein

Dr. Gesa Ramm (Direktorin)

Schreberweg 5, 24119 Kronshagen | info@iqsh.landsh.de

Telefon +49 431 5403-0

www.iqsh.schleswig-holstein.de

Diese Broschüre wurde aus Recyclingpapier hergestellt.



Denne tryksag udgives som led i den schleswig-holsteinske delstatsregerings PR-arbejde. Den må hverken af partier eller af personer, der driver valgkampagne eller yder valgstøtte, anvendes i valgkampen til valgkampformål. Selv uden tidsmæssig forbindelse til et kommende valg må publikationen ikke anvendes på en måde, der kan opfattes som delstatsregeringens partiskhed til fordel for enkelte grupper. Partierne har lov til at anvende publikationen til at informere deres egne medlemmer.

Dette projekt støttes af Borgerpuljen
under Interreg Deutschland-Danmark
og den Europæiske Union.

Med venlig støtte fra *Ministerium für Allgemeine
und Berufliche Bildung, Wissenschaft,
Forschung und Kultur* i delstaten Slesvig-Holsten.

InterregKofinanziert von
der Europäischen Union
Medfinansieret af
Den Europæiske Union**Deutschland – Danmark**SH Schleswig-Holstein
Ministerium für Allgemeine und
Berufliche Bildung, Wissenschaft,
Forschung und Kultur**Forfattere**

Julia Feller og Anke Heier

Projektkoordinering

Anja Peist

Grafik & Layout**FRESHKONZEPT**
Original
MAIKEFRESHKONZEPT GmbH, Maike Liepolt,
Mühlendamm 21, 24937 Flensburg, www.freshkonzept.de**Billedkreditering:**

Du finder oplysninger om ophavsret ved de enkelte billeder samt på side 100-101.

Udgivelsesår: 2026

1. udgave, ISBN 978-87-977067-3-2

HORISZONT

ZU VIEL DES GUTEN | TEIL VON ETWAS GRÖßEREM

Themenheft für den Deutschunterricht am dänischen Gymnasium

Julia Feller, Anke Heier

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort der IQSH-Direktorin - 5
Vorwort der Autorinnen - 6
So ist das Heft aufgebaut - 7

Kapitel 1: Zu viel des Guten! - 8

Worum es geht: Einstieg in das Kapitel - 8

- 01** Körperbilder und Schönheitsideale:
Zu viel Druck durch Social Media? - 10
- 02** Medienkonsum und psychische Gesundheit:
Zu viel Zeit vor dem Bildschirm? - 18
- 03** Work-Life-Balance:
Zu viel Leistungsdruck? - 26
- 04** Kapitelabschluss: Ein Blick zurück - 36



Kapitel 2: Teil von etwas Größerem! Demokratie und Ehrenamt - 38

Worum es geht: Einstieg in das Kapitel - 38

- 01** Ein erster Versuch: Demokratie 1848 - 40
- 02** Demokratische Strukturen:
Wie funktioniert Demokratie heute? - 54
- 03** Demokratie in der Schule:
Wie viel Mitbestimmung ist möglich? - 60
- 04** Ehrenamtliche Arbeit:
Freiwillig arbeiten für einen guten Zweck - 66
- 05** Politisches Engagement:
Kann mein Handeln die Welt verändern? - 72
- 06** Kapitelabschluss: Ein Blick zurück - 78
Lösungen - 79

Werkzeugkästen - 80
So funktioniert der Wortschatz - 88
Treffpunktaufgaben - 90
Autorenportraits - 98
Quellennachweise - 99
Bildnachweise - 100

Erklärungen der Symbole im Heft

Onlinematerial:

<https://on.soundcloud.com/iskXJHNDqdxPsiQpaB>



SOZIALFORMEN



Einzelarbeit



Gruppenarbeit



in der Klasse

AKTIVITÄTSFORMEN



Hören



Sprechen



Dialog



Schreiben



Nachdenken



Think - Pair - Share



Liste



Lesen



Ansehen



Untersuchen



Merken



Kreative Aufgabe

Vorwort

Schleswig-Holstein und Dänemark verbinden hervorragende nachbarschaftliche Verhältnisse und der Sprachunterricht ist vielerorts fester Bestandteil des schulischen Angebots. Um diese Beziehungen weiter zu stärken und neue aufzubauen, soll das Wissen über die Nachbarländer verbessert und das Interesse am Erlernen der Nachbarsprache gefördert werden. Genau dieser Aufgabe dient das vorliegende Lehrmaterial für den Dänischunterricht an Gymnasien in Schleswig-Holstein und das parallel entstandene Material für den Deutschunterricht in Dänemark. Es ist mit der Expertise von Autorinnen und Autoren entstanden, die als Lehrkräfte aus beiden Ländern ihr Wissen und ihre Kompetenz in der Sprach- und Kulturvermittlung gebündelt und die Materialien erstellt haben.

Dieses Lehrwerk ist auch deshalb besonders, weil Schülerinnen und Schüler deutscher und dänischer Schulen aktiv eingebunden waren. Es ist praxisorientiert und ideal an die Bedürfnisse im deutschen Dänischunterricht und dänischen Deutschunterricht angepasst – und damit stellt es eine große Verbesserung für die Lehrkräfte in Schleswig-Holstein und Dänemark dar. Zugleich ist es eine Einladung, die Nachbarsprache zu vertiefen und Gelegenheiten für Begegnungen zu schaffen. Ich wünsche Ihnen und Euch viel Freude beim Lernen – und Weiterlernen.

Ihre
Dr. Gesa Ramm
Direktorin des Instituts für Qualitätsentwicklung
an Schulen Schleswig-Holstein



VORWORT DER AUTORINNEN

Liebe Lehrkräfte,

dieses Heft ist im Rahmen des von Interreg Deutschland-Danmark und der Europäischen Union geförderten Bürgerpool-Projektes „Schülerbegegnungen als Grundlage für die Entwicklung von nachbarsprachdidaktischen Unterrichtsmaterialien“ (Projektpartner: IQSH, Nykøbing Katedralskole und Alsundgymnasiet Sønderborg) entstanden: Lehrkräfte und Schüler:innen aus dem deutsch-dänischen Grenzgebiet haben sich getroffen, um gemeinsam Unterrichtsideen und Impulse für einen lebendigen Nachbarsprachenunterricht zu entwickeln. Ziel war es, Sprachlernen und interkulturelle Begegnungen miteinander zu verbinden und thematische Inhalte eng an die echten Interessen der Lernenden anzubinden.

Aus diesen Ideen und Impulsen sind verschiedene Themenhefte in der Reihe Horis/zont für den Dänischunterricht in Schleswig-Holstein und für den Deutschunterricht in Dänemark entstanden. Bisher erschienen sind:

[Forbandede ungdom \(01\)](#)

[For meget af det gode \(02\)](#)

[Kom med! Tag stilling! \(03\)](#)

[Zu viel des Guten | Teil von etwas Größerem](#)

[Appendix – Værktøjskasser \(für den Dänischunterricht in Deutschland\)](#)

Die Hefte sind inhaltlich und methodisch aufeinander abgestimmt, wurden speziell für eine gemeinsame deutsch-dänische Anwendung im Nachbarsprachenunterricht entwickelt und laden zu thematisch ausgerichteten, deutsch-dänischen Schülerbegegnungen ein. Alle Materialien findet ihr digital auf <https://www.kulturakademi.de/dk/>.

Das vorliegende Heft für den Deutschunterricht in Dänemark umfasst zwei Kapitel: „Zu viel des Guten!“ und „Teil von etwas Größerem! Demokratie und Ehrenamt“. Die Kapitel können sowohl selbstständig im Unterricht eingesetzt werden als auch die Grundlage für thematisch aufeinander abgestimmte Begegnungen bilden – digital oder vor Ort. Die vielfältigen authentischen Materialien dieses Heftes umfassen u.a. Video- und Audiobeiträge, mündliche und schriftliche Interviews, Bilder, belletrische Texte, Statistiken, Lieder und Nachrichtentexte. Sie sind unterschiedlich anspruchsvoll und variieren in Umfang, sprachlicher Komplexität und Aufgabenformaten. Durch eine gezielte Auswahl lässt sich das Material binnendifferenzierend einsetzen und in der 1., 2. oder 3. Klasse verwenden.

Ein besonderer Bestandteil sind die Treffpunkt-Aufgaben am Ende des Heftes. Diese projektorientierten Aufgaben ermöglichen kreative Produkte wie Kurzfilme, Podcasts oder digitale Präsentationen. Sie können im Klassenverband eingesetzt oder – idealerweise – gemeinsam mit einer Partnerklasse aus Deutschland bearbeitet werden. Dabei können beide Sprachen gleichberechtigt eingesetzt werden, sodass authentische, zweisprachige Ergebnisse entstehen.

Das Heft versteht sich als flexible Grundlage für einen handlungs- und lernerorientierten Nachbarsprachenunterricht. Es unterstützt die Entwicklung nachbarsprachlicher Handlungskompetenz, indem Lesen, Schreiben, Hören, Sprechen und Sprachmittlung als zusammenwirkende Kompetenzen und auf reale Kommunikationsanlässe bezogen gefördert werden. Zugleich knüpft es an die individuellen sprachlichen Ressourcen der Lernenden an, stärkt ihr Kultur- und Sprachbewusstsein sowie ihre interkulturelle Kompetenz und ermutigt sie, deutsch-dänische Kontakte und Kooperationen aktiv mitzugestalten.

Wir wünschen euch viel Freude bei der Arbeit mit diesem Heft, anregende Begegnungen und zahlreiche erfolgreiche Projekte!

Julia Feller und Anke Heier



Das Konzept dieser Reihe

Liebe Schüler und Schülerinnen!

Die Aufgaben in den Kapiteln sind immer nach dem gleichen Prinzip aufgebaut:

LOS GEHT'S

Hier geht es um euch und euer Vorwissen. Was verbindet ihr mit dem Thema? Was interessiert euch? Was wisst ihr schon?

WORUM GEHT'S?

Hier taucht ihr in das Material ein und arbeitet mit Themen, die euch hoffentlich inspirieren, aber auch inhaltlich und sprachlich herausfordern. Ihr arbeitet mal alleine, mal zu zweit, mal in der Gruppe – und auf jeden Fall mit der deutschen Sprache.

HIER GEHT'S WEITER!

Hier seid ihr gefragt. Ihr diskutiert, reflektiert und entwickelt eure eigene Haltung zum Thema, recherchiert weiter und betrachtet das Thema aus neuen Perspektiven.

Zusätzlich gibt es in diesem Heft **„Werkzeugkästen“**: Hier findet ihr den Wortschatz für bestimmte Sprachhandlungen wie zum Beispiel „ein Bild beschreiben“.

Diese Werkzeugkästen helfen euch beim Formulieren.



Werkzeugkasten

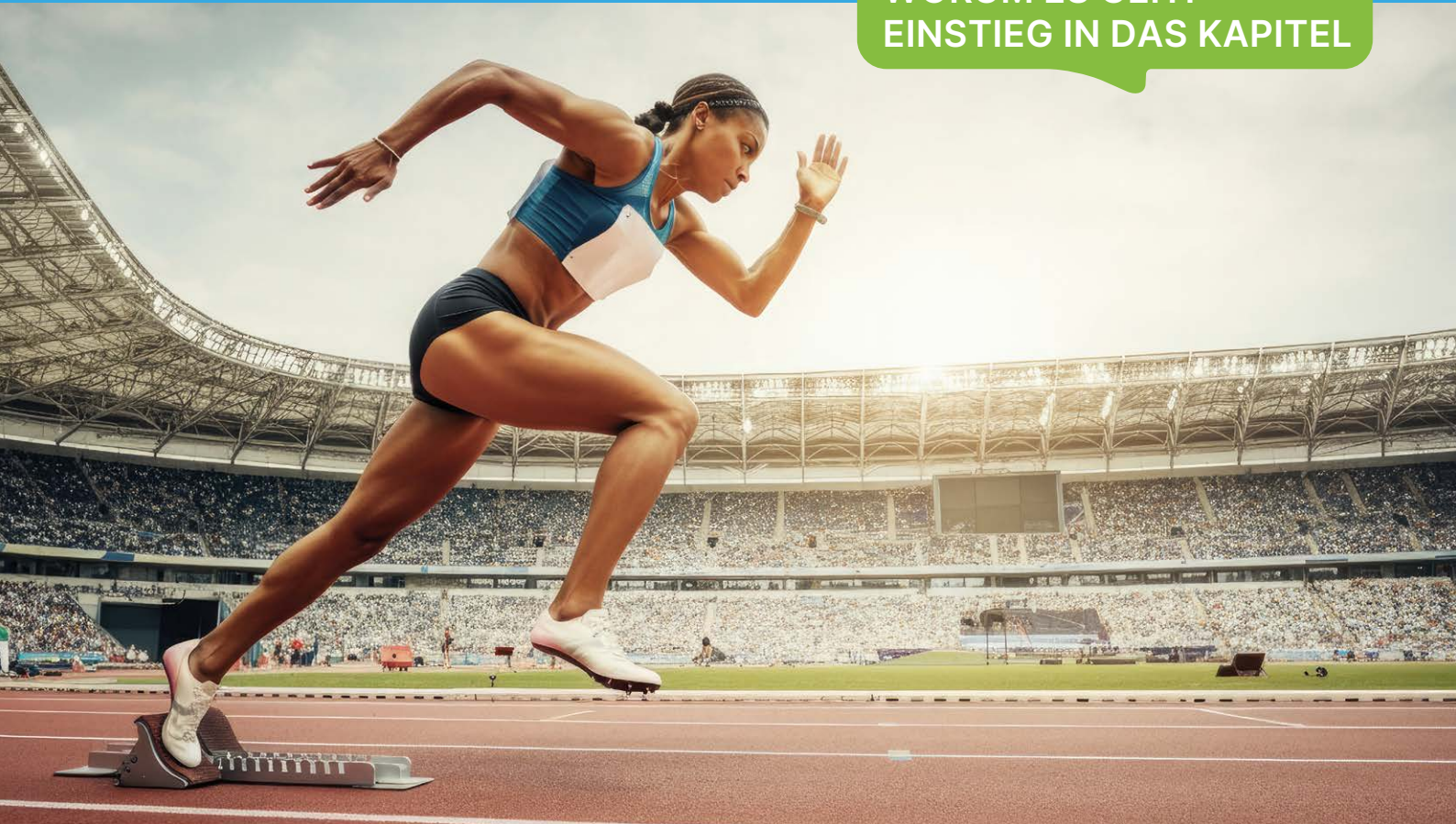
Keine Textarbeit ohne **Wortschatz**! Bei allen Texten findet ihr nützliche Wortschatzinformationen. Wie ihr diese Angaben lest und was die zusätzlichen Informationen bedeuten, erklären wir euch auf Seite 88.

Am Ende des Heftes gibt es für beide Kapitel **Treffpunktaufgaben**. Das sind Aufgaben, die speziell für Begegnungen mit deutschen Schulklassen gedacht sind und Anregungen für gemeinsame Projekte geben. Viele könnt ihr aber einfach in eurer eigenen Klasse ausprobieren.



01 | ZU VIEL DES GUTEN!





Dieses Kapitel heißt „Zu viel des Guten!“.



01

- a) Findet eine Definition für den Ausdruck „zu viel des Guten“. Was bedeutet er?
- b) Überlegt gemeinsam, worum es in diesem Kapitel gehen könnte. Sammelt eure Überlegungen danach in der Klasse. Was passt zum Thema? Geht auch gerne auf die Bilder ein.
- c) Diskutiert gemeinsam diese Aussagen. Stimmen sie? Was denkt ihr?
 - A. „Zu viel Zeit vor dem Bildschirm zerstört unsere psychische Gesundheit.“
 - B. „Soziale Medien verändern unser Bild von einem „normalen“ Körper.“
 - C. „Die sozialen Medien täuschen uns ein perfektes Leben vor, das es so nicht gibt.“
 - D. „Gaming ist gut für das Gehirn, da es Reflexe und Strategien zur Problemlösung trainiert.“
 - E. „Soziale Medien machen uns abhängig.“
 - F. „Junge Menschen achten mehr auf eine Balance zwischen Arbeit und Freizeit.“
 - G. „Wenn man zu viel Zeit vor dem Computer verbringt, wird man einsam.“
 - H. „Unser Alltag ist durch Smartphones und soziale Medien einfacher geworden.“



1

KÖRPERBILDER UND SCHÖNHEITSIDEALE: ZU VIEL DRUCK DURCH SOCIAL MEDIA?

Einstieg in das Thema: Mein Smartphone und ich

LOS GEHT'S



01

- Leg dein Handy vor dich auf den Tisch und betrachte es geduldig. Woran denkst du?
- Mach dir Notizen zu deinen Gedanken.
- Arbeitet nun zu zweit und macht einen Walk-and-Talk: Berichtet euch gegenseitig von euren Gedanken zu eurem Handy.

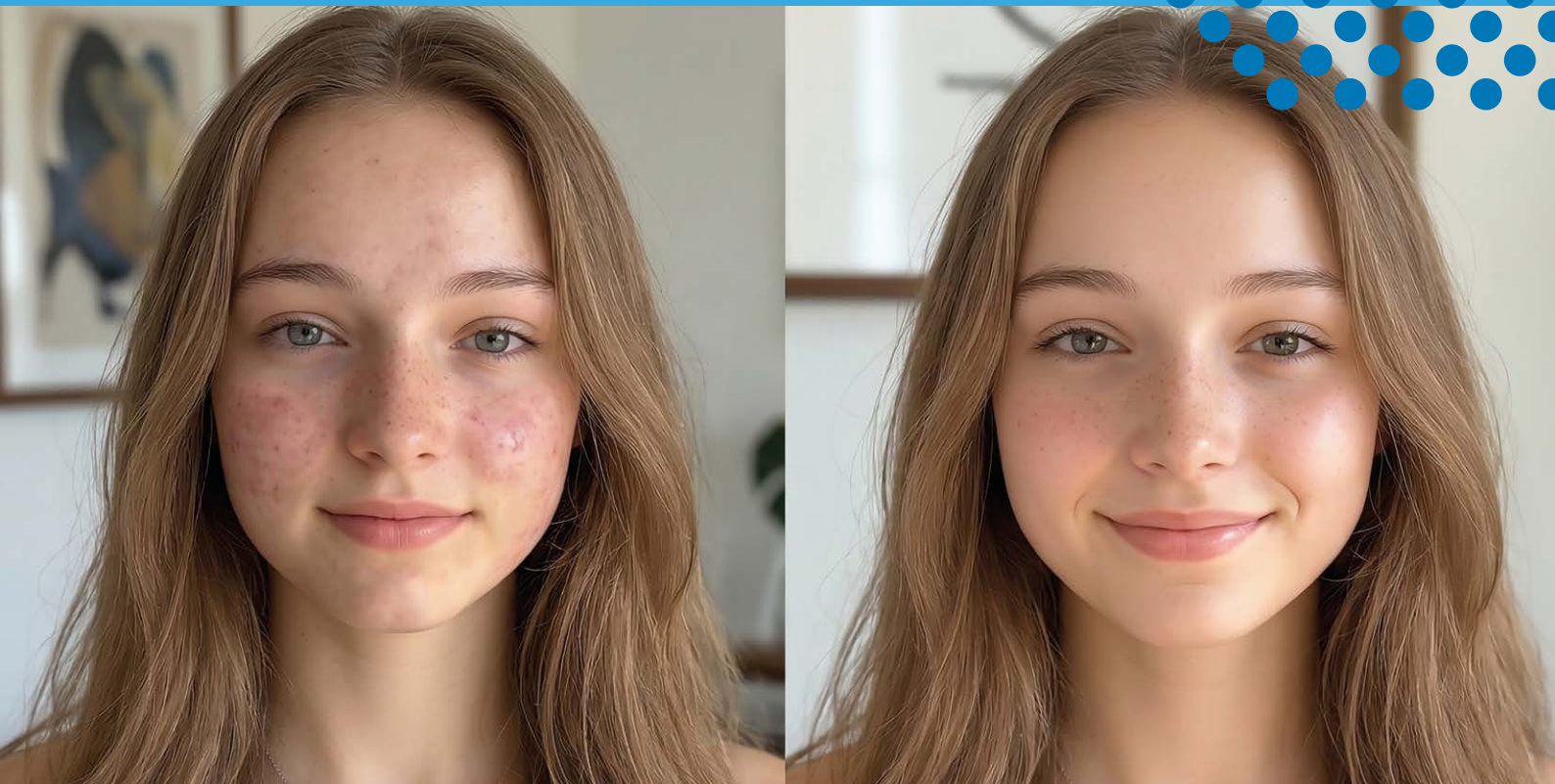


02

Beantwortet diese Fragen mündlich und erstellt danach gemeinsam ein Poster zum Thema „Mein Smartphone“.



- Welche Bedeutung haben eure Smartphones für euch?
- Wie oft benutzt ihr euer Smartphone?
- Wann benutzt ihr euer Smartphone?
- Wozu benutzt ihr euer Smartphone? Welche Apps benutzt ihr besonders häufig?
- Wie häufig seid ihr auf Social Media-Apps?
- Warum seid ihr auf Social Media-Apps? Folgt ihr bestimmten Personen? Welche Themen interessieren euch?



TikTok-Filter - das Verlangen nach makelloser Schönheit

WORUM GEHT'S?

VIDEO TEIL 1



Infovideo von ARTE:

<https://www.arte.tv/de/videos/10342-105-A/mit-offenen-augen/>



ARTE ist ein deutsch französischer Fernsehsender. Er zeigt Filme, Reportagen und Serien zu Kunst, Kultur und aktuellen Themen. Das Video ist ein Beitrag in der Sendereihe „Mit offenen Augen“.



01

Schaut euch das Video ohne Ton bis Minute 00:22 an. Ihr seht hier ein TikTok-Video. Was passiert im Video? Arbeitet zu zweit und beschreibt euch gegenseitig, was ihr seht.



02

Das ARTE-Video heißt: „TikTok-Filter: Das Verlangen nach makelloser Schönheit.“

- Übersetzt den Titel ins Dänische. Was bedeutet er?
- Besprecht gemeinsam: Was ist ein Filter? Wozu kann man einen Filter auf Social Media verwenden? Habt ihr schon einmal selbst einen Filter verwendet?
- Sammelt Wortschatz und erstellt eine Liste mit deutschen und dänischen Begriffen: Welche Wörter braucht man, um über Social Media zu sprechen?





Dänisch	Deutsch
<i>en følger/ en follower</i>	<i>der Follower, - / die Followerin, -nen</i>
<i>social medier</i>	<i>social media / soziale Medien (Pl.)</i>
<i>en filter</i>	<i>der Filter, -</i>

- d) Vergleicht die Bilder von Charli XCX (der Frau im TikTok-Video) vor und nach dem Filter. Welche Unterschiede gibt es?



03

Schaut das Video nun noch einmal von Anfang an und bis Minute 04:02 an. Schaltet auch den Ton ein.

- a) Charli XCX hat ihr Video mit dem Filter #BoldGlamour bearbeitet. Im ARTE-Video wird genau gezeigt, was der Filter verändert. Im Video werden die Unterschiede analysiert. Was verändert der Filter?
- b) Vergleicht die Analyse im Video mit euren eigenen Beobachtungen aus der Aufgabe 2d). Was ist euch auch aufgefallen? Was habt ihr nicht gesehen?
- c) Was denkt ihr: Wie findet Charli XCX den #BoldGlamour-Filter?
- d) Was sagen andere Menschen über diesen Filter? Findet Beispiele aus dem Video.

HIER GEHT'S WEITER!



04

Was hältst du von Schönheitsfiltern? Schreib einen Kommentar mit deiner Meinung (ca. 40-60 Wörter).



05

Was denkt ihr: Welche Konsequenzen hat es, wenn Menschen regelmäßig bearbeitete Bilder sehen?

WORUM GEHT'S?

VIDEO TEIL 2



06 Schau nun das Video ab Minute 7:35 weiter!

- a) Was findet Heather Widdows so interessant am Namen „BoldGlamour“?
- b) Was ist das sogenannte „Instagram-face“? Wie sieht es aus?
- c) Was hört ihr im Video: Welche Folgen kann es haben, wenn Menschen regelmäßig bearbeitete Bilder sehen?
- d) In Frankreich muss man etwas Besonderes tun, wenn man retuschierte Bilder z.B. in Zeitschriften und auf Social Media verwendet. Was ist das?

HIER GEHT'S WEITER!



07 In Frankreich muss man Bilder kennzeichnen, bei denen man das Aussehen von Personen mit Hilfe von Filtern oder Bildbearbeitungsprogrammen verändert hat. Das ist gesetzlich geregelt.

- a) Recherchier im Internet: Gibt es solche Gesetze noch in anderen Ländern? Wie ist das in Dänemark, in Deutschland, Österreich und der Schweiz?
- b) Stell dir vor: Ein Politiker / eine Politikerin in Dänemark schlägt vor, auch so ein Gesetz wie in Frankreich einzuführen. Schreib einen Kommentar, was du davon hältst (ca. 50 Wörter).

 Werkzeugkasten 4



08 Welche weiteren Schönheitstrends gibt es auf Social Media? Welche kennst du? Sind die Trends für Männer und Frauen gleich oder gibt es Unterschiede? Was hältst du von diesen Trends?



Haller – Schön genug



Haller:

Der Aachener Musiker Martin Ody, besser bekannt als Haller, macht Indie Pop. In seinen Songs singt ehrlich über Ängste und persönliche Krisen. 2019 erschien sein erstes Album „Kuss“, 2023 sein zweites Album „Der junge Mann“, im November 2024 „Akademie der Ängste“.

© Robert Winter

LOS GEHT'S



01 Was bedeutet „schön genug“ für dich?



02 Wann ist man „genug“? Schreib eine kurze Definition.

Du kannst z.B. mit diesen Satzanfängen beginnen:

- Man ist „genug“, wenn ...
- „Genug“ bedeutet für mich, dass ...

WORUM GEHT'S?

https://www.youtube.com/watch?v=cfgQ-Pml8Eo&list=RDcfgQ-Pml8Eo&start_radio=1

Link zum Video:



03

Hör dir den Song „Schön genug“ von Haller an.

Ergänze die fehlenden Wörter im Text.

„SCHÖN GENUG“ – HALLER

[Strophe 1]

Ich guck' in den _____, bin halbwegs¹ zufrieden
Und meine dicke _____ ist zum Glück so geblieben

- 5 Ich hab' _____ auf der Brust und keine auf'm _____
Und selbst mein Arzt fragt mich jedes Mal
"Sind Sie immer so blass²?"
Ich dachte echt, ich komm' nie damit klar³
Hat _____ doch recht, wenn sie sagt

10 [Refrain]

Du bist schön genug
Du machst das schon _____
Den _____, den du suchst
Den gibt's nicht, den gibt's nicht

- 15 Du bist schön genug
Du machst das schon richtig
Den Fehler den du suchst
den gibt's nicht, den gibt's nicht
Du bist schön genug

20 [Strophe 2]

Du machst dir 'nen Kopf⁴, bist du 'nen bisschen zu _____?
Sind deine Klamotten⁵ nicht ganz so schick⁶?
Du denkst wegen 'nem kleinen Picke⁷ guckt dich jeder schief an
Und dass du _____gehen musst, weil du sonst nicht ins Freibad⁹ kannst

- 25 Ich will, dass du weißt, das ist alles nicht _____
Deine Mama hat recht, wenn sie sagt

>>>



Abkürzungen

In Songtexten und im Alltag benutzt man häufig verkürzte Formen von Wörtern:

guck' = gucke
hab' = habe
auf'm = auf dem
komm' = _____
gibt's = _____
'nen = _____
'nem = _____

¹ halbwegs (Adv.): nogenlunde

² blass (Adj.): bleg

³ mit etw. klar|kommen: at klare noget, at være OK med noget
kommt mit etwas klar, kam mit etwas klar, ist mit etwas klargekommen

⁴ sich einen Kopf machen: at bekymre sig
macht sich einen Kopf, machte sich einen Kopf, hat sich einen Kopf gemacht

⁵ die Klamotten (nur Plural): tøj

⁶ schick (Adj.): smart, pæn, chic

⁷ der Pickel, -: bums

⁸ jdn. schief an|gucken: at se skævt til nogen
guckt jemanden schief an, guckte jemanden
schief an, hat jemanden schief angeguckt

⁹ das Freibad, - "er: udendørs svømmehal





>>>

[Refrain]

Du bist schön genug
Du machst das schon richtig
30 Den Fehler, den du suchst
Den gibt's nicht, den gibt's nicht
Du bist schön genug
Du machst das schon richtig
Den Fehler, den du suchst
35 Den gibt's nicht, den gibt's nicht
Du bist schön genug

[Strophe 3]

Ich _____ dich so, wie du ungeschminkt¹⁰ bist
Ich will, dass du dich nicht verbiegst¹¹
40 Nur weil das scheinbar _____ ist
Ich will dich so, wie du ungeschminkt bist
Ich will, dass du dich nicht verbiegst
Weil das scheinbar besser ist

[Refrain]

45 Du bist schön genug
Du machst das schon richtig (ja)
Den Fehler, den du suchst
Den gibt's nicht, den gibt's nicht
Du bist schön genug
50 Du machst das schon richtig
Den Fehler, den du suchst
Den gibt's nicht, den gibt's nicht, den gibt's nicht
Du bist schön genug
Du bist schön genug
55 Du bist schön genug

© Martin Maria Haller, Jens Johannes Schneider, Edition Wolpertinger, Good Kid Publishing und BMG Rights Management GmbH

¹⁰ ungeschminkt (Adj.): uden makeup

² sich verbiegen: at gå på kompromis med sig selv
verbiegt sich, verbog sich, hat sich verbogen





04 Fass den Inhalt jeder Strophe und vom Refrain in je einem Satz zusammen.



05 Was ist die Botschaft des Songs? Erkläre sie.

HIER GEHT'S WEITER!



06 Schau dir das Video zum Song an und beschreib den Sänger Haller.

Werkzeugkasten 2



07 Beschreib dich selbst. Wie siehst du aus? Welche Eigenschaften hast du?

Werkzeugkasten 2

freundlich hilfsbereit ehrlich offen geduldig zuverlässig ruhig
 kreativ selbstbewusst humorvoll sportlich schüchtern nachdenklich
 sensibel ernst ordentlich spontan direkt unsicher nervös
 ungeduldig chaotisch stur leicht gestresst pessimistisch zufrieden
 glücklich stolz entspannt



- Ich bin ...
- Ich würde mich als ... beschreiben.
- Manchmal bin ich ...
- In Stresssituationen bin ich ...
- Andere sagen, ich bin ...



08 Im Lied „Schön genug“ geht es um Selbstliebe und Selbstakzeptanz. Viele Menschen finden sich selbst nicht gut genug. Gib Ratschläge: Was kann man tun, um sich selbst zu akzeptieren? Wie kann man sich „gut genug“ fühlen? Sammelt eure Ratschläge zunächst in der Gruppe. Teilt sie dann mit der ganzen Klasse.



2



MEDIENKONSUM UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT: ZU VIEL ZEIT VOR DEM BILDSCHIRM?

Einstieg in das Thema: Pausenlos am Bildschirm?

LOS GEHT'S



01

Was bedeuten diese Begriffe? Erklärt sie auf Deutsch.

- Digital Detox
- Brain Rot
- Medienkonsum
- Handysucht
- Ablenkung
- FOMO
- Doomscrolling
- Offlinezeit
- Bildschirmzeit

 Werkzeugkasten 5



02

Was denkst du: Wann ist Bildschirmzeit sinnvoll? Wann nicht? Ergänze die Liste.

Achtung: „wenn“ leitet einen Nebensatz ein.
Das Verb muss hier am Satzende stehen.

Bildschirmzeit ist für mich sinnvoll, wenn ...	Bildschirmzeit ist für mich nicht sinnvoll, wenn ...
... ich mit meinen Freunden / Freundinnen spreche.	... ich müde bin.



03

Wähl zwei Beispiele aus deiner Liste aus. Erklär einer anderen Person, wie du dich fühlst, wenn deine Bildschirmzeit sinnvoll / nicht sinnvoll ist.

Beispiel:

Bildschirmzeit ist für mich sinnvoll, wenn ich mit meinen Freundinnen spreche.
Danach fühle ich mich gut und habe mehr Energie.

Bildschirmzeit ist für mich nicht sinnvoll, wenn ich müde bin. Ich bin dann gestresst von meinem Smartphone und habe danach oft schlechte Laune.

MEDIENKONSUM UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT: ZU VIEL ZEIT VOR DEM BILDSCHIRM?



Was hilft gegen „Brain Rot“ durch endloses Scrollen?

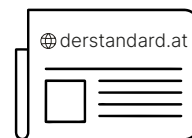
WORUM GEHT'S?



01

Schaut euch das Bild am Anfang des Artikels „Was hilft gegen „Brain Rot“ und endloses Scrollen?“ an und lest nur die Überschriften (Zeile 21, 48, 70 und 87)!

Was glaubt ihr: Worum geht es in diesem Artikel? Erstellt eine Mindmap und schreibt auf, welche Themen und Inhalte ihr im Artikel erwartet.



Der Standard ist eine österreichische Tageszeitung mit linksliberaler Ausrichtung.

Sie berichtet über Nachrichten, Politik, Wirtschaft und Kultur aus Österreich und der Welt.



von Magdalena Pötsch – 9. Jänner 2025, 06:00

Was hilft gegen „Brain Rot“ durch endloses Scrollen?



Das kennen wohl viele: Eigentlich wollte man nur rasch etwas nachschauen, und schon scrollt man wahllos durch irgendwelche Feeds.

In Zeiten, in denen sich die Nachrichten überschlagen¹, hängen manche besonders lang vor² den Bildschirmen. Umso wichtiger ist es, bewusst Pausen einzulegen³.

- 5 Begonnen hat das Ganze ja eigentlich als ironische Selbstdiagnose im Internetzeitalter. Denn Menschen, die viel Zeit online verbringen, sind sich sicher: Sie leiden an „Brain Rot“, zu Deutsch Hirnfäule.

>>>

¹ sich überschlagen: her: at vælte ind
überschlägt sich, überschlug sich, hat sich überschlagen

² hängen vor etw.: at sidde og hænge foran noget
hängt vor etwas, hing vor etwas, hat vor etwas gehangen

³ eine Pause einlegen: at tage / holde en pause
legt eine Pause ein, legte eine Pause ein, hat eine Pause eingelegt



Der Begriff soll deutlich machen, welchen Einfluss
10 vor allem soziale Medien auf unseren Geist⁴ haben
und wie sehr einen die Fluten⁵ an – manchmal nicht
recht anspruchsvollem – Content verdummen⁶ lassen
können.
[...]

15 Die Symptome: Man ist ständig online, fühlt^{sich}
mental ausgelaugt⁷, hat eine verkürzte Aufmerksam-
keitsspanne⁸ und nutzt auch offline immer häufiger
obskure⁹ Internetbegriffe. Kurz: Wenn Sie wissen,
was Brain Rot, bedeutet, haben Sie es wahrscheinlich
20 schon längst.



02 Was bedeutet „Brain Rot“? Welche Symptome gibt es bei „Brain Rot“?

Gehirnsubstanz schrumpft

Was als Selbstironie begann, ist aber tatsächlich
wissenschaftlich ziemlich eindeutig nachweisbar¹⁰.
Studien zeigen, dass exzessive¹¹ Smartphone- und
25 Social-Media-Nutzung geistige Gesundheit und
Hirnstruktur¹² negativ beeinflussen kann. Vor allem
das sogenannte Doomscrolling hat negative Folgen,
belegen zahlreiche Forschungen. Das Wort setzt sich
aus "doom", zu Deutsch Untergang, und "scrolling"
30 zusammen und bedeutet, dass man von einer nega-
tiven Nachricht zur nächsten wischt¹³. Das kann zu
mentaler Erschöpfung¹⁴ führen¹⁵ und Angstzustände¹⁶
und Depressionen fördern¹⁷.

Exzessives Scrolling lässt zudem die graue Substanz¹⁸
35 im Gehirn schrumpfen, DER STANDARD berichtete
[...] über eine entsprechende Studie von Forschenden
in Heidelberg. In der Erhebung wurde auch nach-
gewiesen, dass die Hirnaktivität durch übermäßiges
Scrollen generell reduziert wird – teilweise in einem
40 Ausmaß¹⁹, das man sonst von Personen mit einer
Drogensucherkrankung²⁰ kennt.

Diese Auswirkungen²¹ scheinen²² bei Jugendlichen
besonders stark zu sein, weil das Gehirn im Jugend-
alter noch nicht komplett entwickelt ist, zeigt eine
45 US-Studie. Viele junge Menschen, die exzessiv ihr
Smartphone nutzen, sind weniger resilient²³ und tun
sich schwerer damit²⁴, Entscheidungen zu treffen.

⁴ der Geist, -er: her: menneskelig ånd
⁵ die Flut, -en: strømmen, her: den store mængde
⁶ verdummen: blive dum(mere)
verdummt, verdumte, ist verdummt
⁷ sich ausgelaugt fühlen: at føle sig udmattet
fühlt sich ausgelaugt, fühlte sich ausgelaugt,
hat sich ausgelaugt gefühlt
⁸ die Aufmerksamkeitsspanne, -n:
koncentrationsevne
⁹ obskur (Adj.): obskur, mystisk
¹⁰ nachweisbar (Adj.): påviselig
¹¹ exzessiv (Adj.): ekstrem

¹² die Hirnstruktur, -en: hjernestruktur
¹³ wischen: at swipe
wischt, wischte, hat gewischt
¹⁴ die Erschöpfung, -en: udmattelse
¹⁵ zu etw. führen: at føre til noget
führt zu etwas, führte zu etwas,
hat zu etwas geführt
¹⁶ der Angstzustand, - "e:
angsttilstand / frygttilstand
¹⁷ fördern: at fremme
fördert, förderte, hat gefördert
¹⁸ graue Substanz: grå substans

¹⁹ das Ausmaß, -e: omfang
²⁰ die Drogensucherkrankung, -en:
stofmisbrug
²¹ die Auswirkung, -en: effekt
²² scheinen: her: at se ud (til at være)
scheint, schien, hat geschienen
²³ resilient (Adj.): resilient, modstandsdygtig
²⁴ sich schwer[tun mit jdm./etw.]:
at have det svært med nogen / noget
tut sich schwer mit etwas, tat sich schwer
mit etwas, hat sich mit etwas schwergetan





03

Was sagen Forscher und Forscherinnen: Welche Folgen hat „Doomscrolling“?

App-Limits festlegen

Gerade deshalb ist es so wichtig, Maßnahmen²⁵ zu
50 setzen, betonen Fachleute. Das Newport Institute,
das eine Reihe von Mental-Health-Hilfszentren für
junge Erwachsene betreibt²⁶, warnt eindringlich²⁷
vor dem Risiko, das von „Brain Rot“ ausgeht. Die
Expertinnen und Experten des Instituts raten dazu,
55 die Bildschirmzeit einzuschränken²⁸, damit man eben
nicht in einem endlosen Scrolling-Teufelskreis²⁹
landet. Meist kann man in den Smartphone-Einstel-
lungen zeitliche Limits für bestimmte Apps festlegen.

Außerdem sollte man unnötige Benachrichtigungen³⁰
60 abschalten, um nicht ständig dazu animiert zu
werden, das Handy in die Hand zu nehmen.

Fachleute³¹ raten außerdem wieder vermehrt³² zur
Armbanduhr³³. So muss man nicht immer das Handy
in die Hand nehmen, um auf die Uhr zu schauen.
65 In den meisten Fällen bleibt es nämlich nicht beim
Blick auf die Uhr – man sieht eine Benachrichtigung,

klickt darauf, schaut dann noch kurz in den Mailein-
gang oder auf diverse Social-Media-Plattformen und,
und, und.

70 **Bewusster Medienkonsum**

Vor allem in Zeiten, in denen sich die Nachrichten
überschlagen³⁴, verbringen³⁵ manche besonders viel
Zeit vor dem Bildschirm, um bloß nichts zu verpassen³⁶.
Dabei kennen diese Dynamik wohl viele: Eigentlich
75 wollte man nur rasch etwas googeln oder einen Artikel
lesen – und zack!: Ein paar Minuten später erwischt
man sich dabei³⁷, wie man völlig wahllos durch
irgendwelche³⁸ Feeds scrollt.

Was hilft: Die eigenen Social-Media-Feeds und Nach-
80 richtenquellen bewusst kuratieren³⁹ oder Leselisten
mit Artikeln „für später“ anlegen und sich dafür fixe⁴⁰
Zeiten einzuräumen⁴¹. Außerdem sollte man neben
schnellen News auch bewusst positive, inspirierende
oder lehrreiche Inhalte konsumieren, die einen geistig
90 fördern, raten die Fachleute vom Newport Institute,
also etwa Podcasts, Dokumentationen oder Longreads.

²⁵ die Maßnahme, -n: tiltag
²⁶ etw. betreiben: at drive noget
betreibt etwas, betrieb etwas, hat etwas betrieben
²⁷ eindringlich (Adj.): kraftig, insisterende
²⁸ etw. ein|schränken: at indskrænke noget, at begrænse noget
schränkt etwas ein, schränkte etwas ein, hat etwas eingeschränkt
²⁹ der Teufelskreis, -e: ond cirkel
³⁰ die Benachrichtigung, -en: notifikation, besked
³¹ Fachleute (nur Plural): eksperter
³² vermehrt: her: oftere, i stigende grad
³³ die Armbanduhr, -en: armbåndsur
³⁴ sich überschlagen: her: at vælte ind
überschlägt sich, überschlug sich, hat sich überschlagen

³⁵ Zeit verbringen (mit etw.): at tilbringe / bruge tid med noget
verbringt, verbrachte, hat verbracht
³⁶ etw. verpassen: at gå glip af noget
verpasst etwas, verpassede etwas, hat etwas verpasst
³⁷ sich bei etw. erwischen: at tage sig selv i noget
erwischt sich bei etwas, erwischte sich bei etwas, hat sich bei etwas erwischt
³⁸ irgendwelche: enhver, alle mulige
³⁹ kuratieren: at udvælge, kuratere
kuratiert, kuratierte, hat kuratiert
⁴⁰ fix (Adj.): fast
⁴¹ Zeit für etw. ein|räumen: afsætte tid til noget
räumt Zeit für etwas ein, räumte Zeit für etwas ein, hat Zeit für etwas eingeräumt



Mehr Offline- und weniger Onlinezeit

Die wirksamste Maßnahme ist und bleibt aber: mehr Offlinezeit. Regelmäßige Pausen von digitalen Geräten fördern die geistige Regeneration. So ein „Digital Detox“ müsse auch nicht immer gleich für einen langen Zeitraum sein. Oft reichen schon 15 Minuten bewusste Auszeit, die man etwa handyfrei an der frischen Luft verbringt, schreiben die Expertinnen

95 und Experten. Die Detox-Zeit könne⁴² man dann stetig verlängern – und einen Spaziergang machen, bei dem man die Natur bewusst wahrnimmt⁴³, ein gutes Buch lesen oder sporteln⁴⁴. Regelmäßige Bewegung reduziert das Stressrisiko erheblich und fördert die mentale Gesundheit, das ist zigfach⁴⁵ bewiesen. Und wer trotz allem das Smartphone nicht aus der Hand legen will, schaut am besten Tiervideos. Das kann das Stresslevel senken⁴⁶. Auch das ist bewiesen.

© Magdalena Pötsch, standard.at

**04**

Was kann man gegen die negativen Folgen von Doomscrolling und Brain Rot tun? Findet Tipps für einen guten Umgang mit dem Smartphone und dem Internet im Zeitungsartikel.

**05**

Fass den Artikel in deinen eigenen Worten zusammen.



Werkzeugkasten 6

HIER GEHT'S WEITER!

**06**

Was kann man noch gegen zu viel Zeit vor dem Bildschirm tun? Welche Tipps habt ihr? Was macht ihr selbst?

**07**

- Was passiert, nachdem die Person diesen Satz sagt? Überlegt gemeinsam.
- Schreibt einen kurzen Dialog / eine kurze Szene.
Person A: will nur kurz das Handy benutzen, ist aber plötzlich abgelenkt und scrollt immer weiter.
Person B: erkennt das Problem, und gibt mindestens zwei Tipps gegen Doomscrolling / Brain Rot.
- Spielt eure Szenen in der Klasse vor.

⁴² könne man: kan man (konjunktivform, som gør det tydeligt, at det er en indirekte citation)

⁴³ wahr|nehmen: at opleve, at være opmærksom på *nimmt wahr, nahm wahr, hat wahrgenommen*

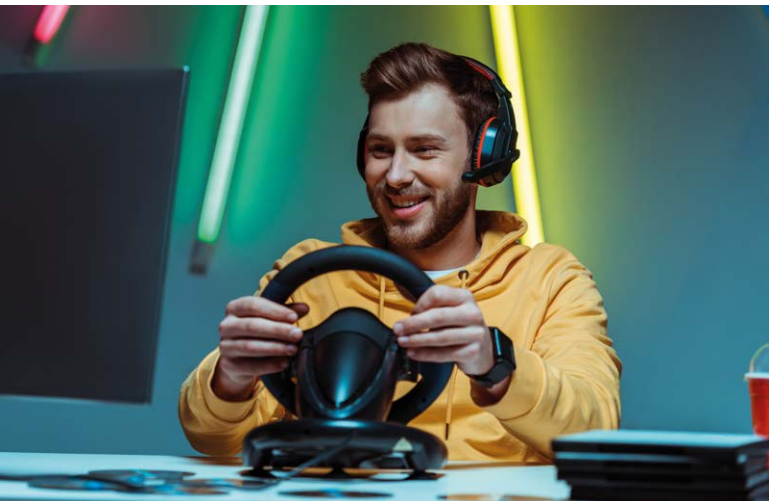
⁴⁴ sporteln: at dyrke sport (regionalt / dialektord: bruges især i Sydtykland og Østrig) *sportelt, sportelte, hat gesportelt*

⁴⁵ zigfach (Adj.): mange gange

⁴⁶ etw. senken: at nedsætte noget *senkt etwas, senkte etwas, hat etwas gesenkt*



**MEDIENKONSUM UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT:
ZU VIEL ZEIT VOR
DEM BILDSCHIRM?**



Kann Gaming süchtig machen?

LOS GEHT'S



01

Schaut euch die Bilder an.

Sammelt Wörter, die man braucht, um die Bilder zu beschreiben.
Verwendet gerne ein Wörterbuch. Vergleicht danach eure Listen in der Klasse.



02

Beschreibt die Bilder.

 **Werkzeugkasten 1**



03

Spielt ihr gerne Video- und Computerspiele? Warum (nicht)?



04

Schau dir die Vokabeln für drei Minuten an. Versuch, dir so viele wie möglich zu merken.
Lass dich danach von einer anderen Person quizzten.



Deutsch	Dänisch
am Computer spielen	at spille på computer
das Strategiespiel, -e	strategispil
sich langweilen <i>langweilt sich, langweilte sich, hat sich gelangweilt</i>	at kede sig
das Gehirn, -e	hjern
verändern <i>verändert, veränderte, hat verändert</i>	at ændre
spielen <i>spielen, spielte, hat gespielt</i>	at spille / at lege
der Bereich, -e	område
abhängig werden <i>wird abhängig, wurde abhängig, ist abhängig geworden</i>	at blive afhængig
die Sucht, -e	afhængighed

WORUM GEHT'S?



05

Computerspiele machen Spaß und trainieren das Gehirn. Doch für manche wird Gaming zu einer Sucht. Forscher und Forscherinnen haben untersucht, wie regelmäßiges Computerspielen das menschliche Gehirn verändert.

a) Recherchiert im Internet und findet Fakten zum Thema Gaming und Körper. Verwendet seriöse Quellen! Macht Notizen und notiert euch auch eure Quellen. Diese Fragen können für die Recherche helfen:

1. Welchen Einfluss hat Gaming auf das Gehirn, auf die Augen, den Rücken oder andere Körperteile?
2. In welchen Online-Spielen vermischen sich Spiele mit Glücksspielen? Wie funktioniert das? Welche Auswirkungen hat das auf Gamer und Gamerinnen?
3. Welche Anzeichen gibt es dafür, dass jemand süchtig nach Computerspielen ist?

Recherchiert noch mehr Fakten dazu, welche positiven und negativen Effekte Gaming hat.

b) Erstellt zu eurer Recherche ein Plakat. Hängt eure Plakate dann im Raum auf. Die Hälfte der Klasse bleibt bei ihren Plakaten, die andere Hälfte geht im Raum herum und stellt Fragen zu den Informationen auf den Plakaten. Danach tauscht ihr die Rollen.

HIER GEHT'S WEITER!



06

In einem Diskussionsforum im Internet findest du folgende Meinung:

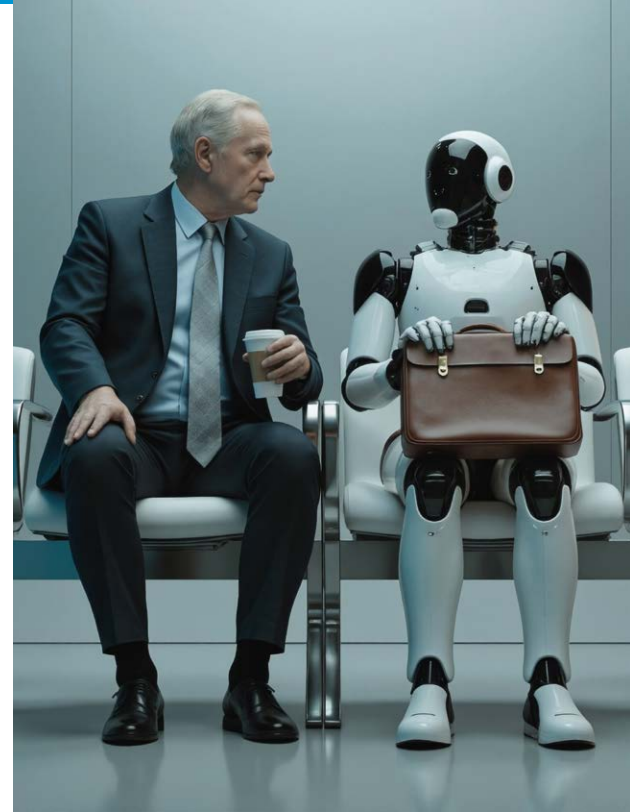


„Man sollte einfach alle Online-Spiele verbieten. Die Jugendlichen werden doch nur abhängig, wenn sie die ganze Zeit diese Spiele spielen. Als ich noch ein Kind war, haben wir auch einfach draußen auf der Straße und im Wald gespielt.“

Antworte auf diesen Beitrag und schreib eine eigene Meinung zum Thema (circa 80 Wörter).



3



WORK-LIFE-BALANCE: ZU VIEL LEISTUNGSDRUCK?

Einstieg in das Thema: Menschen und Maschinen

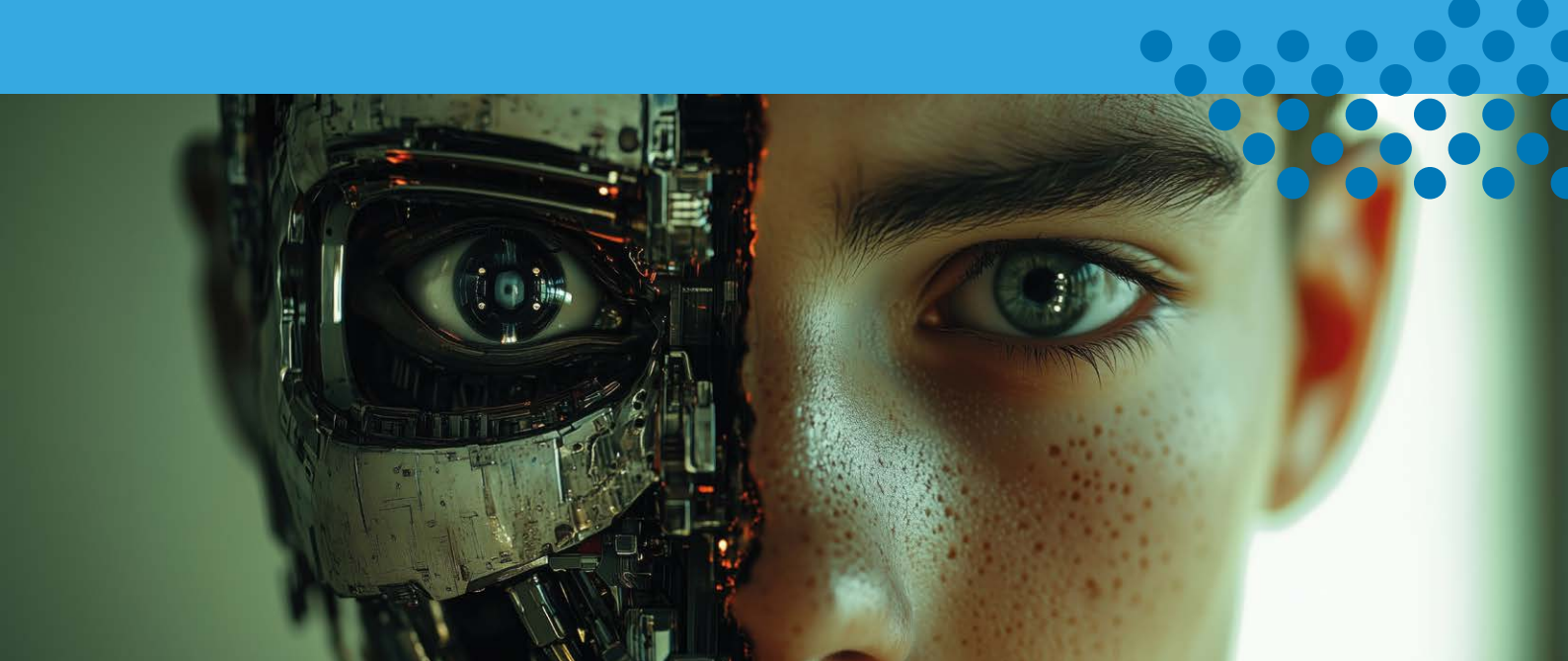
LOS GEHT'S



01

Beschreibt die Bilder. Welche Beziehung gibt es zwischen den Bildern und dem Thema „Work-Life-Balance“?

 Werkzeugkasten 1



Dendemann – Menschine

WORUM GEHT'S?



01

Der Song des Künstlers Dendemann heißt „Menschine“. Welche beiden Wörter werden hier miteinander vermischt?



02

Überleg zunächst allein: Was bedeutet es, wenn ein Mensch wie eine Maschine ist? Sammle deine Ideen in einer Liste.

„Wenn ein Mensch wie eine Maschine ist, dann ...“

- arbeitet er viel.

Teil deine Überlegungen zunächst mit einer anderen Person und danach in der Klasse.



03

Öffnet den Link zum Video und **hört euch nur das Lied an.**

Schaut euch noch nicht den Text und nicht das Video an.

Malt beim ersten Hören eure Eindrücke: Was hört ihr und was fühlt ihr?

Achtet zum Beispiel auf: Rhythmus, Stimmen, Stimmung, Varianten, Wiederholungen, eure Assoziationen zum Song...



Dendemann:

Dendemann (geboren als Daniel Ebel) ist ein deutscher Musiker und wohnt in Hamburg. Er macht deutschsprachigen Rap und ist für seine kreativen Wortspiele bekannt. Der Song „Menschine“ wurde 2019 auf dem Album *Da nich für!* veröffentlicht.

Foto: Nils Müller



Link zum Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=IYNf6oq92ic>



04

Präsentiert eure Bilder in der Klasse.

Besprecht: Welche Eindrücke habt ihr? Worum geht es im Song?

Was habt ihr gehört / verstanden?



05

Hört das Lied noch einmal und beantwortet die Fragen.

Findet den Songtext im Internet und lest ihn mit.

- a) Was passiert, wenn Menschen „wie Maschinen“ leben?
- b) Werden die Menschen im Song positiv oder negativ dargestellt?



06 Lest und hört noch einmal das Outro.

Was denkt ihr:

Was bedeutet es, wenn man wie eine Maschine tanzt / läuft / kauft / lebt / liebt?

- Wenn man wie eine Maschine tanzt, dann ...
- „Wie eine Maschine leben“ bedeutet, dass ...
- Ich glaube, dass „Leb wie eine Maschine“ bedeutet, ...

”

Outro

Tanz wie 'ne Maschine!

Lauf wie 'ne Maschine!

Kauf und hör nicht auf wie 'ne Maschine!

5 Leb wie 'ne Maschine!

Lieb wie 'ne Maschine!

Flieg hoch und fall tief wie 'ne Maschine!

Tanz wie 'ne Maschine!

Lauf wie 'ne Maschine!

10 Kauf und hör nicht auf wie 'ne Maschine!

Leb wie 'ne Maschine!

Lieb wie 'ne Maschine!

Flieg hoch und fall tief wie 'ne Maschine!

Zitat aus: Dendemann / Paroli Beats „Menschine“ (2019)

HIER GEHT'S WEITER!



07 Schreib einen Kommentar (120-150 Wörter).

Denk an eine Einleitung und einen Abschluss.

Such dir eins der beiden Themen aus:

- Was denkst du: Leben Menschen heutzutage wie Maschinen? Begründe deine Meinung.
- Künstliche Intelligenz kann heute viele Aufgaben übernehmen, die früher Menschen gemacht haben. Wie findest du das? Gib konkrete Beispiele.

 Werkzeugkasten 4



Interview mit Maya Leinenbach: Food-Influencerin über Überlastung „Ich war wie ein Duracell-Häschen¹: laufen, laufen, ohne Ziel in Sicht²“

LOS GEHT'S



01

Wie stellst du dir deine berufliche Zukunft vor?

Sei gerne kreativ: Mal zum Beispiel ein Bild / erstell eine Collage mit Fotos / Bildern aus Zeitungen / Bildern aus dem Internet oder schreib deine Gedanken auf.

Diese Fragen können helfen:

- Welchen Job hast du in der Zukunft?
- Welche Bedeutung hat dein Job für dich?
- Wie ist das Verhältnis zwischen Arbeit und Freizeit / Arbeit und Familie?
- Was gibt deinem Leben Sinn?



02

Wer ist Maya Leinenbach?

a) Im Artikel geht es um Maya Leinenbach und ihr Projekt „fitgreenmind“. Untersucht im Internet:

- Wer ist Maya Leinenbach? Was macht sie beruflich?
- Auf welchen Plattformen ist die Maya Leinenbach aktiv?
- Worum geht es in ihren Videos? Welche Themen sind ihr wichtig?

b) Welchen Eindruck hast du von Maya Leinenbach?

 Werkzeugkasten 2

¹ wie ein Duracell-Häschen: "som en lille Duracell-kanin" beskriver en person, der er ekstremt udholdende, energisk og utrættelig. Referencen stammer fra en ældre batterireklame for mærket "Duracell"

² in Sicht sein: at have mål for øje



WORUM GEHT'S?



03

Lest die einzelnen Textabschnitte – gerne ohne Wörterbuch.

Beantwortet dann die Fragen nach den einzelnen Textabschnitten. Sucht nach den Antworten, wenn ihr sie beim ersten Lesen noch nicht gefunden habt.



spiegel.de

SPIEGEL.DE ist die Onlineausgabe des Nachrichtenmagazins DER SPIEGEL. Die Website bietet aktuelle Berichterstattung zu Politik, Wirtschaft, Gesellschaft, Kultur, Wissenschaft und Sport. DER SPIEGEL gilt als linksliberal und steht für investigative Recherchen und Analysen.



Ein Interview von Sophia Grabendorfer – 11.01.2026, 21.22 Uhr

Food-Influencerin über Überlastung »Ich war wie ein Duracell-Häschen: laufen, laufen, ohne Ziel in Sicht«

Mit 21 ist Maya Leinenbach als »Fitgreenmind« eine der erfolgreichsten deutschen Koch-Influencerinnen.

Doch vor einem Jahr machte ihr Körper einfach dicht³. Hier erzählt sie, wie sie in ein Leben mit

5 Balance fand.

Im Dezember 2025 sitzt Maya Leinenbach, 21, für ein Interview im Konferenzraum⁴ ihres Büros in Stuttgart. Normalerweise geht es in solchen Gesprächen um ihre Erfolgsgeschichte. Dann fängt sie bei 2019 an, da ist sie 15 und lädt die ersten Rezeptvideos auf ihrem Instagram-Account »Fitgreenmind« hoch⁵. Oder erzählt von der Zeit vor ihrem Abitur⁶, als sie schon zwei Millionen Follower:innen und ein Kochbuch hatte. Von der Zeit danach, als sie

10 *Vollzeit-Influencerin wurde. Plattformübergreifend sammelte sie bis heute fast sieben Millionen Follower:innen.*

»Fitgreenmind« ist eine Ausnahmegeschichte⁷. [...] Von der wird sie heute aber nicht erzählen, hat sie oft

15 *genug. Heute will Leinenbach davon sprechen, wie es*

war, als die Selbstverständlichkeit des Erfolgs weg war. Und Anfang des Jahres plötzlich nichts mehr ging.

SPIEGEL: Frau Leinenbach, jahrelang luden Sie fast täglich Rezeptvideos auf Social Media hoch. Anfang 25 des vergangenen Jahres wurde es plötzlich viel ruhiger, in einem Instagram-Post im März berichteten Sie dann, seit Wochen krank zu sein. Was war passiert?

Leinenbach: Im Februar hat mein Körper einfach dicht gemacht. Es war wie eine Mischung aus einer 30 starken Erkältung, Darmproblemen und Burn-out-Symptomen. Dazu kamen verschiedene Lebensmittelunverträglichkeiten⁸, was in meinem Beruf eher schlecht ist.

SPIEGEL: Einfach so, aus dem Nichts?

35 **Leinenbach:** Ich hatte schon 2024 immer wieder kleine gesundheitliche⁹ Probleme, aber denen hatte ich nicht viel Aufmerksamkeit geschenkt¹⁰, weil immer sehr viel zu tun war und ich krass gestresst war. Dann ging es im Februar rapide¹¹ bergab¹². Das stresste mich zusätzlich, 40 ich sah nur meine volle To-do-Liste. Also nahm sich mein Körper die Pause, die er schon lange brauchte.

³ dicht|machen: at lukke ned
macht dicht, machte dicht, hat dichtgemacht

⁴ der Konferenzraum, - "e: mødelokale

⁵ hoch|laden: at uploade
lädt hoch, lud hoch, hat hochgeladen

⁶ das Abitur, -e (wird meist nur im Singular verwendet): studentereksamen

⁷ die Ausnahmegeschichte, -n: ekstraordinær historie, undtagelsestilfælde

⁸ die Lebensmittelunverträglichkeit, -en: fødevareintolerance

⁹ gesundheitlich (Adj.): sunhedsmæssig, med hensyn til helbredet

¹⁰ etw. / jdm. Aufmerksamkeit schenken:

*at være opmærksom på noget / nogen
schenkt jemandem Aufmerksamkeit, schenkte jemandem Aufmerksamkeit, hat jemandem Aufmerksamkeit geschenkt*

¹¹ rapide (Adj.): hurtig

¹² bergab (Adv.): ned ad bakke





04 Beantwortet die Fragen:

- Wann fängt Maya mit „fitgreenmind“ an?
- Ist „fitgreenmind“ ein Erfolg?
- Warum lädt Maya Leinenbach 2025 weniger Videos hoch?

>>>

SPIEGEL: Wie kann man sich diese volle To-do-Liste vorstellen? Wie sah Ihr Alltag aus?

Leinenbach: Das ist das Problem: Es gab keinen Rhythmus und keinen Alltag. Alles, was ich gemacht habe, war irgendwie für die Arbeit. Ich stand meist sehr früh auf und versuchte dann von morgens bis abends, meine ganzen Aufgaben unter einen Hut zu bekommen¹³. Dazu kamen Geschäftsreisen¹⁴, eigentlich ging es immer irgendwo hin.

SPIEGEL: [...] Woher kommt dieser innere Druck, so viel leisten zu müssen?

Leinenbach: Ich hatte das schon immer in mir. Ich habe eine Erwartungshaltung¹⁵ an mich selbst, dass

ich Dinge richtig gut machen will und mir meinen Erfolg verdienen muss. Dazu kam eine große intrinsische¹⁶ Motivation, weil mir das Thema nachhaltige¹⁷ und pflanzenbasierte¹⁸ Ernährung so wichtig ist.

SPIEGEL: Würden Sie sagen, Sie haben sich über Ihre Arbeit definiert?

Leinenbach: Im Nachhinein¹⁹ ja. Und gleichzeitig fühlte ich mich wie ein Impostor²⁰. Wenn man mehrere Millionen Follower hat, dann will man auch zeigen, dass die Leute einem aus einem Grund folgen. Als ich Anfang des Jahres dann Zeit hatte, mein eigenes Verhalten zu reflektieren, merkte ich: Krass²¹, diese toxischen Verhaltensweisen²² mir selbst gegenüber, die waren mir davor nie so bewusst. [...]



05 Beantwortet die Fragen:

- Wie hat ein normaler Arbeitstag für Maya Leinenbach ausgesehen?
- Warum hat Maya Leinenbach so viel gearbeitet?
- Was denkt ihr: Wie hat sie sich in der Zeit gefühlt, als sie so viel gearbeitet hat?

¹³ etw. unter einen Hut bekommen:
at få noget til at hænge /passe sammen
bekommt etwas unter einen Hut, bekam etwas unter einen Hut,
hat etwas unter einen Hut bekommen

¹⁴ die Geschäftsreise, -n: tjenesterejse / forretningrejse

¹⁵ die Erwartungshaltung, -en: forventning

¹⁶ intrinsisch (Adj.): intrinsisk, iboende, indre

¹⁷ nachhaltig (Adj.): bæredygtig

¹⁸ pflanzenbasiert (Adj.): plantebaseret

¹⁹ im Nachhinein: retrospektivt, set i bakspejlet

²⁰ der Impostor (engelsk udtryk): impostor, svindler

²¹ krass (Adj.): ekstrem, stærk, enorm, her: Vildt nok!

²² die Verhaltensweise, -n: adfærd





>>>

SPIEGEL: Wie haben Sie Ihren Alltag dann
70 verändert?

Leinenbach: Ich habe schon immer gern meine Gedanken aufgeschrieben. In der Zeit habe ich Tagebuch geführt und dadurch gemerkt, was mich beschäftigt. Ich sprach auch sehr viel mit meiner
75 Familie, zog wieder zurück²³ zu ihnen ins Saarland. Dann nahm ich mir vor, mir feste Zeiten zu setzen, wann und wie ich arbeite. Mir Wochenenden freinehmen, Urlaube fest einplanen. Und natürlich andere Wege zu finden, mit Stress umzugehen. Ein Buch zu
80 lesen oder so was.

SPIEGEL: Und Sie sind keine Vollzeit²⁴-Content-Creatorin mehr. Seit diesem Jahr jobben Sie in einem Café. [...] Das bedeutet aber auch, dass Sie Aufgaben bei
»Fitgreenmind« abgeben mussten. Wie lernt man das?

85 **Leinenbach:** Indem man es macht – und dann merkt, dass es so auch gut funktionieren kann. Ich habe gern die Kontrolle, aber ich habe gelernt: Wenn man seine Vorstellungen gut kommuniziert und die andere Person weiß, was sie tut, dann können sogar noch coolere
90 Sachen entstehen.

SPIEGEL: Wie sieht eine Arbeitswoche heute aus?

Leinenbach: Strukturierter. Ich habe eine feste Morgenroutine. Die Zeit zwischen 6.30 und 8.30 Uhr gehört mir. Ich weiß jeden Tag ganz genau, was
95 ansteht²⁵: Drehs²⁶, Schnitt²⁷, Calls. Gegen 13 Uhr habe ich eine feste Mittagspause. Gegen 17 Uhr mache ich Feierabend. Dann liegt der Fokus darauf, was mir an dem Tag guttut. Freunde treffen, eine Runde Yoga machen, mit meinem Hund Lucky rausgehen. Ich habe
100 angefangen, mit YouTube-Videos Klavier zu spielen.



06

Beantwortet die Fragen:
Wie verändert Maya Leinenbach ihren Alltag?

²³ zurück|ziehen zu jdm.: her: flytte tilbake til nogen
zieht zurück zu jemandem, zog zurück zu jemandem,
ist zu jemandem zurückgezogen

²⁴ die Vollzeit: fuldtid

²⁵ an|stehen: her: hvad der venter på én
etwas steht an, stand an, hat angestanden

²⁶ der Dreh, -s: optagelse

²⁷ der Schnitt, -e: klipning



>>>

SPIEGEL: [...] Wie funktioniert ein Neustart, wenn man so viel Zuspruch für die eigene Workaholic-Mentalität bekommen hat?

Leinenbach: Wahrscheinlich würden²⁸ viele anhand meines Instagram-Profiles denken, ich hätte das perfekte Leben. Gerade bei Personen, die auf Social Media eine Reichweite haben, wird der Erfolg an Parametern wie Followern, Likes oder Awards gemessen. Ich wollte da aber meine Realität zeigen und niemandem etwas vorgaukeln²⁹. Und die Reaktionen waren sehr positiv. Ich habe viele ermutigende Nachrichten bekommen. Und in vielen Gesprächen habe ich gemerkt, dass sich viele Leute Anfang, Mitte 20 dieselbe Frage stellen: Was macht mich aus, wenn nicht meine Arbeit?

SPIEGEL: Sie sind Teil einer Generation, die sich oft gestresst fühlt oder sogar Burn-out-Symptome zeigt. Wie erklären Sie sich das?

Leinenbach: Heute kann man sich überall vergleichen. Der macht mehr, die ist erfolgreicher. Man hat das

Gefühl, immer noch mehr leisten³⁰ zu müssen.

Dadurch kann man nicht abschalten³¹, wenn man fertig mit der Arbeit ist. Dann geht man auf Social Media und sieht wieder, was alle anderen machen, und ist noch gestresster.

SPIEGEL: Macht der Creator-Beruf, in dem Sie ja auch arbeiten, diese Situation schlimmer oder besser?

Leinenbach: Das kommt ganz darauf an, wie man es nutzt. Manchmal denke ich, es wäre gar nicht so schlecht, Öffnungszeiten³² für Social Media zu haben. 8 bis 18 Uhr und dann ist gut, an den Feiertagen offline, Work-Life-Balance-Problem gelöst. Eigentlich könnte man es ja für sich selbst so lösen, aber die Versuchung³³, mehr zu machen, ist natürlich immer da.

SPIEGEL: Wie sehen Sie Ihr Leben heute nicht mehr als endlose To-do-Liste?

Leinenbach: Indem ich mehr Dinge tue, weil sie mir Spaß machen, und nicht, weil sie irgendeinen Zweck erfüllen müssen. Manchmal hilft auch schon, dass man Dinge als Chance und nicht als Pflicht sieht.

© Sophia Grabendorfer, Maya Leinenbach, spiegel.de



07

Beantwortet die Fragen:

- Welche Reaktionen erhält Maya Leinenbach auf die Veränderungen in ihrem Leben?
- Welche Gründe gibt es laut Maya Leinenbach, dass sich ihre Generation schneller gestresst fühlt?
- Welche Idee hat sie: Wie kann man auf Social Media eine gesunde Work-Life-Balance haben?

²⁸ würden: her: ville

²⁹ etw. vor|gaukeln: at forgive, at lade som om gaukelt etwas vor, gaukelte etwas vor, hat etwas vorgegaukelt

³⁰ etwas leisten: at præstere, at yde noget leistet etwas, leistete etwas, hat etwas geleistet

³¹ etw. ab|schalten: her: at koble af, at slappe af

schaltet etwas ab, schaltete etwas ab, hat etwas abgeschaltet

³² die Öffnungszeit, -en: åbningstid

³³ die Versuchung, -en: fristelse, trang, lyst





08

Fasst das Interview in deinen eigenen Worten zusammen.



Werkzeugkasten 6

HIER GEHT'S WEITER!



09

Die Journalistin fragt:

„Sie sind Teil einer Generation, die sich oft gestresst fühlt oder sogar Burn-out-Symptome zeigt. Wie erklären Sie sich das?“ (Z. 116-118)

Was ist deine Antwort auf diese Frage? Fühlt sich deine Generation oft gestresst und hat Burn-out-Symptome? Und wenn ja: Woran liegt das? Wenn nein: Woher kommt diese Behauptung?



10

Was ist eine gute Work-Life-Balance? Wie kann man im Alltag dafür sorgen?

Denk erst alleine nach, teile deine Gedanken dann mit einer anderen Person und zum Schluss in der Klasse.



11

„Manchmal denke ich, es wäre gar nicht so schlecht, Öffnungszeiten für Social Media zu haben. 8 bis 18 Uhr und dann ist gut, an den Feiertagen offline, Work-Life-Balance-Problem gelöst.“ (Z. 129-133)

Stell dir vor, Social Media hätten wirklich Öffnungszeiten.

Wie würde dein Tag dann aussehen?

Schreib einen kurzen Text hierzu (ca. 50-80 Wörter). Denk an eine Einleitung.



4



KAPITELABSCHLUSS: EIN BLICK ZURÜCK



01

Wortschatz-Memory

- a) Arbeitet in einer Gruppe. Wählt 10–15 wichtige Wörter aus dem Kapitel aus.
- b) Schreibt für jedes Wort eine passende Erklärung oder ein Beispiel.

Wort	Erklärung / Beispiel
• der Filter, -	• ein digitales Werkzeug, das ein Foto verändert

Gestaltet Kartenpaare:

Karte A: das Wort

Karte B: die Erklärung oder das Beispiel

Schneidet die Karten aus, mischt sie und legt sie verdeckt auf den Tisch.

der Filter, -

ein digitales
Werkzeug,
das ein Foto
verändert

- c) Spielt in kleinen Gruppen und versucht, die passenden Paare zu finden.



02 Mindmap

Schaut euch die Texte in diesem Kapitel noch einmal an.
Beantwortet die Fragen und erstellt eine Mindmap:

- Welche Gemeinsamkeiten haben die besprochenen Texte?
- Wo überschneiden sich Probleme und Lösungen?
- Welche Rolle spielen Medien in allen Bereichen?



03 Zu viel des Guten! Ein Ratgeber

Wähl eines der drei Themen aus dem Kapitel:

1. Körperbilder und Schönheitsideale
2. Medienkonsum und psychische Gesundheit
3. Work-Life-Balance

Schreib danach einen kurzen Ratgebertext (80–120 Wörter).

Dein Text soll anderen Jugendlichen helfen, ein gesundes Gleichgewicht zu finden.

Dein Text soll folgende Punkte enthalten:

- eine kurze Einführung: Warum ist das Thema wichtig
- 3–5 Tipps, die leicht umzusetzen sind
- eine abschließende Empfehlung oder persönliche Meinung



Ich empfehle...
Es ist hilfreich, wenn...
Man sollte darauf achten, dass...
Für mich funktioniert...
Ein guter Tipp ist...

*Viele Jugendliche fühlen sich unter Druck.
Deshalb ist es wichtig, gut auf sich
selbst zu achten...*



04 Video: Ein Tag ohne ...

Wählt ein Thema aus:

- ein Tag ohne soziale Medien
- ein Tag ohne Filter und bearbeitete Bilder
- ein Tag ohne Stress / ohne Überarbeitung

Wie sieht so ein Tag aus? Überlegt euch genau, was an so einem Tag passiert / nicht passiert. Nehmt ein Video auf und zeigt einen solchen Tag!





01

Arbeitet zu zweit.

Person A wählt ein Bild aus und beschreibt es.

Person B kommentiert: Was hat das Bild mit den Begriffen

„Engagement“ und „Politik“ zu tun? Tauscht danach die Rollen.



02

Was bedeuten „Engagement“ und „Politik“ für euch?

- a) Schreib Stichworte auf: Woran denkst du, wenn du die Begriffe „Politik“ und „Engagement“ hörst?
- b) Arbeite mit einer anderen Person zusammen. Vergleicht eure Assoziationen.
- c) Worüber möchtet ihr gerne sprechen, wenn es um die Themen „Politik“ und „Engagement“ geht? Erstellt gemeinsam eine Liste.
- d) Präsentiert und besprecht eure Ergebnisse in der Klasse.



03

Wahlen und ehrenamtliches Engagement

Rate mal! Was stimmt?

1. Wie alt muss man sein, um in Deutschland bei der Bundestagswahl wählen zu dürfen?
a) 16 Jahre b) 18 Jahre c) 20 Jahre d) 21 Jahre
2. Wann haben Frauen in Deutschland das Wahlrecht erhalten?
a) 1864 b) 1918 c) 1933 d) 1981
3. Wie viel Prozent der Stimmen braucht eine Partei, um in den deutschen Bundestag zu kommen?
a) 5% b) 8% c) 50% d) 100%
4. Wie viele Stimmen hat man bei der Bundestagswahl?
a) 1 Stimme b) 2 Stimmen c) 3 Stimmen d) 5 Stimmen
5. An welchem Wochentag finden Wahlen in Deutschland statt?
a) Dienstag b) Mittwoch c) Freitag d) Sonntag
6. Wie viel Prozent der Bevölkerung haben sich 2024 ehrenamtlich engagiert?
a) 20,1 % b) 29,5 % c) 36,7 % d) 43,4 %
7. Welcher Bereich ist am beliebtesten für ehrenamtliche Arbeit?
a) Kultur & Musik b) Schule & Kindergarten
c) Kirchlicher / religiöser Bereich d) Sport & Bewegung
8. In welcher Altersgruppe arbeiten die meisten Menschen als Freiwillige?
a) 14-29 Jahre b) 30-49 Jahre c) 50-64 Jahre d) 65-74 Jahre

Ich habe _____ von 8 Fragen richtig geraten!

Die Lösungen findest du am Ende des Kapitels (S.79).



1



EIN ERSTER VERSUCH: DEMOKRATIE 1848

Einstieg in das Thema: Das Leben um 1848

LOS GEHT'S



01

Wie stellst du dir das Leben im Jahr 1848 vor? Wie sah ein normaler Tag aus?

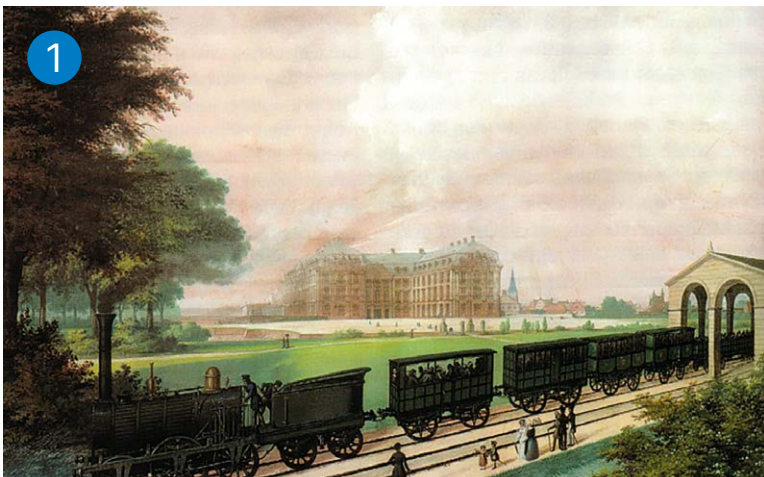


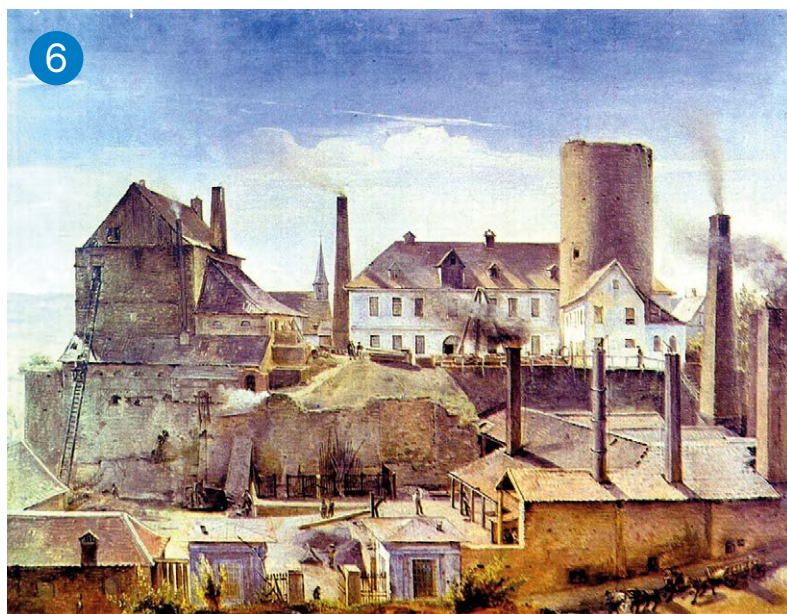
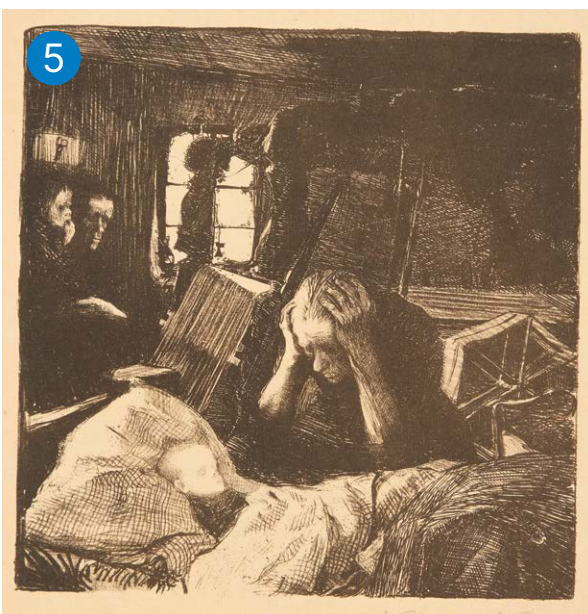
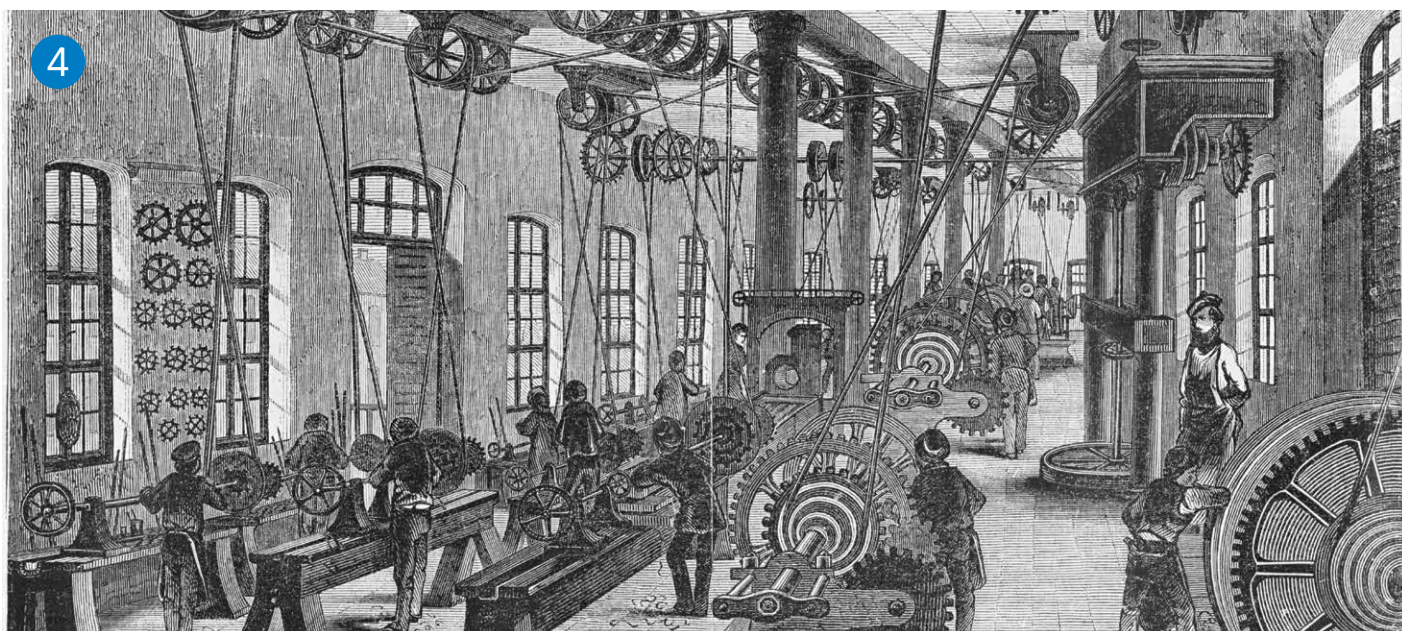
02

Was seht ihr auf den Bildern?
Beschreibt euch gegenseitig die Bilder.



Werkzeugkasten 1







Nora Bossong „Kohle und Leinwand“

WORUM GEHT'S?



Nora Bossong:

Nora Bossong ist eine deutsche Schriftstellerin. Sie wurde 1982 in Bremen geboren und lebt heute in Berlin. Nach ihrem Studium von Literatur, Kultur und Philosophie schrieb sie Gedichte und Romane. Zu ihren bekannten Büchern gehören *Sommer vor den Mauern* (Gedichte) sowie die Romane *Schutzzone* und *Reichskanzlerplatz*. Für ihr Werk erhielt sie mehrere Preise, zum Beispiel den Peter-Huchel-Preis und den Thomas-Mann-Preis. Die Kurzgeschichte „Kohle und Leinwand“ ist 2020 in *LiES. Das Buch. Literatur in Einfacher Sprache* von Hauke Hückstädt (Hg.) erschienen.

© Heike Steinweg/Suhrkamp Verlag



Lest Teil 1 und arbeitet mit den Aufgaben nach dem ersten Textabschnitt.

Teil 1

Guten Abend, mein Name ist Germania.
Eigentlich heiÙe ich Lotte, aber man hat mich
umbenannt¹. Einfach so. Na gut, nicht einfach
5 so. Vor vier Wochen hat Mutter sich die Hand
verletzt. Jetzt kann sie nicht mehr nähen².
Wir arbeiten zu Hause für eine große Schneiderei³.
Mutter, meine beiden Schwestern und ich.
Vater geht jeden Tag in eine Fabrik. Wir wohnen
10 in einem Zimmer. Früher haben meine Eltern
auf dem Land gewohnt. Aber sie dachten, in
der Stadt ist alles besser. Ich weiß nicht, wie
es auf dem Land ist, aber gut ist in der Stadt
nicht alles.

15 Unser Geld reicht gerade so⁴. Seit Mutter sich
die Hand verletzt hat, können wir uns die Kohlen⁵
zum Heizen⁶ nicht leisten⁷. Das ist jetzt nicht
mehr so schlimm, es wird langsam Frühling. Wir
haben schon März. Aber nachts ist es manchmal
20 noch ziemlich kalt.

Wir arbeiten viel, damit es für die Miete und für
das Essen reicht. Meistens reicht es. Nur nicht
für die Kohle zum Heizen. Mutter klagt. Vater
klagt auch. Er klagt, dass er nur Töchter hat.
25 Dann wird Mutter laut und sagt ihm, wie fleißig⁸
wir sind. „Sieh dir an, was sie jeden Tag schaf-
fen“, sagt sie. „Ein Sohn, der trinkt dir das Dach
über dem Kopf weg.“

Ich habe selten einen Nachmittag frei, aber
30 heute ist so ein Tag. Um drei Uhr höre ich mit
der Arbeit auf. Draußen wartet eine Freundin
auf mich. Wir wollen spazieren gehen. Mit ihrem
Verlobten⁹ und einem Maler. Seit Monaten ver-
sucht sie, mich zu verkuppeln¹⁰. Aber mir gefällt
35 keiner. Der Maler geht die ganze Zeit neben mir her.

Besonders gut gefällt auch der mir nicht.
Er ist ganz nett, aber er macht sich ein bisschen
wichtig¹¹. Er erzählt von seinen Bildern. Die ganze
Zeit. Eine halbe Stunde lang gehen wir flussauf-
40 wärts¹² den Main¹³ entlang und er erzählt von
seinen Bildern. Eine halbe Stunde lang gehen wir
wieder zurück und er erzählt noch immer von
seinen Bildern. „Ich arbeite an einem neuen Bild.
Dein Gesicht würde gut dazu passen. Ich würde
45 dich gerne malen.“

Er bietet mir Geld dafür an. Nicht viel. Aber
immerhin Geld. Geld ist bei uns zu Hause
knapp¹⁴. Ob er berühmt ist, weiß ich nicht.
Es interessiert mich auch nicht. Ich brauche das
50 Geld. Dafür können wir bis April heizen¹⁵.
Und für Lieschen Stoff für ein neues Kleid
kaufen. Wir nähen zwar den ganzen Tag, aber
immer nur für die Schneiderei.
>>>

¹ jdn. / etw. um|benennen: at omdøbe nogen / noget
*benennt jemanden um, benannte jemanden um,
hat jemanden umbenannt*

² nähen: at sy
näht, nähte, hat genäht

³ die Schneiderei, -en: skrædderi

⁴ gerade so reichen: at være lige akkurat nok
reicht gerade so, reichte gerade so, hat gerade so gereicht

⁵ die Kohle, -n: kul (brændstof)

⁶ das Heizen (nur Singular): opvarmning

⁷ sich etw. leisten: at have råd til noget
leistet sich etwas, leistete sich etwas, hat sich etwas geleistet

⁸ fleißig (Adj.): flittig

⁹ der Verlobte, -n: forlovede

¹⁰ jdn. verkuppeln: at være ivrig efter at få andre mennesker til at
danne par, at være nogens matchmaker, at lege Kirsten giftekniv
*verkuppelt jemanden, verkuppelte jemanden,
hat jemanden verkuppelt*

¹¹ sich wichtig machen: at gøre sig vigtig, at spille sig op
macht sich wichtig, machte sich wichtig, hat sich wichtig gemacht

¹² flussaufwärts (Adv.): opstrøms

¹³ Main: en stor flod i Tyskland, som løber blandt andet gennem
Frankfurt am Main.

¹⁴ knapp (Adj.): knap, begrænset

¹⁵ heizen: at opvarme, at varme op
heizt,heizte, hat geheizt



>>>

Der Maler schreibt mir seine Adresse auf
55 einen Zettel und beschreibt mir auch den Weg.
Es scheint ihm wirklich wichtig zu sein.
Mutter sage ich nichts davon. Sie ist ängstlich.
Sie verbietet mir fast alles.

Vor ein paar Tagen sind in Berlin viele Menschen
60 auf der Straße gestorben¹⁶. Sie haben vom König
mehr Rechte gefordert¹⁷. Die Adligen sollen nicht
alles bestimmen. In der Zeitung soll nicht nur
das stehen, was dem König passt. Die Armen
sollen nicht verhungern¹⁸. Aber der König hat
65 keine Rechte geschickt, sondern Soldaten. Und
die haben geschossen¹⁹.

Seitdem hat Mutter Angst, dass so etwas auch
hier passiert. Mutter wünscht sich auch mehr
Rechte, aber sie hat Angst. Sie hat Angst vor
70 den Adligen. Dabei hat sie die noch nie aus der
Nähe gesehen. Sie hat Angst vor den Leuten
mit Geld. Dabei sind die nicht mehr als ein Name
für uns. Wir nähern für sie, aber wir bekommen
sie nicht zu Gesicht²⁰. Mutter hat Angst vor den
75 Soldaten. Die haben wir wirklich schon gesehen.
Wenn einem von uns etwas passiert, dann ist es
aus²¹. Wir können uns keinen Arzt leisten. Also
lieber keine Rechte. Und dringender als Rechte
brauchen wir Heizkohlen. März-Nächte können
80 noch sehr kalt sein.

Ich sage Mutter nichts vom Angebot des Malers.
Zwei Tage nach dem Spaziergang stehe ich vor
seinem Haus. Das Haus ist grau und schmutzig.
Bestimmt ist der Maler nicht berühmt. Es ist
85 mir egal. Ich brauche das Geld. Der Maler

höchstpersönlich²² öffnet mir die Tür. „Ach, das
Fräulein Lotte!“, ruft er. Noch heiße ich Lotte
für ihn.

Er führt mich in einen großen, hellen Raum. Hier
90 stehen keine Möbel, nur eine Leinwand²³ ist auf-
gespannt²⁴. Auf dem Boden sehe ich Gläser mit
Wasser oder Farbe. Ein paar Pinsel liegen herum.
In diesem Raum verbringe²⁵ ich die nächsten
zwei Wochen. An manchen Tagen kommt der
95 Maler und stellt sich vor die Leinwand. An anderen
Tagen kommt ein Freund von ihm und stellt sich
vor die Leinwand. Wer welchen Strich malt, das
merke ich nicht. Ich muss stillstehen mit dem
schweren Tuch um den Körper. Versuchen Sie
100 das mal! Versuchen Sie mal, mit so einem Tuch
still dazustehen, ohne dass es herumrutscht²⁶.
Viel Erfolg.

Und das Schwert. Ich soll auch noch ein
Schwert halten! Wissen Sie, wie schwer so ein
105 Schwert ist? Sehr schwer. Und das halte ich
lange hoch. Der Maler und sein Freund müssen
ihre Farben immer wieder neu mischen. Und ich
halte das Schwert. Mein Arm tut weh. Ich halte
das Schwert. „Du musst mich mutig anschauen“,
110 sagt der Maler zu mir. „Sieh mutig in die Zukunft.“
„Die traurige Germania haben wir schon vor
zwei Jahren gemalt«, sagt sein Freund. Also
schaue ich mutig. So mutig wie ich kann mit dem
blöden Schwert. Am fünften Tag steckt mir der
115 Freund des Malers auch noch Eichenzweige²⁷ ins
Haar. Die muss ich von da an jeden Tag tragen.
Manchmal kratzen sie. Aber ich schaue mutig.
So mutig, wie ich kann.

© Nora Bossong

¹⁶ sterben: at dø

stirbt, starb, ist gestorben

¹⁷ etw. fordern: at kræve noget

fordert etwas, forderte etwas, hat etwas gefordert

¹⁸ verhungern: at dø af sult

verhungert, verhungerte, ist verhungert

¹⁹ schießen: at skyde

schießt, schoss, hat geschossen

²⁰ jdn./etw. zu Gesicht bekommen: at se nogen/noget,

at få øje på nogen/noget

bekommt etwas zu Gesicht, bekam etwas zu Gesicht,

hat etwas zu Gesicht bekommen

²¹ dann ist es aus: så er der slut, så er det over

²² höchstpersönlich (Adj.): selveste, ingen ringere end

²³ die Leinwand, - e: lærred

²⁴ etw. auf|spannen: at spænde noget op

spannt etwas auf, spannte etwas auf, hat etwas aufgespannt

²⁵ verbringen: at tilbringe

verbringt, verbrachte, hat verbracht

²⁶ herum|rutschen: at smutte (rundt), at flytte sig

rutscht herum, rutschte herum, ist herumgerutscht

²⁷ der Eichenzweig, -e: egekvist



01 Lest Teil 1 von *Kohle und Leinwand*. Sprecht über diese Fragen:

- a) Wo arbeiten Lotte und ihre Familie?
- b) Ist die Familie arm oder reich? Findet Begründungen für eure Überlegungen im Text.
- c) Warum wohnt Lottes Familie in der Stadt?
- d) Warum geht Lotte mit einem Maler spazieren?
- e) Was möchte der Maler von Lotte?
- f) Lotte erzählt ihrer Mutter nichts von ihrer Arbeit für den Maler. Warum?



02 Was denken der Vater, die Mutter und Lotte über die Situation der Familie?



03 Lies noch einmal die Zeilen 89-118 auf Seite 44: Was muss Lotte im Atelier tun? Stell dir jetzt vor, du bist der Maler. Zeichne ein Bild von Lotte.



04 Der Maler möchte die Germania malen und benutzt Lotte als Modell. Recherchier im Internet: Wer ist die Figur „Germania“?



05 Was glaubst du: Wie geht die Geschichte weiter?



06 Unsere Assoziationen zu Demokratie

- 1. Runde:** Erstellt eine Mindmap mit Wortschatz zum Thema „Demokratie“.
- 2. Runde:** Alle Gruppen geben ihre Mindmap an eine neue Gruppe weiter.
Lest den Wortschatz auf eurer neuen Mindmap und ergänzt weitere Begriffe.
- 3. Runde:** Ihr erhaltet nun eure Mindmap zurück. Überprüft nun die Rechtschreibung aller Wörter in dieser Mindmap. Nutzt hierfür das Wörterbuch. Korrigiert Fehler und fügt bei Substantiven das Genus (der / die / das) und den Plural hinzu.
- 4. Runde:** Hängt die Mindmaps im Klassenraum auf. Schaut euch die Mindmaps der anderen Gruppen an.

Lest Teil 2 und arbeitet mit den Aufgaben nach Teil 2.

Teil 2

120 Als sie fertig sind mit dem Malen, nennen sie mich Germania. Keiner der beiden fragt mich, ob mir der Name gefällt. Natürlich nicht. Ich werde selten nach meiner Meinung gefragt. Dabei habe ich eine. „Du wirst unsterblich sein“, sagt der Maler.

Ich nicke und halte ihn für verrückt²⁸. Er meint bestimmt auch gar nicht mich. Sondern sich. Er hält sich für einen großen Künstler. Ein großer Künstler schafft unsterbliche Kunst. So toll finde ich das Bild nicht. Man erkennt mich. Gut. Das ist ja wohl das Mindeste.

„Germania“, sagt der Maler. Seine Stimme zittert. Er ist ganz gerührt von²⁹ sich selbst. Ich finde das etwas albern³⁰. Ich finde auch den Namen albern. Germania ist das Wort für Deutschland in lateinischer Sprache. Latein spricht wirklich niemand mehr! Aber es klingt für den Maler besser als Deutschland. Germania klingt wie ein Frauenname. Ich bin also ab jetzt Germania für ihn. So ein Unsinn³¹. Ich bin eine Frau, kein Land. Ich habe Augen, Nase, Mund. Ein Land hat Städte, Seen und Felder. Sehen Sie die Ähn-

lichkeit? Nein? Richtig, es gibt auch keine. Aber manche Leute haben viel Fantasie. Ich stelle nun also Deutschland dar³². Und heiße Germania. Nicht mehr Lotte. Meine Eltern haben sich doch etwas dabei gedacht, als sie mich Lotte getauft³³ haben! Und ich habe mich an den Namen gewöhnt³⁴. Lotte.

150 Der Maler erzählt mir, dass er für die Paulskirche arbeitet. Das ist eine Kirche in der Innenstadt. Ich bin ein paar Mal da gewesen. In der Paulskirche soll jetzt kein Gottesdienst mehr gefeiert³⁵ werden. Da soll ein Parlament tagen³⁶. Ein Parlament ist eine Versammlung von Abgeordneten. Die Abgeordneten sollen die Interessen der Leute vertreten³⁷. Im Parlament gibt es Abgeordnete von verschiedenen Parteien. Der einen Partei ist es zum Beispiel wichtig, dass die Fabrikbesitzer³⁸ ihre Waren leichter nach England verkaufen können. Die andere Partei will, dass jeder einen Arzt besuchen kann, auch Leute mit wenig Geld. Die Abgeordneten sprechen und streiten miteinander. Jemand schlägt etwas vor und dann stimmen sie gemeinsam darüber ab.
>>>

²⁸ verrückt (Adj.): skør, gal, vanvittig

²⁹ gerührt sein von etw.: at være rørt af noget
ist gerührt von etwas, war gerührt von etwas,
ist von etwas gerührt gewesen

³⁰ albern (Adj.): dum, fjollet

³¹ der Unsinn (nur Singular): vrøvl, sludder, pjat

³² etw. dar|stellen: at fremstille / repræsentere noget
stellt etwas dar, stellte etwas dar, hat etwas dargestellt

³³ jdn. taufen: at døbe nogen

taufte jemanden, taufte jemanden, hat jemanden getauft

³⁴ sich an etw./jdn. gewöhnen: at vænne sig til noget/nogen
gewöhnt sich an etwas, gewöhnte sich an etwas,
hat sich an etwas gewöhnt

³⁵ Gottesdienst feiern: at fejre / holde gudstjeneste
feiert Gottesdienst, feierte Gottesdienst,
hat Gottesdienst gefeiert

³⁶ tagen: at holde møde, at mødes
tagt, tagte, hat getagt

³⁷ jdn. / etw. vertreten: at repræsentere nogen / noget
vertritt jemanden, vertrat jemanden, hat jemanden vertreten

³⁸ der Fabrikbesitzer, -: fabriksejer



>>>

Ich glaube, es soll nicht so auffallen³⁹, dass in der Paulskirche nur Männer sitzen. Männer, von Männern gewählt. Darum haben sie eine Frau gemalt. Germania. Mich. Immerhin, es entscheiden

- 170 nicht mehr der König und die Adligen allein. Früher war das so. „Und der Adel hat sich vor allem für sich selbst interessiert“, sagt der Maler. „Jetzt werden die Abgeordneten vom Volk gewählt“, sagt er. Von den Leuten. Und ihre
- 175 Rechte werden von den Abgeordneten vertreten. Seltsam. Die Leute, von denen er redet, sind nur Männer. Das Volk, das wählen darf: Nur Männer. „Naja“, beruhigt mich der Maler. „Irgendwann können bestimmt auch Frauen wählen“.
- 180 „Irgendwann“, sage ich, „ist lange hin.“

Von dem Geld, das mir der Maler gegeben hat, kaufe ich Holzkohlen⁴⁰. Ich sage nur meinen beiden Schwestern, woher das Geld kommt. Mutter sage ich: Die Schneiderei hat mehr bezahlt.

- 185 Sie glaubt mir nicht. Aber sie fragt nicht weiter, denn es ist noch einmal kalt geworden. Ende März hagelt⁴¹ es und der Wind fegt durch⁴² die zerbrochenen Fensterscheiben. Im April werde ich krank. Vielleicht habe ich mich in der
- 190 Wohnung des Malers verkühlt, als ich so lange mit dem Tuch dastehen musste. Ich liege mit Fieber im Bett. Alles um mich herum ist verschommen⁴³. Mein Körper glüht⁴⁴. Ich weiß nicht, ob es Tag oder Nacht ist. Ich höre Vater

- 195 sagen: „Wir haben kein Geld für einen Arzt.“ Und meine Mutter sagt: „Aber wir müssen jemanden holen. Jemand muss nach Lotte sehen.“

- „Du wirst unsterblich sein“, höre ich den Maler flüstern⁴⁵. Dabei ist er gar nicht in der Wohnung.
- 200 Ich weiß nicht, ob ich schlafe oder wache⁴⁶. Jemand wickelt mir kalte Tücher um die Beine. Eine Hand streicht über meine Stirn. Ich höre Lärm von der Straße. Schüsse. Vielleicht fantasieiere ich bloß. Dann wird alles dunkel. Dunkel
- 205 und heiß.

- Vielleicht bin ich jetzt unsterblich. Ich bin fünf Meter hoch und zwei Meter breit. Ich bin Ölfarbe und Leinwand. In der Paulskirche verdecken sie mit mir die Orgel. Ich finde Orgelmusik schön.
- 210 Aber um Musik geht es den Leuten nicht. Die Paulskirche soll nicht mehr aussehen wie eine Kirche. Hier geht es jetzt um die Politik. Es sollen Menschen entscheiden, nicht mehr Gott oder der König. Gott ist ab sofort Privatsache.
- 215 Und der König soll sich an das halten, was im Parlament beschlossen wird. Das bedeutet Demokratie.

- Die Macht geht von den Menschen aus. Von allen. Naja. Alle zählen nicht dazu. Aber vielleicht
- 220 ändert sich das ja mal. Vielleicht heißt Demokratie irgendwann, dass die Macht wirklich von allen ausgeht. Dass alle wählen dürfen. Auch die Frauen.

© Nora Bossong

³⁹ auf|fallen: at falde i øjnene
fällt auf, fiel auf, ist aufgefallen

⁴⁰ die Holzkohle, -n: trækul

⁴¹ hageln: at hagle
hagelt, hagelte, hat gehagelt

⁴² der Wind fegt durch: her:
vinden suser / piber igennem

⁴³ verschommen (Adj.): sløret, uskarp

⁴⁴ glühen: her: at være meget varm
glüht, glühte, hat geglüht

⁴⁵ flüstern: at hviske
flüstert, flüsterte, hat geflüstert

⁴⁶ wachen: her: at være vågen
wacht, wachte, hat gewacht





07

Besprecht diese Fragen:

- a) Der Maler nennt sein Bild „Germania“. Wie findet Lotte diesen Namen?
- b) Lotte vergleicht sich mit dem Bild. Welche Unterschiede gibt es zwischen ihr und Germania?
- c) In der Paulskirche gibt es nun ein Parlament mit Politikern. Welche Ziele haben sie?
- d) Was geschieht mit Lotte?



08

Lest das Zitat aus dem Text:



„Die Macht geht von den Menschen aus. Von allen. Na ja. Alle zählen nicht dazu. Aber vielleicht ändert sich das ja mal. Vielleicht heißt Demokratie irgendwann, dass die Macht wirklich von allen ausgeht. Dass alle wählen dürfen. Auch die Frauen.“

(Seite 47, Zeilen 218-223)

- a) Übersetzt das Zitat ins Dänische.
- b) Erstellt gemeinsam eine Mindmap. Was wisst ihr über Demokratien? Welche Formen von Demokratie gibt es? Wer hat heute die Macht in einer Demokratie? Wer darf wählen? Wer nicht? Nutzt gerne die Wortschatzmindmaps aus Aufgabe 6.



Lest Teil 3 und arbeitet mit den Aufgaben nach diesem Textabschnitt.

Teil 3

225 Einen Altar gibt es nicht mehr. Da steht jetzt ein
Präsidenten-Tisch. Das ist der Tisch, an dem
der wichtigste Mann der Versammlung sitzt.
Frauen gibt es ja nicht. Nur mich auf dem Bild.
Fünf Meter hoch und zwei Meter breit. Ölfarbe
230 auf Leinwand.

Sie bauen noch. Jeden Tag kommen Handwerker.
Eine Heizung⁴⁷ wird in der Paulskirche eingebaut.
Es ist eine Zentralheizung⁴⁸. So etwas habe ich
noch nie gesehen. Sogar in den Fußboden⁴⁹

235 bauen sie eine Heizung ein. Früher haben hier
mal Bettelmönche⁵⁰ gelebt. Und jetzt: Eine Fuß-
bodenheizung! Ich finde das ein bisschen über-
trieben⁵¹. Kohlen zum Heizen haben mir immer
gereicht. Aber mich fragt ja keiner. Mich fragt
240 nie jemand. Die meisten nehmen mich gar nicht
wahr. Und ich glaube, das ist ihr Problem. Das
ist das Problem mit den Leuten. Als das Parla-
ment eröffnet wird, sieht keiner zu mir hoch. Es
gibt auch kein Gebet⁵². „Dabei gehört das Beten
245 doch in die Kirche“, sagt einer der Abgeordneten.
Ein anderer sagt: „Du kannst zu Hause beten. Du
kannst auch vor der Sitzung⁵³ in die Katharinen-
Kirche gehen. Die Paulskirche ist jetzt ein Parla-
ment. Gott kann bei am Küchentisch sitzen. Hier
250 hat er nichts mehr zu sagen.“

Einmal kommen meine Schwestern in die Pauls-
kirche. Beide tragen schwarz. Sie stehen am
Rand, hinter den Bänken. Die Sitzung des Parla-
ments hat noch nicht angefangen. Es ist sehr
255 früh am Morgen. So früh wie meine Schwestern
sind die Abgeordneten nicht da. Meine Schwestern
sehen sich das Bild von mir an. Dann gehen sie
schnell wieder zum Ausgang.

„Ich weiß nicht, wie man sich hier richtig
260 benimmt⁵⁴“, flüstert Lieschen. Die Abgeordneten
benehmen sich auch nicht immer richtig! Das
möchte ich meinen Schwestern am liebsten
zurufen. Aber ich bin nur noch Ölfarbe auf einer
Leinwand. Ich habe keine Stimme mehr. Und die
265 beiden würden mir auch nicht glauben. „Das ist
ja alles so elegant“, sagt Karla. „Bei uns zu Hause
ist es einfacher.“ Das stimmt. Wir haben keine
Heizung. Eine Heizung im Fußboden können
sich meine Schwestern nicht einmal vorstellen.
270 Zum Beten sind wir immer in die Katharinen-
Kirche gegangen. Wenn wir Zeit hatten. Meistens
hatten wir keine Zeit, wir mussten arbeiten. Ich
habe jetzt viel Zeit. Ich bin nur noch ein Bild.
>>>

⁴⁷ die Heizung, -en: radiator

⁴⁸ die Zentralheizung, -en: centralvarme

⁴⁹ der Fußboden, -e: gulv

⁵⁰ der Bettelmönch, -e: tiggermunk

⁵¹ übertrieben (Adj.): overdrevet

⁵² das Gebet, -e: bøn

⁵³ die Sitzung, -en: her: møde

⁵⁴ sich benehmen: at opføre sig ordentligt
*benimmt sich, benahm sich,
hat sich benommen*



>>>

„Sie müssen jetzt die Kirche verlassen“, sagt der
275 Hausmeister⁵⁵ zu meinen Schwestern. „Gleich
wird getagt.“ Man will meine Schwestern nicht.
Einen Bürgermeister⁵⁶ oder eine Gräfin⁵⁷ würden
sie nicht so rauswerfen⁵⁸. Wir sind einfache Leute.
Einfache Leute. Das sagt man so. Dabei sind
280 wir nicht einfach. Wir sind arm. Das ist etwas
anderes.

Im Parlament reden die Männer von Gleichheit.
Sie reden davon, dass alle die gleichen Rechte
haben sollen. Die Männer tragen teure Kleidung.
285 Sie fahren mit Kutschen⁵⁹ zur Paulskirche. Einige
haben Diener⁶⁰ und besitzen Fabriken oder
große Schneidereien. Sie wollen nicht gleich
sein mit meiner Familie. Sie wollen bloß, dass die
Adligen ihnen nicht mehr alles vorschreiben⁶¹.
290 Sie wollen nicht Leute wie meine Eltern besser
bezahlen. Sie wollen nur gleich mit Leuten sein,
die mehr haben als sie. Nicht mit Leuten, die
weniger haben. Aber ich will nicht meckern⁶².
Das ist ein erster Versuch mit dem Parlament.
295 Vorher war es noch schlechter. Früher waren
Bauern⁶³ keine Menschen, sondern Besitz⁶⁴.

Sie haben mich abgehängt⁶⁵. Erst werde ich für
die Ewigkeit gemalt und dann nach anderthalb
Jahren abgehängt. „Der Versuch ist gescheitert⁶⁶“,
300 sagt der Hausmeister zu mir. Nein, eigentlich
sagt er es zu sich. „Der Versuch mit dem Parla-

ment und der Gleichheit und den Rechten für
alle“, sagt der Hausmeister. Deshalb soll auch
ich hier nicht mehr hängen. Zwei Männer helfen
dem Hausmeister. Sie packen mich und hängen
305 mich ab. Dann sollen sie wenigstens auch
die blöden Eichenblätter⁶⁷ aus meinem Haar
abhängen. Aber nein, das geht natürlich nicht.
Ich werde einfach in den Keller geräumt, mit
den Eichenblättern. Der Keller ist kalt und
310 feucht. Kälter und feuchter als unsere Wohnung.

Und oben? Da wird der Sitzungssaal des Parla-
ments wieder zum Kirchenraum. Zurück zur Orgel.
Zurück zum Adel. Dafür habe ich doch nicht in
315 der Wohnung des Malers gefroren. Dafür habe
ich doch nicht über Stunden das blöde Schwert
hochgehalten. Aber das interessiert den Haus-
meister nicht. Er achtet nicht auf mich⁶⁸.
So wenig, wie die Abgeordneten auf mich
320 geachtet haben. Immerhin hat er eine Lampe
dabei. Endlich sieht er mich an. Warum hat er
mich früher nicht angesehen, als ich noch an
der Wand hing? Der Hausmeister setzt sich auf
eine Holzbank, raucht eine Pfeife⁶⁹ und sieht
325 mich weiter an. Er sagt: „Weißt Du, Germania, sei
froh, dass du ein Bild bist. Das Leben draußen
ist nicht einfacher geworden. Aber ich glaube,
irgendwann wird es klappen⁷⁰. Mit dem Parla-
ment. Mit den Rechten für alle. Und vielleicht
330 holen sie dich dann wieder aus dem Keller hoch.“

© Nora Bossong

⁵⁵ der Hausmeister, -: vicevært

⁵⁶ der Bürgermeister, -: borgmester

⁵⁷ die Gräfin, -nen: grevinde

⁵⁸ jdn. raus|werfen: at smide nogen ud
virft jemanden raus, varf jemanden raus,
hat jemanden rausgeworfen

⁵⁹ die Kutsche, -n: hestevogn

⁶⁰ der Diener, -: tjener

⁶¹ jdm. etw. vor|schreiben:
at foreskrive noget til nogen, at påbyde nogen noget
schreibt jemandem etwas vor, schrieb jemandem etwas vor,
hat jemandem etwas vorgeschrieben

⁶² meckern: at brokke sig
meckert, meckerte, hat gemeckert

⁶³ der Bauer, -n: bonde

⁶⁴ der Besitz, -e: ejendom

⁶⁵ etw. ab|hängen: at tage noget ned

hängt etwas ab, hängte etwas ab, hat etwas abgehängt

⁶⁶ scheitern: at mislykkes
scheitert, scheiterte, ist gescheitert

⁶⁷ das Eichenblatt, -er: egeblad

⁶⁸ auf jdn. /etw. achten: at være opmærksom på nogen / noget,
at lægge mærke til nogen / noget
achtet auf jemanden, achtete auf jemanden,
hat auf jemanden geachtet

⁶⁹ die Pfeife, -n: pibe

⁷⁰ klappen: at lykkes
klappt, klappte, hat geklappt





09

Erstell eine Liste:

- a) Was verändert sich in der Paulskirche, als sie zu einem Parlament wird?

Notier auch die Zeile im Text.

*Einen Altar gibt es nicht mehr. Jetzt steht in der Paulskirche ein Präsidenten-Tisch.
(Zeile 225)*

- b) Lotte beschreibt Unterschiede zwischen armen Menschen und den reichen Menschen im Parlament. Welche Unterschiede nennt sie? Notier auch die Zeile im Text.

- c) Lotte sagt: „Das ist ein erster Versuch mit dem Parlament“ (Zeile 294).

Was ist gut gelungen an dieser ersten Demokratie? Was ist an ihr nicht gut?

Find Argumente im Text und notier auch die genauen Zeilen.

- d) Vergleicht eure Ergebnisse in der Klasse.

HIER GEHT'S WEITER!

10

Nun kennst du die komplette Kurzgeschichte „Kohle und Leinwand“.

Schreib einen Text und beschreib die Figur Lotte.

Diese Fragen können helfen:

**Werkzeugkasten 2**

- Wer ist Lotte (Alter, soziale Situation, Job, Familie, ...)?
- Wie sieht sie aus?
- Wie ist ihr Charakter?
- Wie verhält sie sich gegenüber anderen Personen?
- Was findest du persönlich interessant oder besonders an Lotte?

Der Text soll ca. 100–120 Wörter lang sein.



Exkurs: Die deutsche Revolution 1848 / 1849



01

Schau dir hier über diesen Link die Paulskirche an.

Was denkst du über diesen Ort? Was findest du interessant?



Link zum Video:

<https://3d.zdf.de/paulskirche-frankfurt-nationalversammlung-1848/>



02

Lest den Zusatztext „Die deutsche Revolution 1848/1849“ und beantwortet diese Fragen:

- Warum gab es 1848/1849 eine Revolution im Deutschen Bund?
- Warum war die Nationalversammlung so besonders?
- Warum erinnert man sich noch heute in Deutschland an die Revolution von 1848/1849?
- Welche Verbindungen seht ihr zwischen Nora Bossongs Text „Kohle und Leinwand“ und den Zusatzinformationen?

Die deutsche Revolution 1848/1849

Die Französische Revolution war der Auslöser für viele Revolutionen in Europa. 1848 kam es auch im Deutschen Bund zu Aufständen¹. Der Deutsche Bund war ein Staatenbund und bestand aus vielen kleinen und großen Staaten. Es gab damals noch kein Deutschland, wie wir es heute kennen.

In der Zeit vor der Revolution, dem sogenannten Vormärz, litten Bauern und Arbeiter unter schlechten Lebens- und Arbeitsbedingungen und forderten deshalb Veränderungen. Auch das Bürgertum² war unzufrieden. Es wollte mehr Mitbestimmung³ in der Politik. Die Macht lag zu dieser Zeit bei den Adligen⁴. Sie forderten zum Beispiel politische Mitbestimmung, die Einführung eines Parlaments, eine Verfassung⁵, Pressefreiheit⁶ und unabhängige Gerichte⁷. In manchen Ländern wie Österreich und Preußen kam es zu Demonstrationen und Barrikadenkämpfen⁸ mit den Soldaten der Herrscher.

Am Anfang hatten die Revolutionäre Erfolg. 1848 fanden die ersten demokratischen Wahlen statt.

In Frankfurt traf sich ein frei gewähltes gesamtdeutsches Parlament in der Paulskirche. Dieses Parlament hieß Nationalversammlung. Die schwarz-rot-goldene Fahne⁹ wurde zum Symbol für Freiheit und Einheit. Die Nationalversammlung sollte entscheiden, wie das Land in Zukunft regiert werden sollte, welche Gebiete dazugehören und wer das Staatsoberhaupt sein sollte. Darüber stritten die Abgeordneten¹⁰ lange. Am Ende einigte man sich auf eine konstitutionelle Monarchie¹¹. Der preußische König sollte Kaiser werden, doch er lehnte ab¹². Er wollte seine Macht nicht vom Volk erhalten, sondern sah sich von Gott eingesetzt.

Danach verließen¹³ viele Abgeordnete die Nationalversammlung. Die übrigen wurden von Soldaten an ihrer Arbeit gehindert¹⁴. In den folgenden Monaten wurden weitere Aufstände niedergeschlagen¹⁵. Viele Menschen flohen¹⁶ ins Ausland. 1849 hatten die Adligen wieder die Macht. Trotzdem gilt die Revolution von 1848 als wichtiger Schritt auf dem Weg zu einem demokratischen Deutschland.

¹ der Aufstand, -e: oprør

² das Bürgertum (nur Singular): borgerskab

³ die Mitbestimmung, -en: medbestemmelse

⁴ der Adelige, -n: adel

⁵ die Verfassung, -en: forfatning, grundlov

⁶ die Pressefreiheit, -en: pressefrihed

⁷ das Gericht, -e: ret

⁸ der Barrikadenkampf, -e: kamp på barrikader

⁹ die Fahne, -n: flag

¹⁰ der / die Abgeordnete, -n: parlamentsmedlem

¹¹ konstitutionelle Monarchie: konstitutionelt monarki

¹² ab|lehnen: at afvise, at nægte
lehnt ab, lehnte ab, hat abgelehnt

¹³ verlassen: at forlade
verlässt, verließ, hat verlassen

¹⁴ wurden an ... gehindert: blive hindret i ...

¹⁵ nieder[schlagen]: at slå ned
schlägt nieder, schlug nieder, hat niedergeschlagen

¹⁶ fliehen: at flygte
flieht, floh, geflohen





2



DEMOKRATISCHE STRUKTUREN: WIE FUNKTIONIERT DEMOKRATIE HEUTE?

Einstieg in das Thema: Was ist Demokratie?

LOS GEHT'S

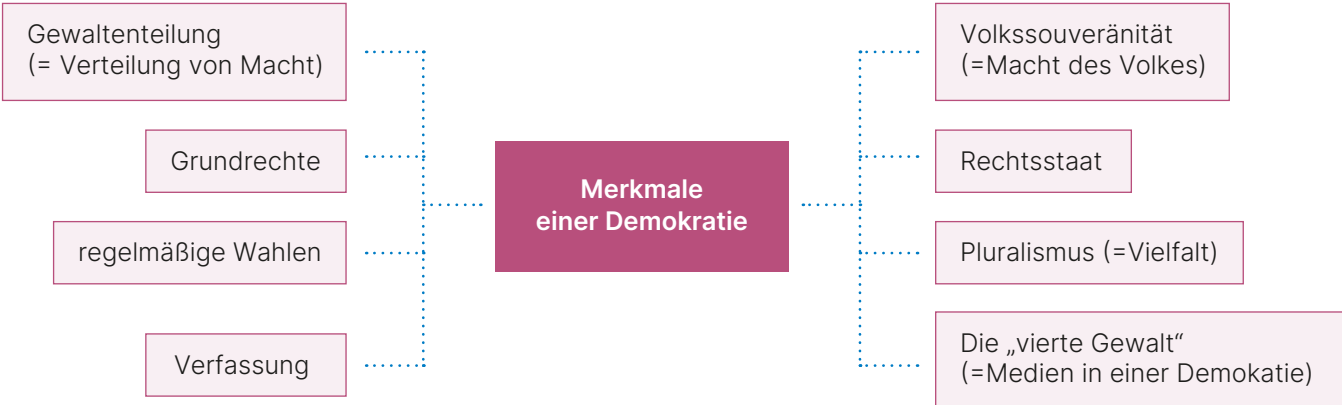
Info: Demokratie

Wir sprechen häufig vom Begriff „Demokratie“, doch was ist das eigentlich? Eine Demokratie bezeichnet eine Staatsform. In einer Demokratie geht die Macht im Staat vom Volk aus. Demokratie kann man auch als „Volksherrschaft“ bezeichnen. Die Begriffe in der Mindmap gehören alle zu den Merkmalen einer Demokratie.



01 Demokratie: Was bedeutet das für mich?

- a) Lest den Einleitungstext und sprecht über diese Frage: Was bedeutet Demokratie für euch?
- b) Schreibt eure eigenen Überlegungen zu den Begriffen in der Mindmap auf. Was ist mit ihnen gemeint? Welche Assoziationen habt ihr?





Merkmale von Demokratie

WORUM GEHT'S?



01

Lest in eurer Gruppe eure Texte. Was bedeuten eure Begriffe? Was ist in euren Texten besonders wichtig? Macht euch Notizen!



- 1 Gruppe 1: Macht des Volkes & regelmäßige Wahlen
- 2 Gruppe 2: Rechtsstaat & Verteilung von Macht
- 3 Gruppe 3: Verfassung & Grundrechte
- 4 Gruppe 4: Vielfalt & Medien in einer Demokratie

Gruppe 1



Macht des Volkes

In einer Demokratie geht die Macht vom Volk aus. Das bedeutet: Die Menschen entscheiden überall mit. Oder: Sie beauftragen¹ jemanden, der für sie entscheidet. Das macht das Volk mit einer Wahl². Das steht auch im Grundgesetz von Deutschland. Das Grundgesetz ist das wichtigste Gesetz³ von Deutschland. Das Grundgesetz gilt immer und für jeden. Man nennt das Grundgesetz auch: Verfassung. Die Stelle im Gesetz heißt: Artikel 20. Darin steht: Die Menschen in Deutschland entscheiden überall mit.

Alle paar Jahre gibt es dafür Wahlen. Bei einer Wahl können die Menschen entscheiden, wer regieren⁴ soll. Aber: Die Regierung⁵ hat **nicht** alleine die Macht. Andere Einrichtungen⁶ kontrollieren die Regierung. Es gibt 3 wichtige Aufgaben im Staat. Sie heißen:

- Gesetzgebung⁷
- Regierung und Ausübung⁸
- Rechtsprechung⁹

Regelmäßige Wahlen

Die Menschen in Deutschland entscheiden also mit. Dafür gibt es regelmäßige Wahlen. Bei einer Wahl wählen die Menschen Vertreter¹⁰ mit einer ähnlichen¹¹ Meinung. Die Vertreter entscheiden dann für die Menschen. Die Vertreter wählt man für eine bestimmte Zeit. Dann gibt es neue Wahlen und neue Vertreter.

Manche Politiker wählt man in Deutschland direkt. Zum Beispiel:

- Vertreter für den Bundestag¹²
- Vertreter für die Landtage¹³
- Stadträte¹⁴ oder Gemeinderäte¹⁵

Manche Politiker wählt man **nicht** direkt. Die Menschen in Deutschland wählen zuerst die Vertreter. Die Vertreter machen dann eine andere Wahl. Zum Beispiel:

- Die Vertreter im Bundestag wählen den Bundeskanzler¹⁶.
- Die Vertreter in den Landtagen von den Bundesländern¹⁷ wählen die Ministerpräsidenten¹⁸.

Manchmal gibt es eine Wahl zu einer bestimmten Frage. Zum Beispiel: Soll in meiner Stadt eine neue Straße gebaut werden oder **nicht**? Bei so einer Wahl entscheiden die Menschen direkt. Das nennt man dann: direkte Demokratie. Direkte Demokratie gibt es bei Wahlen in einer Stadt oder in einem Bundesland. Diese Art von Wahlen gibt es nur dann, wenn ein bestimmtes Thema wichtig ist.

1 jdn. beauftragen: at beordre / bestille nogen (til at gøre noget)
beauftragt, beauftragte, hat beauftragt
2 die Wahl, -en: valg
3 das Gesetz, -e: lov
4 regieren: at regere
regiert, regierte, hat regiert
5 die Regierung, -en: regering

6 die Einrichtung, -en: institution
7 die Gesetzgebung, -en: lovgivning
8 die Ausübung, -en: udøvelse
9 die Rechtsprechung, -en: rettsens udøvelse
10 der Vertreter, -: repräsentant
11 ähnlich (Adj.): lignende
12 der Bundestag, -e: forbundsdag (det tyske føderale parlament)

13 der Landtag, -e: parlament i en tysk delstat
14 der Stadtrat, -e: byråd
15 der Gemeinderat, -e: kommunalbestyrelse
16 der Bundeskanzler, -: forbundskansler, den tyske regeringschef
17 das Bundesland, -er: delstat
18 der Ministerpräsident, -en: regeringschef i en tysk delstat



Gruppe 2

STAATSGEWALT



Verteilung¹ von Macht

In einem Staat gibt es 3 wichtige Aufgaben²:

- **Gesetzgebung**³
Die Gesetzgebung macht neue Gesetze⁴.
In Deutschland machen das zum Beispiel die Politiker im Bundestag⁵ und im Landtag⁶.
- **Regierung⁷ und Ausübung⁸**
Die Regierung macht die Ausübung.
Das bedeutet: Sie kümmert sich darum, dass:
- die Menschen sich an die Gesetze halten⁹
- die Gesetze richtig umgesetzt¹⁰ werden
Dafür stellt die Regierung zum Beispiel Polizisten ein¹¹.
- **Rechtsprechung**
Die Rechtsprechung kontrolliert:
Hat jemand ein Gesetz gebrochen¹² oder nicht?
In Deutschland machen das die Gerichte¹³.

In einer Demokratie ist wichtig:

- Jede Aufgabe liegt bei einer anderen Einrichtung¹⁴ oder einem anderen Amt¹⁵.
- Diese Einrichtungen oder Ämter beeinflussen¹⁶ sich **nicht gegenseitig**¹⁷.
- Die Einrichtungen und Ämter kontrollieren sich gegenseitig.

So bekommt **keine** Einrichtung zu viel Macht.
Man sagt auch: Die Macht ist verteilt¹⁸

Rechtsstaat

Wichtig ist: In einer Demokratie halten sich alle an¹⁹ die Gesetze. Das gilt für:

- die Menschen in Deutschland
- die Ämter und Behörden²⁰
- die Organisationen, die zum Staat gehören

Wenn der Staat sich an die Gesetze hält, dann nennt man ihn auch: Rechtsstaat.

Es gibt viele verschiedene Gesetze in Deutschland. Die wichtigsten Gesetze heißen: das Grundgesetz. Und es gibt noch andere Gesetzbücher. Zum Beispiel:

- das Bürgerliche Gesetzbuch
- das Strafgesetzbuch

Darin steht ganz genau: Das darf man machen und das **nicht**.

In einem Rechtsstaat gilt: Die gewählten Vertreter²¹ müssen die Gesetze einhalten. Das ist wichtig. Denn: Der Staat darf **nicht** alles tun. So ist die Freiheit von den Menschen in diesem Staat sicher.

In einem Rechtsstaat gilt auch:

- Für alle Menschen gelten die gleichen Gesetze.
- Die Menschen können sich auf die Gesetze verlassen²².
- Die Menschen wissen: Diese Rechte haben die Menschen und diese Folgen gibt es, wenn man sich **nicht** an ein Gesetz hält.



¹ die Verteilung, -en: fordeling

² die Aufgabe, -en: opgave

³ die Gesetzgebung, -en: lovgivning

⁴ das Gesetz, -e: lov

⁵ der Bundestag, -e: forbundsdag (det tyske føderale parlament)

⁶ der Landtag, -e: parlament i en tysk delstat

⁷ die Regierung, -en: regering

⁸ die Ausübung, -en: udøvelse

⁹ sich an etw. halten: at overholde noget
*hålt sich an etwas, hielt sich an etwas,
hat sich an etwas gehalten*

¹⁰ etw. um|setzen: at omsætte noget (til noget)
*setzt etwas um, setzte etwas um,
hat etwas umgesetzt*

¹¹ jdn. ein|stellen: her: at ansætte nogen
*stellt jemanden ein, stellte jemanden ein,
hat jemanden eingestellt*

¹² ein Gesetz brechen: at bryde / overtræde en lov
*bricht ein Gesetz, brach ein Gesetz,
hat ein Gesetz gebrochen*

¹³ das Gericht, -e: ret / domstol

¹⁴ die Einrichtung, -en: institution

¹⁵ das Amt, -er: myndighed, offentligt kontor

¹⁶ beeinflussen: at påvirke

beeinflusst, beeinflusste, hat beeinflusst
¹⁷ gegenseitig (Adj.): hinanden, gensidig

¹⁸ verteilt sein: at være fordelt
ist verteilt, var verteilt, ist verteilt gewesen

¹⁹ sich halten an etw.: at overholde noget
*hålt sich an etwas, hielt sich an etwas,
hat sich an etwas gehalten*

²⁰ die Behörde, -n: myndighed

²¹ der Vertreter, -: repræsentant

²² sich auf etw. / jdn. verlassen:

*at stole på noget / noget
verlässt sich auf etwas, verließ sich auf
etwas, hat sich auf etwas verlassen*

Gruppe 3

Verfassung

Die Verfassung von einem Staat ist das wichtigste Gesetz. Alle Menschen und die Regierung¹ müssen sich an die Verfassung halten². In der Verfassung steht:

- Diese Rechte³ haben alle Menschen.
- So funktioniert der Staat.
- Das dürfen die Einrichtungen⁴ vom Staat machen.
- So funktionieren die Gerichte⁵.

Die Verfassung von Deutschland heißt auch: Grundgesetz.

Eine Verfassung bleibt **nicht** immer gleich. Manchmal können Teile von der Verfassung auch geändert werden. Aber: In Deutschland dürfen manche Teile von der Verfassung **nicht** geändert werden. Zum Beispiel:

- die Grundrechte⁶ von den Menschen
- die Aufteilung⁷ von den Bundesländern⁸
- Wie die Bundesländer bei der Gesetzgebung⁹ mitmachen.



Grundrechte

In einer Demokratie ist wichtig: Die Regierung hält die Grundrechte ein. Das sind die wichtigsten Rechte von allen Menschen. Jeder Mensch hat diese Rechte ab seiner Geburt¹⁰. Man nennt die Grundrechte manchmal auch: Menschenrechte.

Die Grundrechte schützen¹¹ die Menschen. Denn: Jeder Mensch ist wichtig und hat das Recht gut behandelt¹² zu werden. Man nennt das auch: Menschenwürde¹³. Die Grundrechte schützen die Menschenwürde.

Für die Grundrechte gilt: Sie gelten immer und überall und für¹⁴ jeden. **Niemand** darf sie wegnehmen¹⁵. Sie müssen immer alle eingehalten¹⁶ werden.

Es gibt viele verschiedene Grundrechte. Zum Beispiel:

- Recht auf Freiheit
 - Recht auf eine eigene Meinung
 - Recht auf freies Aussuchen¹⁷ einer Religion
- Sie sind wichtig für das Zusammenleben¹⁸ von allen Menschen.

Wichtig ist: Die Regierung von einer Demokratie darf die Grundrechte **nicht** verändern oder abschaffen. Deshalb gibt es im Grundgesetz von Deutschland einen bestimmten Abschnitt¹⁹. Er heißt: Artikel 79 oder Ewigkeitsklausel. Darin steht: Die Regierung darf die Grundrechte **nie** verändern.



¹ die Regierung, -en: regering
² sich halten an etw.: holde sig til noget, overholde noget
hålt sich an etwas, hielt sich an etwas, hat sich an etwas gehalten
³ das Recht, -e: rettighed
⁴ die Einrichtung, -en: institution
⁵ das Gericht, -e: ret, domstol
⁶ das Grundrecht, -e: grundlæggende / centrale rettigheder

⁷ die Aufteilung, -en: opdeling
⁸ das Bundesland, -er: delstat
⁹ die Gesetzgebung, -en: lovgivning
¹⁰ die Geburt, -en: fødsel
¹¹ schützen: at beskytte
schützt, schützte, hat beschützt
¹² behandeln: at behandle
behandelt, behandlede, hat behandlet
¹³ die Menschenwürde, -n: menneskeværdighed,

menneskelig værdighed
¹⁴ gelten für: at gælde for
gilt für, galt für, hat gegolten für
¹⁵ etw. weg|nehmen: at tage noget (fra nogen)
nimmt weg, nahm weg, hat weggenommen
¹⁶ etw. ein|halten: at overholde noget
hålt ein, hielt ein, hat eingehalten
¹⁷ das Aussuchen: valg
¹⁸ das Zusammenleben: samliv
¹⁹ der Abschnitt, -e: afsnit



Gruppe 4

Vielfalt

In einer Demokratie ist wichtig: Es gibt Vielfalt¹. Das bedeutet: In dem Staat leben Menschen:

- mit unterschiedlichen² Interessen
- mit unterschiedlichen Zielen³
- mit unterschiedlichen Meinungen
- mit unterschiedlichen Religionen

Das ist gut. Denn: Jeder hat ein Recht darauf⁴.

Vielfalt bedeutet auch: Es gibt viele verschiedene Einrichtungen⁵ in einem Land. Zum Beispiel:

- Fernsehen und Radio
- Parteien
- Verbände⁶ und Vereine⁷

Diese Einrichtungen haben auch viele verschiedene Meinungen.

Wichtig ist: Alle halten sich an⁸ die Gesetze⁹ und Regeln, auch wenn sie unterschiedliche Meinungen haben. Und alle sind sich einig: In einer Demokratie entscheidet¹⁰ die Mehrheit.



Medien in einer Demokratie

Medien sind zum Beispiel:

- Fernsehen
- Radio
- Zeitung¹¹

In einer Demokratie ist wichtig: Die Regierung¹² beeinflusst¹³ die Medien **nicht**. Und: Die Medien dürfen frei entscheiden¹⁴, was sie machen. Das nennt man auch: Medienfreiheit.

Die Medien haben auch Aufgaben im Staat. Manchmal nennt man die Medien deshalb auch: die vierte Macht¹⁵.

Die Medien helfen den Menschen:

- Infos zu bekommen
- eine eigene Meinung zu haben

¹ die Vielfalt (nur Singular): mangfoldighed

² unterschiedlich (Adj.): forskellig

³ das Ziel, -e: mål

⁴ ein Recht auf etw. haben: at have ret til noget
hat ein Recht auf etwas, hatte ein Recht auf etwas, hat ein Recht auf etwas gehabt

⁵ die Einrichtung, -en: institution

⁶ der Verband, -e: forening, forbund

⁷ der Verein, -e: forening

⁸ sich halten an etw.: at overholde noget
hält sich an etwas, hielt sich an etwas, hat sich an etwas gehalten

⁹ das Gesetz, -e: lov

¹⁰ entscheiden: at beslutte
entscheidet, entschied, hat entschieden

¹¹ die Zeitung, -en: avis

¹² die Regierung, -en: regering

¹³ beeinflussen: at påvirke
beeinflusst, beeinflusste, hat beeinflusst

¹⁴ entscheiden: at beslutte
entscheidet, entschied, hat entschieden

¹⁵ die Macht, -e: magt





02

Setzt euch nun in neuen Gruppen zusammen.

Es muss mindestens eine Person aus jeder Gruppe dabei sein.
Erklärt euch gegenseitig eure Merkmale.



03

Sprecht nach der Gruppenarbeit über eure Mindmaps aus Aufgabe 1b im Themeneinstieg.

Was wusstet ihr schon vor der Arbeit mit den Texten?
Welche Informationen waren neu für euch?

HIER GEHT'S WEITER!



04

Recherchiert im Internet und sprecht in eurer Gruppe über diese Fragen:

- a) In Deutschland gibt es 16 Bundesländer. Welche Rolle spielen die Bundesländer für Demokratie?
- b) Gibt es Unterschiede zwischen Demokratie in Dänemark und Deutschland?
- c) Wie funktioniert Demokratie in der Schweiz und in Österreich?





3



DEMOKRATIE IN DER SCHULE: WIE VIEL MITBESTIMMUNG IST MÖGLICH?

Einstieg in das Thema: Demokratie an deiner Schule

LOS GEHT'S



01

Beschreibt euch gegenseitig die Bilder. Welche Verbindungen gibt es zum Begriff „Demokratie“?

Werkzeugkasten 1





02

Lies die Aussagen in der Tabelle und denk an deine Schule.
Stimmst du ihnen zu oder nicht? Kreuz an.

	ja	eher ja	weiß ich nicht	eher nein	nein
Schüler und Schülerinnen dürfen in der Schule mitentscheiden.					
Lehrer und Lehrerinnen entscheiden alles.					
Schüler und Schülerinnen dürfen ihre Meinung sagen.					
Die Schulleitung und die Lehrer und Lehrerinnen hören den Schülern und Schülerinnen zu.					
Schüler und Schülerinnen werden gefragt, bevor Regeln geändert werden.					
Die Regeln an der Schule gelten für alle.					
An meiner Schule können Schüler und Schülerinnen ihre Interessen einbringen (z.B. in AGs oder Vereinen).					
Ich habe die gleichen Rechte und Pflichten wie die anderen Schüler und Schülerinnen.					
Meine Schule ist demokratisch.					



03

Vergleich deine Antworten zunächst mit einer anderen Person.
Besprecht danach gemeinsam in der Klasse, warum ihr so geantwortet habt.





04 Ordne die Begriffe den Erklärungen zu.

der Klassensprecher, - / die Klassensprecherin, -nen	1	a	→ Eine Person, die unterrichtet. Sie erklärt den Unterrichtsstoff und hilft den Schülern und Schülerinnen beim Lernen.
die Schülerversammlung, -en	2	b	→ Die Personen, die eine Schule leiten. Sie treffen wichtige Entscheidungen für die Schule.
die Schulleitung, -en	3	c	→ Das sind die Regeln der Schule. Alle müssen diese Regeln beachten.
der Stellvertreter, - / die Stellvertreterin, -nen	4	d	→ Eine Person, die in die Schule geht. Sie lernt und nimmt am Unterricht teil.
die Schulordnung, -en	5	e	→ Das ist eine Gruppe von Schülern und Schülerinnen. Sie vertritt die Interessen aller Schüler und Schülerinnen in der Schule.
der Schüler, - / die Schülerin, -nen	6	f	→ Das ist ein Schüler oder eine Schülerin. Er oder sie spricht für die Klasse und vermittelt die Meinung der Klasse weiter.
der Lehrer, - / die Lehrerin, -nen	7	g	→ Eine Person, die hilft. Sie übernimmt die Aufgabe, wenn jemand nicht da ist.



05 Ergänze diese Satzanfänge schriftlich.

- a) Demokratie in der Schule bedeutet für mich, dass ...
- b) In meiner Schule dürfen Schüler und Schülerinnen ...
- c) Ich finde es gut / nicht gut, dass ...
- d) In meiner Schule können Schüler und Schülerinnen mitentscheiden bei ...
- e) Ich kann in der Schule meine Meinung sagen, wenn ...

Demokratie?!? Wer hat das Sagen in der Schule?

WORUM GEHT'S?



Video „Demokratie?!? Wer hat das Sagen in der Schule?“:

<https://www.ardmediathek.de/video/respekt/demokratie-wer-hat-das-sagen-in-der-schule/ard-alpha/Y3JpZDovL2JyLmRIL2Jyb2FkY2FzdC9GMjAyMVdPMDMxMjU2QTA>



ARD alpha ist ein Angebot der ARD. Es bietet Bildungs- und Wissensformate für Schule, Studium und lebenslanges Lernen an.



Gendern im Video "Demokratie?!? Wer hat das Sagen in der Schule?"

Der Moderator gendert im Video. Gendern bedeutet: Man benutzt Wörter so, dass alle Menschen gemeint sind. Der Moderator sagt zum Beispiel „Schüler:in“ mit einer kleinen Pause zwischen „Schüler“ und „in“. Er meint damit alle Schüler und Schülerinnen unabhängig von ihrem Geschlecht.





01

Schaut euch das Video bis Minute 06:48 an. Jede Gruppe hat eine eigene Aufgabe:

Gruppe 1: Achtet besonders auf die Teile zur Landesschülersprecher-Wahl. Das Fernseherteam begleitet Kiki am Wahltag. Beantwortet diese Fragen:

- a) Wo findet die Wahl statt?
- b) Was macht ein Schülersprecher / eine Schülersprecherin?
- c) Kann man Kiki wählen?
- d) Wie fühlt sich Kiki?

Gruppe 2: Achtet besonders auf Marco und das Schülerparlament in Bayern. Beantwortet diese Fragen:

- a) Was macht ein Schülerparlament?
- b) Welches Problem gibt es an Marcos Schule?
- c) Wie soll das Problem gelöst werden? Welche Idee hat Marco?
- d) Wie geht die Wahl aus?

Gruppe 3: Achtet besonders auf das Interview mit Michael Retzar.

- a) Wer ist Michael Retzar?
- b) Welche Vorteile hat es, wenn Schüler und Schülerinnen an ihrer Schule aktiv sind?
- c) Was können Schüler und Schülerinnen lernen, wenn sie aktiv an ihrer Schule mitarbeiten?



02

Besprecht eure Ergebnisse gemeinsam in der Klasse.



03

Schaut euch den Rest des Videos an. Beantwortet diese Fragen:

- a) Was sind demokratische Schulen? Wie funktionieren sie?
- b) Der Moderator besucht die Demokratische Schule X in Berlin. Wie funktioniert Demokratie an dieser Schule?



HIER GEHT'S WEITER!



04 Demokratie an deiner Schule

- a) Wie funktioniert Demokratie an deiner Schule?
- b) Wie und wo kann man Probleme an deiner Schule lösen?
Wo kann man Wünsche für die Schule einbringen?



05 Im Video beschreibt Marco die Probleme mit den dreckigen Toiletten an seiner Schule.

Er präsentiert für dieses Problem auch eine Lösung im Schülerparlament.
Ihr sollt nun auch ein Problem an eurer Schule identifizieren und eine Lösung vorschlagen.

- a) Besprecht in eurer Gruppe: Welche Probleme gibt es an eurer Schule?
Was wünscht ihr euch für eure Schule? Ihr könnt zum Beispiel über diese Themen sprechen:
 - Zusammenarbeit zwischen Lehrern und Lehrerinnen und Schülern und Schülerinnen
 - Mitsprache bei Schulregeln
 - das Schulgebäude (z.B. euer Klassenzimmer, der Pausenhof, die Cafeteria, die Toiletten, ...)
 - Einfluss auf den Unterricht (z.B. Stundenplan, Inhalte der Fächer, ...)
 - Aktivitäten nach dem Unterricht (Partys in der Schule, AGs, Proteste, Projekte, ...)
 - ...
- b) Wählt ein Problem an eurer Schule aus. Wie kann man dieses Problem lösen?
Einigt euch in eurer Gruppe auf einen Lösungsvorschlag. Erstellt ein Poster, auf dem ihr das Problem und die Lösung vorstellt und präsentiert euer Poster in der Klasse.



4



EHRENAMTLICHE ARBEIT: FREIWILLIG ARBEITEN FÜR EINEN GUTEN ZWECK

Einstieg in das Thema: Was ist Ehrenamt?

LOS GEHT'S

Was bedeutet Ehrenamt?

Viele Menschen engagieren sich ehrenamtlich. Ehrenamtliche Arbeit bedeutet, dass Menschen freiwillig und ohne Bezahlung anderen Menschen helfen. Man nennt das auch freiwilliges Engagement. Dabei setzen sich Menschen in verschiedenen Bereichen der Gesellschaft ein, um etwas Gutes für alle zu tun.

Es gibt viele verschiedene Bereiche für ehrenamtliche Arbeit. Ehrenamtliche unterstützen zum Beispiel sozial benachteiligte Menschen, helfen Geflüchteten, kümmern sich um ältere oder kranke Menschen und setzen sich für den Umwelt- und Naturschutz ein. Auch in Schulen, in der Kultur, im Sport und im Katastrophenschutz ist ehrenamtliche Hilfe sehr relevant.

Ehrenamtliche Arbeit ist wichtig, weil sie das soziale und kulturelle Leben und den Zusammenhalt in der Gesellschaft stärkt. Menschen lernen sich kennen, helfen einander und bauen Freundschaften auf. So entstehen starke Gemeinschaften, die das Zusammenleben langfristig verbessern.



01 Lest den Infotext auf S. 66 und beantwortet die Fragen:

- a) Was bedeutet „Ehrenamt“?
- b) Welche Aufgaben übernehmen Menschen, die ehrenamtlich arbeiten?
- c) Welche positiven Folgen hat ehrenamtliche Arbeit für die Gesellschaft?



02 Nenne konkrete Beispiele für ehrenamtliche Arbeit.



03 Beschreibt euch gegenseitig die Statistik „Zahlen, Daten, Fakten zum Engagement und Ehrenamt“.

Werkzeugkasten 3

Welche Zahlen und Fakten findet ihr besonders interessant?

Zahlen, Daten, Fakten zum Engagement und Ehrenamt

Freiwilligensurvey 2024

Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt

ca. **27.** Menschen ab 14 Jahren engagieren sich!

Engagementquote bei jüngeren Menschen am höchsten.

Das entspricht ... **36,7%** ... der Bevölkerung.

Personen in ländlichen Räumen sind anteilig häufiger freiwillig engagiert als Personen in städtischen.

Frauen und Männer engagieren sich gleich häufig.

Die Engagementquote von Menschen mit Migrationshintergrund und ohne eigene Zuwanderungserfahrung weicht kaum von der Gesamtquote ab.

36,3% vs. 36,7%

... der Engagierten können ihr Engagement nur dank Internet, Apps oder anderer digitaler Tools durchführen.

17,0%

DIE NUTZUNG DIGITALER TOOLS VEREINFACHT DAS ENGAGEMENT.

Die acht beliebtesten Engagementbereiche

12,8%	7,9%	6,3%
6,0%	5,6%	4,9%
3,8%	3,1%	

Quelle: Fritzche u.a. (2025): Freiwilliges Engagement in Deutschland, Berlin

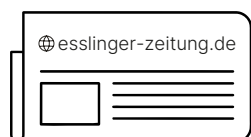
Quelle: Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt

EHRENAMTLICHE
ARBEIT: FREIWILLIG
ARBEITEN FÜR EINEN
GUTEN ZWECK

Tarik Balija von der Neckar-Fils-Realschule Plochingen vor dem Schloss Bellevue in Berlin. Foto: Neckar-Fils-Realschule



Engagement in der Schule. Was macht ein Realschüler aus Plochingen beim Bundespräsidenten?



Die Esslinger Zeitung ist eine lokale Tageszeitung im Bundesland Baden-Württemberg. Sie berichtet über Nachrichten, Regionales und über die Stadt Esslingen im Bundesland Baden-Württemberg.



Info:

In diesem Artikel stehen die Verben manchmal im Konjunktiv I. Den Konjunktiv I benutzt man, um direkte Rede wiederzugeben.

Johannes M. Fischer 17.09.2025 - 16:00 Uhr

Engagement in der Schule. Was macht ein Realschüler¹ aus Plochingen beim Bundespräsidenten²?

Der Realschüler Tarik Balija wurde zum Bürgerfest des Bundespräsidenten ins Schloss Bellevue eingeladen. Wie kam es zu dieser Einladung?

Der Realschüler Tarik Balija (Klasse 10) engagiert sich an der Neckar-Fils-Realschule Plochingen (NFR) in der so genannten Schülermitverantwortung (SMV) – und das seit Jahren. Das fiel auch in Berlin auf³: Nun wurde er vor einigen Tagen als Vertreter Baden-Württembergs zum Bürgerfest des Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier ins Schloss Bellevue eingeladen. >>>



Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier
Bildnachweis: Bundesregierung/Steffen Kugler

¹ der Realschüler, -: elev på en Realskule (en tysk skoleform, som normalt varer 6 år (fra 5.-10. klasse

² der Bundespräsident, -en: forbundspræsident i Tyskland

³ auf|fallen: at falde i øjnene
fällt auf, fiel auf, ist aufgefallen



>>>

Das Fest fund⁴ bereits am vergangenen Wochenende statt. Am Mittwoch berichtete Tarik Balija, wie er den Bundespräsidenten erlebte: „Er sucht bewusst den Kontakt zu⁵ den Menschen – durch Gespräche, kleine Gesten.“ Er erkannte im Bundespräsidenten „einfach ein ehrliches Interesse“.

In der SMV [...] setzt sich Tarik Balija besonders für Integration ein⁶ – als ehemaliger⁷ VKL-Schüler wisse er⁸, was Zusammenhalt und Chancen bedeuten, erklärte Andreas Lang, Verbindungslehrer⁹ der NFR. VKL steht für Vorbereitungsklasse. Dort werden Kinder und Jugendliche mit nichtdeutscher Herkunftssprache und geringen Deutschkenntnissen auf die Integration in den Regelunterricht¹⁰ vorbereitet.

Tarik Balija: Schule kann ein Ort sein, an dem jeder sich wohlfühlen¹¹ kann

„Ich weiß, wie sich die erste Zeit anfühlt, wenn man noch kein Deutsch spricht“, erinnert sich Tarik Balija an seinen Start in Deutschland. Genau deswegen wolle er¹² zeigen, dass man seinen Platz finden kann und dass Schule ein Ort sein kann, an dem jeder zählt und sich wohlfühlen kann. Im SMV-Team bringe er seine Ideen ein¹³ und organisiere¹⁴ Aktionen mit. Ein Höhepunkt sei¹⁵ etwa der „International Cake Day“ gewesen: VKL-Schüler brachten Kuchen aus ihren Herkunftsländern mit. „Wir haben alles gemeinsam vorbereitet und verkauft. Der Erlös¹⁶ ging an die Organisation Brot für die Welt.“

Auf dem Bürgerfest, das unter dem Motto „Ehrensache¹⁷. Ich bin dabei“ stattfand, kamen rund 4000 engagierte Menschen aus ganz Deutschland zusammen. Sie alle tragen nach Auffassung des Bundespräsidenten in besonderer Weise zu einer lebendigen Zivilgesellschaft bei¹⁸.
[...]

© Johannes M. Fischer, esslinger-zeitung.de

WORUM GEHT'S?



01 Beantworte die Fragen zum Text.

- a) Wer ist Tarik Balija?
- b) Tarik Balija engagiert sich an seiner Schule. Was macht er dort?
- c) Warum engagiert sich Tarik Balija ehrenamtlich?
- d) Warum hat der Bundespräsident Tarik Balija zum Bürgerfest eingeladen?



02 Fass den Artikel in deinen eigenen Worten zusammen.

Werkzeugkasten 6

HIER GEHT'S WEITER!



03 Engagement in der Schule

- a) Was denkt ihr: Wie hat sich Tarik gefühlt, als er beim Bürgerfest für seine Arbeit geehrt wurde?
- b) Findest du Engagement in der Schule wichtig? Warum (nicht)?
- c) Wie kann man sich an deiner Schule engagieren?
- d) Engagierst du dich an deiner Schule? Wenn ja: Wo und warum tust du das? Wenn nein: Warum tust du das nicht?

⁴ statt|finden: at finde sted
findet statt, fand statt, hat stattgefunden
⁵ den Kontakt zu jdm. suchen: at søge / opsøge kontakt til nogen
sucht den Kontakt zu jemandem,
suchte den Kontakt zu jemandem,
hat den Kontakt zu jemandem gesucht
⁶ sich ein|setzen für jdn. / etw.:
at engagere sig for nogen / noget
setzt sich ein für jemanden,
setzte sich ein für jemanden,
hat sich für jemanden eingesetzt

⁷ ehemalg (Adj.): tidligere
⁸ wisse er: konjunktivform, her: ved han
⁹ der Verbindungslehrer, - : kontaktlærer
¹⁰ der Regelunterricht (nur Singular):
den normale undervisning
¹¹ sich wohl|fühlen: at føle sig (godt) tilpas
fühlt sich wohl, fühlte sich wohl,
hat sich wohlgeföhlt
¹² wolle er: konjunktivform, her: vil han
¹³ etw. ein|bringen in: at bidrage med noget til
bringt etwas ein in, brachte etwas ein in,
hat etwas eingebracht in

¹⁴ organisiere mit: konjunktivform, her:
han organiserer aktionerne sammen med
¹⁵ sei [...] gewesen: konjunktivform, her: har været
¹⁶ eder Erlös, -e: indtægt
¹⁷ die Ehrensache, -n: æressag, men også:
en selvfølgeghed
¹⁸ bei|tragen zu etw.: at bidrage til noget
trägt bei zu etwas, trug bei zu etwas,
hat zu etwas beigetragen



**EHRENAMTLICHE
ARBEIT: FREIWILLIG
ARBEITEN FÜR EINEN
GUTEN ZWECK**



Hier engagiere ich mich: Interview mit 6 Schülerinnen und Schülern aus Deutschland

LOS GEHT'S



01

Wo engagieren sich junge Menschen in Dänemark ehrenamtlich?

Recherchiere im Internet und finde Beispiele. Berichte auch von deinen eigenen Erfahrungen oder von Personen, die du kennst.



02

Finde Gründe: Warum arbeiten viele Menschen ehrenamtlich?

- *Sie möchten anderen Menschen helfen.*
- ...

WORUM GEHT'S?

Clara, Jonna, Kalina, Solea und Tilde sind 17 Jahre alt und gehen in die 11. Klasse. Lukas ist 16 Jahre alt und geht in die 10. Klasse. Sie berichten über ihre ehrenamtlichen Aktivitäten.

Zu den Interviews:
<https://on.soundcloud.com/iskXJHNDqdxPsiQpaB>



03

Hör je zwei Interviews und beantworte die Fragen für beide Personen.

a) Clara und Jonna b) Lukas und Kalina c) Solea und Tilde

- Wo engagieren sich die Personen?
- Was genau machen die Person dort?
- Kennen die Personen andere Menschen, die ehrenamtlich arbeiten?
- Warum engagieren sich die Personen ehrenamtlich?
- Was denkt die Personen: Wie kann man ehrenamtliches Engagement für Jugendliche attraktiver machen?



04

Berichte einer anderen Person aus einer anderen Gruppe von deinen Interviews.

Besprecht danach: Welche Ähnlichkeiten und welche Unterschiede gibt es zwischen euren Interviews?



05

Stell dir vor, du könntest den sechs Schülern und Schülerinnen noch weitere Fragen stellen. Was würdest du sie fragen?

HIER GEHT'S WEITER!



06

Führt eigene Interviews mit anderen Schülern und Schülerinnen zum Thema „Ehrenamt“ durch.

Formuliert mindestens fünf eigene Fragen für eure Interviews.



5

FRIDAYS
FOR
FUTURE

**POLITISCHES
ENGAGEMENT: KANN
MEIN HANDELN DIE
WELT VERÄNDERN?**

**Einstieg in das Thema:
Fridays for future**

LOS GEHT'S



01

Beantwortet die Fragen:

- Was ist eine Demonstration?
- Wart ihr schon einmal bei einer Demonstration?
Wofür / Wogegen habt ihr demonstriert?
- Was macht man bei einer Demonstration?
- Warum demonstrieren Menschen?
- Wer organisiert Demonstrationen?



02

In diesem Buchstabensalat sind neun Wörter zum Thema Klimawandel und Poteste versteckt. Such die Wörter. Wie viele findest du?

Die Lösung steht am Ende des Kapitels (S. 79).

Z	I	A	S	K	L	I	M	A	K	D	R	Y	C	P
U	V	L	Q	R	Q	C	F	U	M	E	M	H	V	K
K	N	T	B	T	W	N	H	G	U	M	R	O	E	M
U	U	E	B	I	G	V	R	E	E	O	K	K	R	F
N	G	R	S	Q	E	I	Y	N	L	N	U	B	Ä	W
F	Y	N	U	K	N	N	N	E	F	S	W	O	N	V
T	Y	A	I	R	G	V	N	R	N	T	D	Q	D	S
K	W	T	B	M	A	K	E	A	Q	R	D	C	E	I
P	Z	I	W	Q	G	L	N	T	B	A	J	I	R	K
O	V	V	G	W	E	T	T	I	N	T	K	X	U	X
L	K	E	N	B	M	G	R	O	R	I	X	W	N	W
I	G	Y	S	X	E	W	L	N	S	O	L	M	G	G
T	M	J	N	X	N	M	K	L	T	N	D	B	D	D
I	L	Y	F	X	T	B	O	Y	L	Y	L	X	C	G
K	I	R	K	J	H	N	U	K	R	I	S	E	C	Q

erstellt mit: <https://suchsel.basteimaschine.de>



03

Sprecht miteinander: Was haben die Wörter aus dem Buchstabensalat mit dem Thema „Demonstrationen“ zu tun?



04

Erstellt eine kleine Präsentation: Was ist „Fridays for Future“?

Diese Fragen können helfen:

- Seit wann gibt es Fridays for Future?
- Welche Ziele hat Fridays for Future?
- Wie wollen sie diese Ziele erreichen?
- Wo ist Fridays for Future aktiv?
- Wer kann bei Fridays for Future mitmachen?
- Gibt es bekannte Personen, die sich für Fridays for Future engagieren?
- ...



Mein Weg zum Handeln: Interview mit Luisa Neubauer

Luisa Neubauer:

Luisa Neubauer ist eine der bekanntesten deutschen Klima-Aktivistinnen. Sie wurde 1996 in Hamburg geboren und ist vor allem durch ihre Arbeit mit der Bewegung „Fridays for Future“ bekannt. Sie hat bei vielen Demonstrationen mitgemacht, hat Bücher über den Klimawandel geschrieben und spricht oft in der Öffentlichkeit über das Thema Klima. Luisa Neubauer hat Geografie an der Georg-August-Universität in Göttingen studiert.

Lest das Interview und arbeitet mit den Aufgaben nach dem Text.

WORUM GEHT'S?

Interview mit Luisa Neubauer (gekürzt)

Luisa, dieses Buch trägt den Titel

»#WirHANDELN!«.¹ Wie würdest du diese Aufforderung mit Ausrufezeichen² kommentieren?

Luisa Neubauer: Diesen Titel finde ich super.

- 5 Ich werbe sehr dafür³, dass wir Handeln kollektiv verstehen. Auf jeder Podiumsdiskussion⁴, auf der ich war – und das waren viele –, referiere⁵ ich ja über den Klimawandel⁶ und Fridays for Future. Und am Ende des Tages ist die Abschlussfrage in die Runde:
- 10 Und, was kann jeder Einzelne so machen? Man zielt oft darauf ab, dass wir jetzt – wo wir das alles wissen – im Supermarkt die Welt retten [...] und auf dem

Fahrrad in die Zukunft radeln. Und ich fand das so interessant: Die ganze Zeit sprechen wir von globalen Herausforderungen. Aber wenn es dazu kommt, was wir daraus machen, wird das so reduziert auf mich als Einzelperson, die jetzt nicht in einem Kollektiv wirken kann. Was bei diesem Handeln so interessant ist, ist die Frage: Wie schaffen wir es, Handeln zu verbinden, Menschen zu vernetzen, dass unsere Handlungen größer werden mit uns [...]? Wir haben dann in unserem Buch geschrieben: Organisiert euch! Wir glauben wirklich, dass es das organisierte Handeln ist, worauf es ankommt. [...]

¹ Luisa Neubauer wird hier für das Buch #WirHANDELN! interviewt.

² das Ausrufezeichen, -: udråbsteq

³ werben für etw.: at reklamere for noget

wirbt für etwas, warb für etwas, hat für etwas geworben

⁴ die Podiumsdiskussion, -en: paneldebat

⁵ referieren über etw.: her: at tale om noget
referiert über etwas, referierte über etwas,
hat über etwas referiert

⁶ der Klimawandel (nur Singular): klimaforandring



25 **Für welche Themen hast du als Schülerin gebrannt?**

Luisa Neubauer: Normalerweise ist man in der Schule mit den Themen beschäftigt, die nah an einem dran sind. Wo kommt das Schulesen her? Wie sieht der Schulgarten aus? Was passiert mit dem Müll?

30 **Wie digitalisiert sind wir? Ich hatte da großes Glück.**

Ich war in der Oberstufe⁷ im Geographie-Profil⁸ und da haben wir uns mit den großen Fragen beschäftigt. Ich hatte also ganz schnell eine Irritation, eine Entrüstung⁹ und eine Faszination für globale Fragen

35 **entwickelt. Wir hatten eine Partnerschule in Namibia.**

Es ging also auch ganz viel um globale Entwicklung¹⁰. Wir waren auch vor Ort und haben uns dort ganz viel mit den jungen Menschen aus unserer Partnerschule beschäftigt – mit deren Umfeld, deren Alltag, deren

40 **Leben und deren Zukunftsperspektiven.**

Welche große Frage ist bei dir besonders hängen geblieben?

Luisa Neubauer: Die Frage nach Klima und Gesundheit. Wir waren in der Oberstufe bei unserer Partnerschule in Namibia zu Besuch [...]. Dort ist der Uranabbau¹¹ sehr groß. Die Wohlhabenderen¹² von den jungen Menschen erzählten uns, dass der Preis für ihren Wohlstand¹³ das frühe Sterben ihrer Väter sei¹⁴, da diese im Uranabbau arbeiten.

50 **Das hat mich schockiert und war mir nicht bewusst.**

Es machte klar, dass wir Leben und Gesundheit zusammen verstehen müssen.

[...]

55 **Wann hast du dich zum ersten Mal richtig für eine Sache engagiert?**

Luisa Neubauer: Beim Handeln würde ich zwei Dimensionen [...] unterscheiden: Die eine ist, wenn

man sich im Klassen- oder Jahrgangsverband¹⁵ engagiert.

Für unsere Namibiafahrt hatten wir Spenden gesammelt¹⁶, zum Beispiel haben wir in einem Altersheim¹⁷ gesungen. Nach dem Auftritt fragte meine Mutter

60 mich, wie es dazu kam. Ich erzählte ihr, dass ich die Idee hatte und mich dafür eingesetzt hatte¹⁸, dass wir es auch machen. Da ist mir aufgefallen: Wenn ich diese Initiative nicht ergriffen¹⁹ hätte, dann wäre das so nicht passiert.

65 **Die andere ist eine noch viel größere Dimension. Mein**

erstes großes Engagement war in meiner Kirchengemeinde²⁰. Als Jugendleiterin²¹ habe ich die Konfirmationsausbildung²² mitgemacht. Es war sehr interessant, so einen Multiplikatoreneffekt zu erleben. Es war nicht nur eine Aktion, sondern man ist für ganz viele

70 **Menschen verantwortlich**²³.

Erst im Studium habe ich Handeln in einer politischen Tragweite²⁴ erlebt. In meiner Studentenstadt Göttingen

75 **haben wir mit 5–8 Leuten eine Fossil Free Gruppe**

gegründet²⁵, d. h., die Stadt Göttingen sollte ihre Kapitalanlagen²⁶ nicht in Kohle, Öl und Gas investieren. Tatsächlich hat das geklappt²⁷. Wir haben mehrere hundert Millionen Euro bewegt. Das war ein Moment, wo ich dachte: So groß kann der eigene Einfluss sein.

80 **Was hast du vor allem aus den ersten Engagements mitgenommen?**

Luisa Neubauer: Wenn man nicht von der eigenen Relevanz überzeugt ist²⁸, kann man auch niemanden überzeugen sich anzuschließen. Ein wichtiger Schritt

85 ist zu wissen, dass man ganz viel nicht weiß. Wir haben dann immer Leute eingeladen, die uns erzählt haben, was man jetzt machen könnte. [...]

7 die Oberstufe, -n: den gymnasiale overbygning (typisk klasse 10-12/13), svarer til gymnasiet i Danmark
 8 Geographie-Profil: her: studieretningsprofil med geografi som hovedfag
 9 die Entrüstung, -en: forargelse, bestyrtelse
 10 globale Entwicklung: global udvikling
 11 der Uranabbau, -ten/ -e: udvinning af uran
 12 die Wohlhabenderen: de mere velhavende
 13 der Wohlstand, -e (selten im Plural verwendet): velstand, rigdom
 14 sei: her: er
 15 im Klassen oder Jahrgangsverband: i klasse- eller årgangssammenhæng
 16 Spenden sammeln: at indsamle donationer
 sammelt Spenden, samlede Spenden, har Spenden gesammelt
 17 das Altersheim, -e: plejehjem
 18 sich für etw. ein|setzen: at engagere sig for noget
 19 setzt sich für etwas ein, satte sig for etwas ein, hat sich für etwas eingesetzt

19 die Initiative ergreifen: at tage initiativ
 ergreift die Initiative, ergriff die Initiative, hat die Initiative ergriffen
 20 die Kirchengemeinde, -n: menighed
 21 die Jugendleiterin, -nen: leder i ungdomsgruppen
 22 die Konfirmationsausbildung: konfirmationsundervisning
 23 verantwortlich (Adj.): ansvarlig
 24 in einer politischen Tragweite: i politisk forstand
 25 etw. gründen: at grundlægge noget
 gründet, gründete, hat gegründet
 26 die Kapitalanlage, -n: (kapital)investering
 27 klappen: at lykkes
 klappt, klappte, hat geklappt
 28 überzeugt sein von etw.: at være overbevist om/ af noget
 ist überzeugt von etwas, var überzeugt von etwas, ist von etwas überzeugt gewesen



Wie hast du angefangen, dich im Kontext Klimakrise zu engagieren?

Luisa Neubauer: 2018 war die Diskussion um den Hambacher Forst²⁹. Dabei wurde die Generationen-
90 frage gar nicht beleuchtet. Was ist eigentlich mit uns jungen Menschen, die die Konsequenzen der Entscheidungen von heute austragen³⁰ werden müssen? Damals war ich in einer G7-Jugenddelegation³¹ von Deutschland. [...] Ich und andere haben damals einen
95 offenen Brief an den Bundespräsidenten verschickt, den über 100 Organisationen unterschrieben haben. Und das war es dann. Ich fragte mich dann, wieso können die es eigentlich so ignorieren. Da wurde mir klar: Mich kannst du ignorieren, aber nicht viele
100 Menschen. Um etwas zu verändern, braucht es also Menschen, die Botschaften transportieren. Auf der Weltklimakonferenz in Katowice lernte ich Greta kennen. Hinterher dachte ich: Okay, bevor das jetzt niemand macht, dann mache ich das.
105 [...]

Was würdest du Schülerinnen und Schülern mit auf den Weg geben, die sich engagieren wollen?

Luisa Neubauer: Wir haben ein Recht auf eine eigene und sichere Zukunft. Dieses Recht wird uns
110 genommen. Und hinzukommt: Wir sind, wenn wir uns ein bisschen auskennen³², nicht immer, aber immer wieder, die mit der meisten Ahnung³³ von der Faktenlage

im Raum. Und wir jungen Menschen sollten uns nicht so oft von älteren Menschen einschüchtern lassen³⁴, zumal deren Generation kollektiv dafür verantwortlich ist.

Wie können Schülerinnen und Schüler ihr Anliegen³⁵ sichtbar machen? Drei Tipps fallen mir dazu ein: Erstens: In der Regel möchte man ein Defizit beheben³⁶. Darüber kann man sprechen oder schreiben, und zwar nicht nur: Das ist der vertrocknete Bach³⁷. Sondern: Hey, das bin ich und der vertrocknete Bach und ich kümmerge mich darum. Wir machen uns bewusst, dass unsere Geschichten so wichtig sind, dass jemand darüber schreibt, Fotos teilt, sichtbar macht, was ist das
125 Problem und warum habe ich damit ein Problem.

Der zweite Tipp ist, dass man sich überlegt: Wer sind meine natürlichen Partnerinnen und Partner? Für die meisten Probleme gibt es schon Menschen, die sich gerade ein bisschen darum kümmern³⁸. Es lohnt sich, sich zusammenzutun³⁹. Wer hat z. B. eine Plattform? Zum Beispiel: Du hast eine Sache, die dich beschäftigt, die du ändern möchtest. Vielleicht willst du auf der nächsten Fridays for Future Bewegung eine Rede halten⁴⁰ und so auf ein Problem aufmerksam machen.

Anschließend kannst du dann mit einem lokalen Journalisten reden, weil du ja eine Rede gehalten hast. Man kann also gucken: Wer hat eine Plattform, die über ein Thema aufklärt und könnte ich mich da anschießen⁴¹? Könnte ich das nicht nutzen? [...]

²⁹ Hambacher Forst: En skov i Tyskland, der blev et symbol på konflikten mellem klimabeskyttelse og brunkulsudvinding på grund af protester mod skovrydning.

³⁰ etw. austragen: her: at bære / leve med noget

trägt etwas aus, trug etwas aus, hat etwas ausgetragen

³¹ G7-Jugenddelegation: En gruppe unge, der repræsenterer ungdommens perspektiver og deltager i dialog og politiske processer i forbindelse med G7-topmøder.

³² sich aus|kennen: at være fortrolig med, at være orienteret / informeret
kennt sich aus, kannte sich aus, hat sich ausgekannt

³³ die mit der meisten Ahnung: dem med mest viden

³⁴ sich von jdm. / etw. ein|schüchtern lassen: at lade sig skramme / intimidere af nogen/noget

lässt sich von etwas einschüchtern, ließ sich von etwas einschüchtern, hat sich von etwas einschüchtern lassen

³⁵ das Anliegen, -: ønske, mål

³⁶ etw. beheben: at ordne noget, at fikse noget
behebt etwas, behob etwas, hat etwas behoben

³⁷ der Bach, - "e: bæk

³⁸ sich um etw. kümmern: at tage sig af noget
kümmert sich um etwas, kümmerte sich um etwas, hat sich um etwas gekümmert

³⁹ sich zusammen|tun: at slå sig sammen

tut sich zusammen, tat sich zusammen, hat sich zusammengetan

⁴⁰ eine Rede halten: at holde en tale

hält eine Rede, hielt eine Rede, hat eine Rede gehalten

⁴¹ sich an|schließen: at slutte sig til

schließt sich an, schloss sich an, hat sich angeschlossen



140 Der dritte Tipp ist: Wie schaffe ich es, andere Leute zu begeistern? Habe ich Freunde, die mitmachen⁴² wollen? Möchte ich Flyer aushängen? Wir haben das damals gemacht. Wir haben an der Uni Flyer ausgehängt und haben gesagt: Das ist unsere Gruppe,

145 willst du mitmachen? Dann komme an dem Tag zu uns, es gibt Snacks und wir stellen dir unser Anliegen vor. Die Schritte müssen nicht hintereinanderkommen. Aber man guckt, wo sind die Leute, die zusammen-

menkommen können. Dann wird man mehr und kann größere Sachen machen. Dann kann man nicht nur eine Rede halten, sondern etwas Größeres organisieren. Dann kann man nicht nur mit einem Journalisten reden, sondern kann gleich mehrere Pressevertreter einladen und sagen, wir gehen jetzt alle zu dem Bach und schauen uns das an und klären darüber auf, nehmen dann noch jemanden von der Uni mit, der dann wissenschaftlich darüber spricht. [...]



⁴² mit|machen: at medvirke, at deltage
macht mit, machte mit, hat mitgemacht

© Luisa Neubauer



01

Beantwortet diese Fragen:

- Was bedeutet für Luisa Neubauer „kollektives Handeln“? Warum ist ihr das wichtig?
- Welche Themen haben Luisa Neubauer in der Oberstufe besonders interessiert?
- Warum hat der Uranabbau in Namibia Luisa Neubauer schockiert? Was hat sie bei ihrem Besuch in Namibia gelernt?
- Welche Tipps gibt Luisa Neubauer Schülerinnen und Schülern, die sich engagieren wollen?



02

Was sind die wichtigsten Aspekte in diesem Interview?

Finde 3-5 Kernaussagen und erkläre sie.



03

Fass das Interview in deinen eigenen Worten zusammen.



Werkzeugkasten 6



04

Sprecht über diese Fragen:

- Findest ihr es wichtig, dass Jugendliche genauso wie Luisa Neubauer aktiv werden?
- In Interview gibt sie Tipps, wie man selbst aktiv sein kann, wenn man etwas verändern will. Welche Tipps aus dem Interview würdest du selbst ausprobieren?



HIER GEHT'S WEITER!



05

Luisa hat drei Tipps, wie man sich als Schüler oder Schülerin konkret engagieren kann.

Illustrier diese drei Tipps. Du kannst zum Beispiel einen Comic zeichnen, ein Video aufnehmen, eine Collage erstellen, ein kleine Szene spielen, ... Du kannst hier zum Beispiel das Problem mit dem ausgetrockneten Bach aus dem Interview benutzen. Du darfst aber auch gerne ein eigenes Beispiel wählen.



06

Untersuch im Internet: Gibt es in deiner Stadt / in deiner Nähe demnächst Demonstrationen?

Such eine Demonstration heraus und erstell eine kleine Präsentation / ein Poster / einen Steckbrief:



Veranstalter und Publikum: Wer organisiert die Demonstration? Wer kann daran teilnehmen?

Thema der Demonstration: Wofür oder wogegen demonstrieren die Menschen? (z. B. Klima, Frieden, Gerechtigkeit, ...)

Grund: Warum ist dieses Thema wichtig für die Gruppe, die demonstriert?

Ort und Zeit: Wo und wann findet die Demonstration statt?

Deine Meinung: Was denkst du: Findest du das Thema der Demonstration wichtig?

Findest du die Demonstration richtig? Warum (nicht)?



6



KAPITELABSCHLUSS: EIN BLICK ZURÜCK



01

Mindmap

Was weißt du jetzt über Demokratie, Ehrenamt und gesellschaftliches Engagement?
Erstelle eine Mindmap.



02

**Schaut euch noch einmal die Texte an, die ihr gelesen habt.
Erstellt ein Quiz für eure Klasse.**



03

Meiner Meinung nach ...

Welchen Text / welches Video / welches Audio fandest du am interessantesten diesem Kapitel? Schreib einen kurzen Kommentar (ca. 80 - 100 Wörter) und beantworte diese Fragen:

- Worum ging es in dem Text / Video / Audio?
- Warum fandest du diesen Text / dieses Video / dieses Audio so interessant?
Nenn mindestens zwei Gründe.

Denk auch an einen Einleitungssatz.

LÖSUNGEN

Quiz zu Politik und Engagement in Deutschland!

Wie viele Fragen hast du richtig beantwortet?

- Wie alt muss man sein, um in Deutschland bei der Bundestagswahl wählen zu dürfen?
a) 16 Jahre b) 18 Jahre c) 20 Jahre d) 21 Jahre
- Wann haben Frauen in Deutschland das Wahlrecht erhalten?
a) 1864 b) 1918 c) 1933 d) 1981
- Wie viel Prozent der Stimmen braucht eine Partei, um in den deutschen Bundestag zu kommen?
a) 5% b) 8% c) 50% d) 100%
- Wie viele Stimmen hat man bei der Bundestagswahl?
a) 1 Stimme b) 2 Stimmen c) 3 Stimmen d) 5 Stimmen
- An welchem Wochentag finden Wahlen in Deutschland statt?
a) Dienstag b) Mittwoch c) Freitag d) Sonntag
- Wie viel Prozent der Bevölkerung haben sich 2024 ehrenamtlich engagiert?
a) 20,1 % b) 29,5 % c) 36,7 % d) 43,4 %
- Welcher Bereich ist am beliebtesten für ehrenamtliche Arbeit?
a) Kultur & Musik b) Schule & Kindergarten
c) Kirchlicher / religiöser Bereich d) Sport & Bewegung
- In welcher Altersgruppe arbeiten die meisten Menschen als Freiwillige?
a) 14-29 Jahre b) 30-49 Jahre
c) 50-64 Jahre d) 65-74 Jahre

Buchstabensalat zum Thema Klimawandel

Z	I	A	S	K	L	I	M	A	K	D	R	Y	C	P
U	V	L	Q	R	Q	C	F	U	M	E	M	H	V	K
K	N	T	B	T	W	N	H	G	U	M	R	O	E	M
U	U	E	B	I	G	V	R	E	E	O	K	K	R	F
N	G	R	S	Q	E	I	Y	N	L	N	U	B	Ä	W
F	Y	N	U	K	N	N	N	E	F	S	W	O	N	V
T	Y	A	I	R	G	V	N	R	N	T	D	Q	D	S
K	W	T	B	M	A	K	E	A	Q	R	D	C	E	I
P	Z	I	W	Q	G	L	N	T	B	A	J	I	R	K
O	V	V	G	W	E	T	T	I	N	T	K	X	U	X
L	K	E	N	B	M	G	R	O	R	I	X	W	N	W
I	G	Y	S	X	E	W	L	N	S	O	L	M	G	G
T	M	J	N	X	N	M	K	L	T	N	D	B	D	D
I	L	Y	F	X	T	B	O	Y	L	Y	L	X	C	G
K	I	R	K	J	H	N	U	K	R	I	S	E	C	Q

Diese Wörter sind versteckt:

- Klima
- Demonstration
- Krise
- Veränderung
- Zukunft
- Alternative
- Generation
- Politik
- Engagement

WERKZEUGKÄSTEN

01 Ein Bild beschreiben.....	80
02 Eine Person beschreiben.....	81
03 Eine Statistik beschreiben.....	84
04 Die eigene Meinung ausdrücken.....	85
05 Einen Begriff erklären.....	86
06 Einen Artikel zusammenfassen.....	86

Werkzeugkasten 1

EIN BILD BESCHREIBEN

Beschreibung

- Das Bild ist ein Foto / eine Zeichnung / eine Karikatur / eine Collage / ein Gemälde / ...
 - Auf dem Bild sieht man ...
 - Das Bild zeigt ...
 - Auf dem Foto liegt / steht / ist ...
 - ... befindet sich ...
 - Im Vordergrund sehe ich ...
 - Im Hintergrund sieht man ...
 - In der Mitte (des Bildes) sind ...
 - (ganz) oben < > (ganz) unten
 - unten / oben in der Ecke
 - vor < > hinter
 - gegenüber von ...
 - zwischen ... und ...
 - in der Nähe von ...
 - neben ...
 - Auf der linken / rechten Seite ...
 - links / rechts von ...
-

MEINE ÜBERSETZUNG



MEINE ÜBERSETZUNG

Analyse und Deutung

- Die Atmosphäre ist ...
- ... schafft eine positive / negative / warme / melancholische / fröhliche / bedrückte / ... Stimmung.
- Die Stimmung wird unterstrichen / verstärkt durch ...
- Das Bild drückt aus / zeigt, dass ...
- Der Fotograf / Zeichner / Künstler möchte zeigen, dass ...
- Die Fotografin / Zeichnerin / Künstlerin möchte zeigen, dass ...
- Das Ziel des Fotografen / Zeichners / Künstlers ist es, ...
- Das Ziel der Fotografin / Zeichnerin/ Künstlerin ist es, ...
- Der Comic stellt ... dar.

Eigene Meinung

- Für mich drückt das Gemälde ... aus.
- Das Foto symbolisiert (für mich) ...
- Wenn ich das Bild sehe, denke ich an ...
- Ich mag das Bild (nicht), weil ...
- Das Bild erinnert mich an ...
- Ich fühle mich traurig / glücklich / ängstlich / wütend / ..., wenn ich das Bild betrachte.
- Ich bin schockiert / überrascht / verwirrt /..., weil ...


Werkzeugkasten 2
EINE PERSON BESCHREIBEN**Äußere Merkmale****Allgemeine Informationen**

- Die Person ist ein Junge / ein Mädchen / ein Mann / eine Frau / nonbinär.
- Er / Sie / Die Person ist ungefähr ... Jahre alt.
- Er / Sie / Die Person ist die Hauptfigur / eine Nebenfigur / im Roman / Film /

Aussehen

- Die Person ist groß / klein / mittelgroß.
- Er / sie hat ein rundes / langes / ovales / kantiges Gesicht.
- Sein / ihr Haar ist lang / halblang / kurz und dunkel / hell / lockig / glatt /...
- Er hat einen (Voll-/Schnurr-)Bart.
- Er / sie hat eine Glatze.
- Er / sie hat blaue / grüne / braune Augen, die ... wirken.
- Er / sie hat eine kräftige / schlanke / ... Statur.

Kleidung

- Er / sie / die Person trägt eine Brille.
- Er / sie hat (oft / immer / selten) ... an.
- Seine / ihre Kleidung ist modern / altmodisch / abgetragen / klassisch / dunkel / stylisch / ...
- Die Schuhe sind grau / neu / modern / ..
- Accessoires wie Schmuck / Hüte / Taschen vermitteln den Eindruck, dass ...

Gesichtsausdruck / Stimmung

- Er / sie lächelt oft. Das zeigt, dass ...
- Der Gesichtsausdruck ist ernst / fröhlich / traurig, was darauf hindeutet, dass ...
- Er / sie ist (oft / immer / selten) gut / schlecht gelaunt.

Persönliche Eigenschaften und Verhalten

Soziale Situation

- Er / sie ist Schüler / Schülerin / Student / Studentin...
- Er / sie arbeitet als ... und verbringt viel Zeit mit ...
- Er / sie kommt aus ... und lebt in ...
- Er / sie lebt zusammen mit ... und mag ...
- Seine / ihre Beziehung zu anderen Menschen kann als ... beschrieben werden, weil ...
- In seiner / ihrer Freizeit mag er / sie gerne ...

MEINE ÜBERSETZUNG

Persönlichkeit

- Er / sie ist ein freundlicher / strenger / extrovertierter / introvertierter / selbstbewusster / schüchtern / nachdenklicher / netter / böser / neugieriger / zuverlässiger ... Mensch.
 - Sein / ihr Verhalten zeigt, dass er / sie ... ist.
 - Er / sie ist bekannt dafür, hilfsbereit / neugierig/entschlossen / ... zu sein.
 - Die Person wirkt mutig / ängstlich, weil er / sie ...
-

Gefühle und Gedanken

- Er / sie denkt oft an ...
 - Seine / ihre Lebenseinstellung ist ...
 - Er / sie wirkt glücklich / unglücklich / melancholisch, weil ...
 - Gefühle wie Wut / Freude / Verwirrung / Angst / ... prägen sein / ihr Handeln.
 - Er / sie glaubt an ...
 - Sein / ihr Lebensziel ist es, ...
-

Verhalten

- Er / sie reagiert seltsam / anders / ..., wenn ...
 - In Stresssituationen reagiert er / sie mit ...
 - Wenn er / sie auf Herausforderungen stößt, neigt er / sie dazu, ...
 - Er / sie zeigt (Un-)Geduld, wenn ...
 - Er / sie / die Person behandelt andere höflich / freundlich / liebevoll / ...
-

Veränderung

- Mit der Zeit wird er / sie ...
- Seine / ihre Sicht auf das Leben ändert sich, wenn ...
- Am Anfang war er / sie ..., aber jetzt ist es offensichtlich, dass er / sie ...

EINE STATISTIK BESCHREIBEN

Eine Statistik einleiten

- Die Statistik / das Diagramm / die Tabelle / das Schaubild zeigt ...
 - In der Statistik geht es um ...
 - Die Grafik informiert (uns) über ...
 - Die Zahlen stammen aus dem Jahr ...
 - Die Daten stammen von ... (Quelle)
 - Die Statistik wurde von ... veröffentlicht.
-

Daten in einer Statistik beschreiben

- Die Werte sind in Prozent / Millionen / Zentimetern / Euro ... angegeben.
 - Das Diagramm zeigt die Reihenfolge / Rangordnung von ...
 - An erster / zweiter / dritter / letzter ... Stelle liegt ...
 - In der Mitte ...
 - Auf dem letzten Platz finden wir ...
 - In der linken / rechten / mittleren Spalte sehe ich ...
-

Daten in einer Statistik interpretieren

- Es fällt auf, dass ...
 - Interessant ist, dass ...
 - Im Vergleich zu ...
 - Im Gegensatz zu ...
 - Die Zahlen unterscheiden sich darin, dass ...
 - Vergleicht man die Werte mit ..., sieht man, dass ...
-

Ergebnisse zusammenfassen

- Alles in allem ...
- Abschließend kann man sagen, dass...
- Zusammengefasst bedeutet das ...

MEINE ÜBERSETZUNG

 Werkzeugkasten 4

DIE EIGENE MEINUNG AUSDRÜCKEN

Einleitung

- Das Thema ... ist derzeit Gegenstand einer Debatte.
 - In den Medien wird viel über ... gesprochen.
 - Sollte man ... ? / Muss man ... ?
-

Argumente dafür und dagegen

- Ein wichtiges Argument ist, dass ...
- Auf der einen Seite ... auf der anderen Seite ...
- Man kann als Argument anführen, dass ...
- Ich verstehe, dass ..., aber ...
- Es stimmt, dass ..., aber ...
- Es gibt Vor- und Nachteile.
- Ein Vorteil (von ...) ist, dass ...
- Ein Nachteil (von ...) ist, dass ...
- Das Problem ist, dass ...
- Ein positiver / negativer Aspekt ist ...
- zum Beispiel

Argumente verbinden

- weil
 - denn
 - deshalb
 - darum
 - außerdem
-

Eigene Meinung äußern

- Ich finde / glaube / denke / vermute, dass ...
 - Meiner Meinung nach ...
 - Ich würde mir wünschen, dass ...
 - Ich bin mir sicher, dass ...
 - Ich bezweifle, dass ...
 - Es ist klar, dass ...
 - Man sollte nicht vergessen, dass ...
-

MEINE ÜBERSETZUNG

Fazit

- Insgesamt finde ich, dass ...
- Die Argumente zeigen, dass ...
- Es ist deutlich geworden, dass ...
- Zusammenfassend kann man sagen ...
- Aufgrund der genannten Punkte möchte ich betonen, dass ...

Werkzeugkasten 5

EINEN BEGRIFF ERKLÄREN

- Das Wort / der Begriff / der Ausdruck bedeutet ...
- Das Wort / die Bezeichnung der Begriff kommt aus dem Englischen / Deutschen / Französischen / ...
- Ein Synonym für „X“ ist ...
- „X“ bedeutet das Gleiche wie ...
- Das Wort hat die gleiche Bedeutung wie ...
- „X“ hat zwei Bedeutungen: Erstens ... und zweitens ...
- Wenn ich „X“ höre, denke ich an ...

Werkzeugkasten 6

EINEN ARTIKEL ZUSAMMENFASSEN

Einleitung

- Der Artikel hat / trägt den Titel ... und wurde von ... geschrieben.
- Der Text / der Artikel / der Kommentar / das Interview / ... ist in (der Zeitung / Zeitschrift) ... erschienen.
- Der Text / der Artikel / das Interview / ... handelt von ...
- Es geht um ...
- Das Thema des Artikels / Kommentars / ... ist ...
- Der Titel „...“ weckt die Aufmerksamkeit der Leser, weil ...

MEINE ÜBERSETZUNG

Den Inhalt genauer wiedergeben

- Der Artikel hat drei / vier / verschiedene / ... Abschnitte.
 - Der Journalist / die Journalistin schreibt über / spricht über / erzählt von ...
 - Er / sie erklärt / kommentiert / kritisiert / beschreibt ...
 - Der Autor / die Autorin untersucht die Frage / das Phänomen / das Problem / ...
 - Das wichtigste Argument im Artikel ist ...
 - Der Autor / die Autorin hat auch Zeugen / Zeuginnen / Experten / Expertinnen / Politiker und Politikerinnen / ... interviewt.
 - Es gibt Zitate von ...
 - Der Journalist / die Journalistin kritisiert, dass ...
 - In diesem Artikel sagt der Autor / die Autorin deutlich, dass ...
-

Persönliche Bewertung

- Besonders interessant finde ich, dass ...
- Ich finde das Interview interessant / spannend / problematisch / uninteressant / provozierend / ... weil, ...
- Insgesamt finde ich, dass ...
- Die Argumente zeigen, dass ...
- Es ist deutlich geworden, dass ...
- Zusammenfassend kann man sagen ...

SO FUNKTIONERT DER WORTSCHATZ

Verberne (udsagnsord)

EKSEMPEL 1

verbets grundform

dansk oversættelse

entscheiden: at beslutte

entscheidet, entschied, hat entschieden



Verbet bøjet i 3. person singularis i nutid, datid og førnutid

EKSEMPEL 2

jdn. = jemanden
(objekt i akkusativ)

| = løst sammensat verbum, verbet deles ved stregen
fx Ich lade dich zu meiner Party ein.

jdn. ein|laden: at invitere nogen

lädt jemanden ein, lud jemanden ein, hat jemanden eingeladen

EKSEMPEL 3

jdm. = jemandem
(objekt i dativ)

etw. = etwas

jdm. / etw. helfen = at hjælpe nogen / noget

hilft jemandem, half jemandem, hat jemandem geholfen

Substantiver (navneord)

EKSEMPEL 1

ordets køn
↑
die Zeitung, -en: avis

ordets endelse i pluralis
(her: Zeitungen)
↑

EKSEMPEL 2

Umlaut skal tilføjes i pluralis på den sidstmulige vokal
(her: Bundesländer)

↑
das Bundesland, -**er**: delstat

Adjektiver (tillægsord) + adverbier (biord)

EKSEMPEL 1

Adj. = Adjektiv
↑
verantwortlich (Adj.): ansvarlig

EKSEMPEL 2

Adv. = Adverbium
↑
halbwegs (Adv.): nogenlunde

TREFFPUNKT-AUFGABEN*



In diesem Kapitel habt ihr euch mit der Beziehung von jungen Menschen zu sozialen Medien, Gaming, mentaler Gesundheit, Leistungsdruck, Work-Life-Balance, gesellschaftlichen Erwartungen, Schönheitsidealen, Smartphones und Körperbildern beschäftigt.

In den folgenden Projekten sollt ihr euer Wissen zusammenfassen, Stellung beziehen und kreativ arbeiten.

Die Projekte im Treffpunkt sind Gruppenaufgaben. Ihr arbeitet entweder in Gruppen in eurer Klasse oder zusammen mit einer Klasse aus Deutschland.

Ihr löst gemeinsam die Aufgaben und präsentiert anschließend ein kreatives Produkt, das eure Perspektive zum Thema „Zu viel des Guten“ wiedergibt.

- ein (digitales) Plakat
- ein Film (Dokumentarfilm, Stop-Motion, Kurzfilm/Video für soziale Medien, ...)
- ein Theaterstück oder eine Performance
- ein Social-Media-Beitrag
- ein Podcast oder eine Podcast-Reihe
- ein Gedicht, ein Lied oder ein Poetry Slam
- ein Artikel, ein Blogbeitrag oder eine Website
- Interviews (ein Interviewartikel, ein Videointerview, ...)
- eine Ausstellung oder eine Plakatserie
- ...



* Die Treffpunkt-Aufgaben für Kapitel 1 entsprechen den Treffpunktaufgaben für das dänische Heft 2: For meget af det gode!. Die dänischen Treffpunktaufgaben enthalten darüber hinaus noch Aufgaben für das Heft 1: Forbanded ungdom!. Hierfür gibt es in diesem Heft kein Äquivalent.



Rahmen für die Zusammenarbeit mit einer Partnerklasse aus Deutschland

Wenn ihr mit einer Partnerklasse zusammenarbeitet:

- Ihr arbeitet in **gemischten dänisch-deutschen Gruppen**.
- Ihr dürft **sowohl Dänisch als auch Deutsch** verwenden.
- Die **Produkte müssen zweisprachig** sein.
- Die Zusammenarbeit kann **digital** erfolgen.



01

Projekt A:
BALANCE IM LEBEN – UNSER LEITFADEN FÜR JUGENDLICHE

Aufgabe: Erstellt einen Leitfaden für Jugendliche, wie man Balance im Leben findet.

Der Leitfaden muss mindestens drei der folgenden Themen enthalten:

- Soziale Medien und Bildschirmzeit
- Gaming und Freizeit
- Alkohol und Partykultur
- Schule, Sport und Leistungsdruck
- Schlaf, Pausen und psychische Gesundheit
- Körperideale
- Work-Life-Balance

Perspektive:

Der Leitfaden sollte **sowohl Fakten als auch persönliche Erfahrungen und konkrete Ratschläge** enthalten.

So geht's:

BRAINSTORMING

1. Entscheidet gemeinsam in eurer Gruppe, welche drei der oben genannten Themen ihr in eurem Leitfaden behandeln möchtet.
2. Sprecht zunächst über eure eigenen Erfahrungen mit den ausgewählten Themen.
 - Wie sieht für euch ein gesunder Umgang mit diesen Themen aus?
 - Wie gut schafft ihr es, in eurem Leben auch so zu handeln?

Macht euch während eures Gesprächs Notizen.

PRODUKTION

3. Sammelt zunächst eure eigenen Tipps und Ratschläge für junge Menschen, wie sie besser mit diesen Themen umgehen können und diskutiert sie in eurer Gruppe. Sucht anschließend weitere Vorschläge im Internet und sprecht über diese Tipps. Schreibt die guten Ratschläge (eure eigenen und die aus dem Internet) auf eine Liste.
4. Wählt ein geeignetes kreatives Produkt, um eure Ideen zu präsentieren. Überlegt euch, wie ihr euer Wissen in diesem Produkt am besten vermitteln und umsetzen könnt.

PRÄSENTATION

5. Erstellt euer Produkt und präsentiert es den anderen Gruppen.

Alternative zu Projekt A:**Ein Leitfaden, um unglücklich zu werden**

Befolgt die Anweisungen in Projektarbeit 1, aber mit diesem Unterschied: Ihr sollt nun Ratschläge für eine ungesunde Herangehensweise an die Themen geben.



02

Projekt B: ZU VIEL DES GUTEN? – MEDIENPROJEKT

Aufgabe: Erstellt ein kreatives Medienprodukt, das zeigt, wann etwas im Leben junger Menschen zu viel wird.

Wählt einen Schwerpunktbereich:

- Soziale Medien
- Computerspiele
- Alkohol / Schokolade / Energy-Drinks / ...
- Leistungsdruck in der Schule, beim Sport oder bei der Arbeit

Anforderungen:

Das Produkt muss:

- ein Problem aufzeigen
- Fragen stellen
- mögliche Lösungen aufzeigen

So geht's:

1. Entscheidet gemeinsam in eurer Gruppe, mit welchem Schwerpunktbereich ihr euch beschäftigen wollt.
2. Sprecht zunächst über eure eigenen Erfahrungen mit dem gewählten Thema.
 - Wie sieht für euch ein gesunder Umgang mit diesen Themen aus?
 - Wie gut schafft ihr es, in eurem Leben auch so zu handeln?
 - Wann wird etwas zu viel?
 - Welche Ratschläge könnt ihr jungen Menschen geben, die in Bezug auf euer Thema „zu viel des Guten“ erleben?

Macht euch während eures Gesprächs Notizen.

3. Wählt ein geeignetes kreatives Produkt, um eure Ideen zu präsentieren. Überlegt euch, wie ihr euer Wissen in diesem Produkt am besten vermitteln und umsetzen könnt.
4. Erstellt euer Produkt und präsentiert es den anderen Gruppen.



03

Projekt C: STIMMEN JUNGER MENSCHEN – INTERVIEWS

(Besonders interessant für Schülerbegegnungen, da hier schnell Interviews mit Muttersprachler und Muttersprachlerinnen durchgeführt werden können.)

Aufgabe: Interviewt junge Menschen zum Thema „Ausgewogenheit im Leben“.

Die Interviews sollten mindestens zwei der folgenden Themen enthalten:

Mögliche Themen:

- Soziale Medien und Bildschirmzeit
- Gaming und Freizeit
- Alkohol und Partykultur
- Schule, Sport und Leistungsdruck
- Bei der Arbeit...

Extra (bei Arbeit mit einer Partnerklasse):

Vergleicht die Antworten beider Klassen und diskutiert Unterschiede und Gemeinsamkeiten.



So geht's:

1. Entscheidet gemeinsam in eurer Gruppe, zu welchen Themen ihr Fragen stellen möchtet.
2. Erstellt eine Liste mit möglichen Fragen, z. B.:
 - Wann wird dir etwas zu viel?
 - Fühlst du dich durch die Schule, soziale Medien oder die Gesellschaft unter Druck gesetzt? Wann und wie?
 - Wie findest du Balance in deinem Alltag?Überlegt euch weitere Fragen zu den von euch ausgewählten Themen.
3. Wählt ein geeignetes kreatives Produkt, um eure Ideen zu präsentieren. Überlegt euch, wie ihr euer Wissen in diesem Produkt am besten vermitteln und umsetzen könnt.
4. Erstellt euer Produkt und präsentiert es den anderen Gruppen.

**04****Projekt D:
JUNG & ONLINE – SOCIAL MEDIA AWARENESS**

Aufgabe: Entwickelt eine Informationskampagne für junge Menschen zum Thema „Gesunde Nutzung sozialer Medien und digitale Gewohnheiten“.

Inhalt:

- typische Herausforderungen
- Warnzeichen
- gute Gewohnheiten und Alternativen

So geht's:

1. Diskutiert in eurer Gruppe, was „Social Media Awareness“ für euch bedeutet. Überlegt gemeinsam, was eine Kampagne für einen bewussteren und kritischeren Umgang mit sozialen Medien beinhalten sollte. Macht euch Notizen.
2. Wählt ein geeignetes kreatives Produkt (oder mehrere), um eure Kampagne zu präsentieren. Überlegt euch, wie ihr euer Wissen in diesem Produkt am besten vermitteln und umsetzen könnt. Hier könnt ihr zum Beispiel Entwürfe für Plakate oder Beiträge in sozialen Medien gestalten.
3. Erstellt euer Produkt und präsentiert es den anderen Gruppen.

TREFFPUNKT-AUFGABEN*



In diesem Kapitel habt ihr mit den Themen Demokratie, Ehrenamt und politisches Engagement gearbeitet. Ihr habt euch mit den ersten Versuchen einer Demokratie in Deutschland und den heutigen Merkmalen von Demokratie beschäftigt, über Mitbestimmung in der Schule gesprochen, die Gründe für ehrenamtliche Arbeit von Schülern und Schülerinnen untersucht und politisches Engagement in der Klimapolitik beleuchtet.

In den folgenden Projekten sollt ihr euer Wissen zusammenfassen, Stellung beziehen und kreativ arbeiten.

Die Projekte im Treffpunkt sind Gruppenaufgaben. Ihr arbeitet entweder in Gruppen in eurer Klasse oder zusammen mit einer Klasse aus Deutschland.

Ihr löst gemeinsam die Aufgaben und präsentiert anschließend ein kreatives Produkt, das eure Perspektive zum Thema „Teil von etwas Größerem! Demokratie und Ehrenamt“ wiedergibt.

- ein (digitales) Plakat
- ein Film (Dokumentarfilm, Stop-Motion, Kurzfilm/Video für soziale Medien, ...)
- ein Theaterstück oder eine Performance
- ein Social-Media-Beitrag
- ein Podcast oder eine Podcast-Reihe
- ein Gedicht, ein Lied oder ein Poetry Slam
- ein Artikel, ein Blogbeitrag oder eine Website
- Interviews (ein Interviewartikel, ein Videointerview, ...)
- eine Ausstellung oder eine Plakatserie
- ...



* Die Treffpunkt-Aufgaben für Kapitel 2 entsprechen den Treffpunktaufgaben für das dänische Heft 3: Kom med! Tag stilling!. Die dänischen Treffpunktaufgaben enthalten darüber hinaus noch Aufgaben für das Heft 1: Forbandede ungdom!. Hierfür gibt es in diesem Heft kein Äquivalent.



Rahmen für die Zusammenarbeit mit einer Partnerklasse aus Deutschland

Wenn ihr mit einer Partnerklasse zusammenarbeitet:

- Ihr arbeitet in **gemischten dänisch-deutschen Gruppen**.
- Ihr dürft **sowohl Dänisch als auch Deutsch** verwenden.
- Die **Produkte müssen zweisprachig** sein.
- Die Zusammenarbeit kann **digital** erfolgen.



01

**Projekt A:
DEMOKRATIE IN DER SCHULE**

Aufgabe: Erstellt einen Plan, wie eure Klasse/euer Team einen Versuch für mehr Demokratie in der Schule starten kann.

So geht's:

1. Macht zuerst ein Brainstorming in der Klasse darüber, was ihr an der Schule nicht mögt. Schreibt alles an die Tafel, womit ihr unzufrieden seid.
2. Macht nun ein Brainstorming in der Klasse: Wie würde in einer perfekten Welt eure Traumschule aussehen? Findet konkrete Beispiele und schreibt auch sie an die Tafel.
3. Diskutiert in eurer Klasse: Was könnten die ersten Schritte auf dem Weg zu einer Schule sein, die wie eure Traumschule ist? Diskutiert auch, ob es einen oder mehrere eurer Schul-Träume gibt, den die Klasse für ein paar Stunden in der Schule (ganz oder teilweise) ausprobieren kann. Welche Ideen wären möglich? Mit welcher Idee würdet ihr gerne gemeinsam arbeiten?
4. Entscheidet euch für zwei bis drei Veränderungen, die ihr in Zusammenarbeit mit der Lehrkraft in eurer Klasse ausprobieren könnt.
5. Erstellt einen Plan, wann und wie die Veränderungen im Unterricht ausprobiert werden sollen. Besprecht den Plan mit eure Lehrkraft.
6. Wählt ein Produkt aus, um diesen Plan in der Klasse vorzustellen und zu diskutieren. Vielleicht hat die Klasse weitere gute Ideen, die ihr in eurem Plan verwenden könnt.
7. Probiert euren Plan aus! Diskutiert danach in der Klasse, wie der Plan funktioniert hat und was verbessert werden könnte. Sprecht auch darüber, ob es Ideen für weitere Versuche gibt, die Schule demokratischer zu gestalten.
8. **In Zusammenarbeit mit einer Klasse aus Deutschland, die diese Übung ebenfalls durchführt hat:** Stellt euren Plan vor und berichtet, wie es gelaufen ist. Tauscht eure Erfahrungen und Ideen darüber aus, wie man mehr Demokratie in der Schule entwickeln kann. Diskutiert auch, was dem Erfolg im Wege stehen könnte und wie man damit umgehen kann.





02

**Projekt B:
WARUM (NICHT) EHRENAMTLICH ARBEITEN?**

Aufgabe: Präsentiert Beispiele für ehrenamtliche Arbeit und eine Übersicht über Vorteile von und Herausforderungen mit ehrenamtlichem Engagement.

So geht's:

1. Fragt in der Klasse, wer sich ehrenamtlich engagiert und wer nicht. Untersucht die Gründe, warum manche das tun und andere nicht. (Dies kann auch mit Hilfe eines anonymen Fragebogens durchgeführt werden.)
2. Erstellt in der Klasse eine Liste mit den wichtigsten Gründen, warum manche Menschen ehrenamtlich arbeiten und andere nicht.
3. Plant einen Besuch an einem Ort, an dem auch Freiwillige arbeiten. Untersucht, was die Freiwilligen tun und warum sie dort freiwillig arbeiten. Wie wird ihre Arbeit von anderen Personen wahrgenommen?
4. Verwendet die Ergebnisse eurer Umfrage in der Klasse und die Informationen über die Arbeit der Freiwilligen. Erstellt ein Produkt, das die Vorteile und Schwierigkeiten der Freiwilligenarbeit zeigt. Präsentiert auch gerne eure eigene Meinung zu den Ergebnissen. Ihr könnt auch verschiedene Meinungen aus eurer Klasse vorstellen.
5. **In Zusammenarbeit mit einer Klasse aus Deutschland, die diese Übung ebenfalls durchführt hat:** Präsentiert das Produkt, das ihr bei Aufgabe 4 erstellt habt. Danach könnt ihr zusammen mit der anderen Klasse untersuchen, ob es mehr Unterschiede oder mehr Gemeinsamkeiten beim Thema Freiwilligenarbeit in Deutschland und Dänemark gibt. Diskutiert auch, was das für die Bedeutung der Freiwilligenarbeit in beiden Ländern heißt.



03

**Projekt C:
WAS IST DIE BESTE ART, POLITISCH AKTIV ZU SEIN?¹**

Aufgabe: Präsentation eine Umfrage zur Frage: Was ist die beste Art, politisch aktiv zu sein?



¹ Achtung: Die Parallelaufgabe in den dänischen mødestedsopgaver ist „projektopgave D“.





So geht's:

1. Erstellt einen Fragebogen für eure Klasse (und eventuell andere Schülerinnen und Schüler der Schule): Findet heraus, warum sie bestimmte Formen der politischen Arbeit befürworten oder ablehnen.
2. Erstellt im Fragebogen eine Liste mit verschiedenen Möglichkeiten, sich politisch zu engagieren, z. B. in Gruppen/Organisationen, die sich mit bestimmten Themen befassen:
 - *Klimapolitik*
 - *Umweltpolitik*
 - *antirassistische Bewegungen*
 - *Kriege in anderen Staaten*
 - *mehr Demokratie*
 - ...

oder in Organisationen wie

 - *der Schülervvertretung oder*
 - *den Jugendorganisationen politischer Parteien*
 - ...

Für jede Möglichkeit, sich zu engagieren, soll die befragte Person drei Gründe nennen, warum man mitmachen sollte oder nicht.
3. Lest die Antworten auf den Fragebögen durch und diskutiert die Antworten der befragten Personen: Inwieweit sind sie sich einig? Worin sind sie sich uneinig? Argumentieren sie eher gegen oder für ein politisches Engagement? Welche Formen des Engagements gefallen ihnen am besten? Geben sie Gründe dafür an? Wenn sie die Gründe nicht beschreiben: Was vermutet ihr, was die Gründe sind? Und: Warum denkt ihr das?
4. Präsentiert die Ergebnisse eurer Untersuchung in einem Produkt. Kommentiert auch, wie ihr die Ergebnisse findet. Was denkt ihr über die Ergebnisse?
5. **In Zusammenarbeit mit einer Klasse aus Deutschland, die diese Übung ebenfalls durchführt hat:** Stellt eure Produkte aus Aufgabe 4 vor. Vergleicht die Ergebnisse und diskutiert Unterschiede und Gemeinsamkeiten. Besprecht auch: Was bedeuten die Ergebnisse für eine Demokratie?

AUTORENPORTRAITS

Forfattere

Julia Feller underviser i tyskuddannelserne på Aarhus Universitet og VIA University College og har tidligere undervist i tysk på gymnasiet. Hun har mange års erfaring med interkulturel undervisning samt udvikling af didaktiske materialer. Derudover er hun involveret i dansk-tyske projekter både indenfor kultur- og litteraturformidling såvel som i projekter i krydsfeltet mellem uddannelse og erhverv.

Anke Heier, ph.d., underviser som studielektor ved Aarhus Universitet blandt andet i sprogvidenskab og sprogfærdighed, kultur og samfundsforhold såvel som interkulturel kommunikation. Hun er med til at uddanne de kommende undervisere, oversættere og erhvervskommunikatører. På baggrund af sin forskning har hun udarbejdet digitalt undervisningsmateriale til gymnasier og universiteter samt vejledninger om kulturmøder, interkulturelt samarbejde og interkulturel læring i en dansk-tysk sammenhæng.

I projektgruppen

Jens Schemschat, faglig rådgiver og fagkonsulent for faget dansk ved IQSH; lærer i dansk, engelsk og drama, først på et gymnasium (FPS) i Niebüll og derefter på en fælles skole med gymnasietrinnene (KTS) i Flensburg. Der har han været engageret i adskillige Erasmus+- og udvekslingsprojekter.

Alessa Johannsen, lærer i dansk og fransk på gymnasiet (TSS Husum) og fagkonsulent for faget dansk. Hun gennemfører regelmæssigt forskellige udvekslingsprojekter med elever.

Anja Peist, projektkoordinator med mange års erfaring i det dansk-tyske samarbejde som sprog-, kultur- og administrativ medarbejder for Region Sønderjylland-Schleswig samt Aabenraa Kommune.

Morten Meisner, har undervist på Duborg-Skolen i Flensburg i historie, geografi og samfundsfag og på Syddansk Universitet i gymnasiepædagogik. Har arbejdet med interkulturelle temaer bl.a. i forbindelse med bogen 'Interkulturel didaktik' af T. Brøndum, P. Hobel og M. Meisner, Forlaget Frydenlund (2020). Har blandt andet via studierejser sammen med elever til overalt fra Sønderborg til Beijing arbejdet med interkulturelle møder.

Tak til ...

... alle, der har hjulpet os med deres vigtige input til materialerne.

... Philipp Baunsgaard Koll, Bitten Posselt Langhede, Kisna Sheikh Dona, Florian Schuhmann, Katharina König, Carolin Hinrichs for deres deltagelse i elevmøderne.

... alle elever og Anna Tams, der har hjulpet os med at udarbejde interviews.

... IQSH for deres rolle som leadpartner i projektet.

... Borgerprojekt-fonden, Interreg Deutschland-Danmark samt Regionskontor & Infocenter i Region Sønderjylland-Schleswig for den økonomiske og ideelle støtte.

QUELENNACHWEISE

KAPITEL 1:

ARTE (26.09.2023): „Mit offenen Augen: TikTok-Filter - das Verlangen nach makelloser Schönheit“
<https://www.arte.tv/de/videos/110342-105-A/mit-offenen-augen/>

Dendemann / Paroli Beats (2019): Menschene (Zitat)

Grabendorfer, Sophia (11.01.2026): „Ich war wie ein Duracell-Häschen: laufen, laufen, ohne Ziel in Sicht“ <https://www.spiegel.de/start/maya-leinenbach-fitgreenmind-ich-war-wie-ein-duracell-haeschen-laufen-laufen-ohne-ziel-in-sicht-a-eaba6e48-7dd8-4d7f-95c1-cb3fdf4c3b96>
© Maya Leinenbach, Sophia Grabendorfer und spiegel.de

Haller "Schön genug"

Musik & Text: Martin Maria Haller, Jens Johannes Schneider
© Edition Wolpertinger, Good Kid Publishing und BMG Rights Management GmbH
Mit freundlicher Genehmigung der Sony Music Publishing (Germany) GmbH.

Pötsch, Magdalena (9.01.2025): „Was hilft gegen „Brain Rot“ durch endloses Scrollen?“
<https://www.derstandard.at/consent/tcf/story/3000000251849/was-hilft-gegen-brain-rot-durch-endloses-scrollen>,
© Magdalena Pötsch und standard.at

KAPITEL 2:

ARD alpha / RESPEKT (11.09.2024): „Demokratie?!? Wer hat das Sagen in der Schule?“
<https://www.ardmediathek.de/video/respekt/demokratie-wer-hat-das-sagen-in-der-schule/ard-alpha/Y3JpZDovL2JyLmRIL2Jyb2FkY2FzdC9GMjAyMVdPMDMxMjU2QTA>

Bossong, Nora (2020): „Kohle und Leinwand“, in: Hückstädt, Hauke (Hg.): LiES. Das Buch. Literatur in Einfacher Sprache, München: Piper Verlag
© Nora Bossong

Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg: „Die Merkmale von Demokratie. Text in leichter Sprache“, <https://www.lpb-bw.de/merkmale-demokratie-leichte-sprache#c93357>, (Lizenz: CC BY-SA 4.0)

„Mein Weg zum Handeln. Interview mit Luisa Neubauer“ (2022) in: Hoppe, Wilfried / Stefan Junker: #WirHANDELN! Fächerübergreifendes Magazin zum Nachhaltigkeitshandeln, Braunschweig: Westermann Bildungsmedien Verlag GmbH, S. 10-13; © Luisa Neubauer

Fischer, Johannes M. (17.09.2025): „Engagement in der Schule. Was macht ein Realschüler aus Plochingen beim Bundespräsidenten?“, <https://www.esslinger-zeitung.de/inhalt.engagement-in-der-schule-was-macht-ein-realschueler-aus-plochingen-beim-bundespraesidenten.08ccfa74-c393-4776-9e93-464c778d94e2.html>,
© Johannes M. Fischer, <https://www.esslinger-zeitung.de>

Wir danken allen Autoren und Autorinnen, Künstlern und Künstlerinnen, Fotografen und Fotografinnen, Verlagen, Plattenfirmen und sonstigen Rechteinhabern und Rechteinhaberinnen für die freundliche Genehmigung, Texte, Bilder und Musik in dieser Publikation und in der digitalen Ausgabe wiederzugeben. Sollten wir trotz unserer Bemühungen Rechte verletzt haben, bitten wir um Kontaktaufnahme, damit wir den Fehler in künftigen Auflagen korrigieren können.

- 01 Titel obere Reihe v.l.n.r.
 Prostock-studio - stock.adobe.com
 Strive Studio - stock.adobe.com
 Nicholas F/peopleimages.com - stock.adobe.com
 Titel untere Reihe v.l.n.r.
 nuclear_lily - stock.adobe.com
 Anna Zhukkova - stock.adobe.com
 Галя Дорожинська - stock.adobe.com
- 04 nanskyblack - stock.adobe.com
- 05 Firefly AI
- 08 linke Spalte v.o.n.u.
 Home-stock - stock.adobe.com
 NDABCREATIVITY - stock.adobe.com
 Firefly AI
 mittlere Spalte v.o.n.u.
 Ellionn - stock.adobe.com
 9nong - stock.adobe.com
 Syda Productions - stock.adobe.com
 rechte Spalte v.o.n.u.
 alexandra koch - stock.adobe.com
 Галя Дорожинська - stock.adobe.com
- 9 IllustrationAlchemy - stock.adobe.com
- 10 Fokasu Art - stock.adobe.com
- 11 Marco - stock.adobe.com, Firefly AI,
 Freshkonzept GmbH
- 14 Сергей Безрученко - stock.adobe.com
- 18 Ellionn - stock.adobe.com
- 20 Галя Дорожинська - stock.adobe.com
 Bild Zeitungsartikel:
 Syda Productions - stock.adobe.com
- 24 oben
 Kawee - stock.adobe.com
 2 Reihe v.l.n.r.
 LIGHTFIELD STUDIOS - stock.adobe.com
 nuclear_lily - stock.adobe.com
- 26 1. Reihe v.l.n.r.
 Drobot Dean - stock.adobe.com
 RareStock - stock.adobe.com
 2 Reihe v.l.n.r.
 Strelciuc - stock.adobe.com
 Strive Studio - stock.adobe.com
 Louis-Paul Photo - stock.adobe.com, Firefly AI
- 27 Vergiliy - stock.adobe.com
- 36 Syda Productions - stock.adobe.com
- 38 linke Spalte v.o.n.u.
 Segi Empat Studio - stock.adobe.com
 GoldPumaze - stock.adobe.com
 IPutu - stock.adobe.com
 mittlere Spalte v.o.n.u.
 Gorodenkoff - stock.adobe.com
 frank peters - stock.adobe.com
 Johannes - stock.adobe.com, Firefly AI
 rechte Spalte v.o.n.u.
 Kzenon - stock.adobe.com
 Bijac - stock.adobe.com
- 39 homeganko - stock.adobe.com
- 40 killykoon - stock.adobe.com
 Abb. 1: Hohe, Nikolaus Christian (1841): Eröffnung
 der Bahnstrecke Köln-Bonn (1844). Eisenbahnzug
 vor Schloss Augustusburg (Lizenz: gemeinfrei)
 Abb. 2: Hosemann, Theodor (1840): Armut im
 Vormärz (Lizenz: gemeinfrei) (S. 40, Nr. 2)
- 41 Abb. 3: von Menzel, Adolph (1875): Eisenwalz-
 werk (Lizenz: gemeinfrei)
 Abb. 4: Leipziger Illustrierte Zeitung (1849): Die
 Montierungswerkstatt in der Maschinenbauanstalt
 von Maffei in Hirschau bei München (Lizenz:
 gemeinfrei)
 Abb. 5: Kollwitz, Käthe (1897 – 1898): Ein Webe-
 raufstand – Not (Lizenz: gemeinfrei)
 Abb. 6: Rethel, Alfred (1830er Jahre): Die Mecha-
 nische Werkstätten Harkort & Co. (Harkortsche
 Fabrik) auf Burg Wetter Lizenz: gemeinfrei)

- 42 Timeless Touch - stock.adobe.com
- 52 Lapping Pictures - stock.adobe.com
- 54 Anna Zhukkova - stock.adobe.com
- 55 aaima - stock.adobe.com
Illustration: aus Bundeszentrale für politische Bildung / bpb (2025): Deutschland: Demokratie, Staat, Grundrechte. Arbeitsmaterial mit Bildern und Lesevorschlägen für einfach POLITIK (Lizenz: CC BY-SA 4.0)
- 56 Illustrationen: aus Bundeszentrale für politische Bildung / bpb (2025): Deutschland: Demokratie, Staat, Grundrechte. Arbeitsmaterial mit Bildern und Lesevorschlägen für einfach POLITIK (Lizenz: CC BY-SA 4.0)
- 57 Illustrationen: aus Bundeszentrale für politische Bildung / bpb (2025): Deutschland: Demokratie, Staat, Grundrechte. Arbeitsmaterial mit Bildern und Lesevorschlägen für einfach POLITIK (Lizenz: CC BY-SA 4.0)
- 58 Illustrationen: aus Bundeszentrale für politische Bildung / bpb (2025): Deutschland: Demokratie, Staat, Grundrechte. Arbeitsmaterial mit Bildern und Lesevorschlägen für einfach POLITIK (Lizenz: CC BY-SA 4.0)
- 59 Illustrationen: aus Bundeszentrale für politische Bildung / bpb (2025): Deutschland: Demokratie, Staat, Grundrechte. Arbeitsmaterial mit Bildern und Lesevorschlägen für einfach POLITIK (Lizenz: CC BY-SA 4.0)
- 60 Titel
Prostock-studio - stock.adobe.com
1. Reihe v.l.n.r.
Studio Romantic - stock.adobe.com
Monkey Business - stock.adobe.com
2. Reihe v.l.n.r.
Stock'd - stock.adobe.com
Vadym - stock.adobe.com
- 63 Stock'd - stock.adobe.com
- 66 Nicholas F/peopleimages.com - stock.adobe.com
- 67 Infografik: Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt: Zahlen, Daten und Fakten zum Engagement und Ehrenamt. Freiwilligensurvey 2024“, <https://www.deutsche-stiftung-engagement-und-ehrenamt.de/engagiertgeforscht/freiwilligensurvey-2024/>
- 70 Firefly AI
- 72 Segi Empat Studio - stock.adobe.com
- 78 Mahmud Creative - stock.adobe.com
- 90 Gustavo - stock.adobe.com
- 94 Prostock-studio - stock.adobe.com
Auf verschiedenen Seiten - Papier-Abrisskante: Mariquita vector - stock.adobe.com

NOTIZEN

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

