

# Baby isst mit

## *Leitfaden für Lehrende*

---



*Gesundheit*  
Land Salzburg

**GKK**  
SALZBURG

**UNIVERSITÄT**  
SALZBURG



Eine Maßnahme im Rahmen der österreichweiten Vorsorgestrategie.  
Finanziert aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.

**bva**

**SVA**

 **Richtig essen**  
von Anfang an!

 **Versicherungsanstalt**  
für Kinder und Jugendliche

**AB**  
www.ab.at

## Vorwort

Im Frühling 2013 trat Frau Mag.<sup>a</sup> Margit Somweber von der Salzburger Gebietskrankenkasse an uns heran mit dem Anliegen, im Rahmen des von ihr geleiteten Projekts *Baby isst mit* Arbeitsunterlagen für Deutschlernende zu konzipieren. Daraus sind die Materialien entstanden, die Sie in Ihren Händen halten.

Die vorliegenden **Lernunterlagen** rund um das Globalthema *Gesund in der Schwangerschaft* untergliedern sich in fünf Module:

- Bei der Frauenärztin
- Gesund in der Schwangerschaft
- Einkaufen und Kochen
- Leistungen der GKK und anderer Institutionen
- Rauchen gefährdet die Gesundheit

Im Anhang (Aktionsseiten) finden Sie PartnerInnen- und Gruppenaktivitäten zu den in den Modulen behandelten Strukturen und Inhalten.

Die Unterlagen sind nicht kurstragend konzipiert. Als Lehrende/r können Sie einzelne Module herausgreifen oder auch nur Teile von Modulen, je nach Kursgruppe, -zusammensetzung und Interessen der TeilnehmerInnen. Die Lernenden sollten zumindest über das Niveau A1 verfügen, für manche, schwierigere Aufgaben auch über ein gutes Niveau A2.

Die Materialien eignen sich aufgrund der vorwiegend frauenspezifischen Themen in erster Linie für den Einsatz in Kursen speziell für Frauen: Einige Module sind stark mit dem Thema *Schwangerschaft* verbunden (Module 1 und 2), andere Materialien wiederum eher allgemein gehalten (Teile der Module 3–5).

Wir haben uns bemüht, weitgehend authentische Materialien zu verwenden, um die Lernenden an den Umgang mit authentischen Texten heranzuführen. Dadurch erklärt sich auch der unterschiedliche Schwierigkeitsgrad der Aufgaben, bedingt durch den teilweise anspruchsvollen und fachspezifischen Wortschatz der jeweiligen Texte. Als Lehrende/r sollten Sie bei der Auswahl der Aufgaben deshalb nicht zuletzt das Niveau der Texte berücksichtigen. Es geht bei der Bearbeitung der Texte jedoch selten um ein totales Verstehen, sondern vielmehr um ein globales bzw. selektives Verständnis.

In diesem **Lehrendenleitfaden** finden Sie wichtige Hinweise und Empfehlungen für die Arbeit mit den Materialien, für die Abfolge der Aufgaben und Übungen, für die Arbeit mit leistungsstärkeren oder -schwächeren Gruppen sowie Hinweise auf zusätzliche Materialien und Informationen.

Auf der **DVD-Rom** sind neben dem Lehrendenleitfaden auch die Videos und Hörtexte zum Skriptum. Sollten Sie keine Möglichkeit zum Abspielen von Videos in Ihren Kursräumen haben, können Sie auf die entsprechenden Audiodateien zurückgreifen.

Außerdem enthält die DVD-Rom Infobroschüren rund um das Thema *Schwangerschaft*, z. T. auch in verschiedenen Fremdsprachen.

Eine Übersicht über die Inhalte der DVD-Rom (Datei *inhalte.pdf*) soll Ihnen die Orientierung erleichtern.

Wir danken dem Projektteam der SGKK, insbesondere Frau Margit Somweber und Frau Johanna Ziegler, für die gute Zusammenarbeit und die inhaltliche Unterstützung.

Besonderer Dank gilt all jenen Personen, die sich für Audio-/Videoaufnahmen bereit erklärt und damit maßgeblich zum Gelingen des Projekts beigetragen haben.

**Wir wünschen Ihnen beim Einsatz der Materialien in Ihrem Unterricht viel Freude und Erfolg bringende Stunden mit Ihren Lernenden!**

Florian Bauer

Katharina Ferris

Margareta Strasser

Informationen zum Projekt *Baby isst mit* finden Sie auf der folgenden Website:

<http://www.baby-isst-mit.at/>

### **Abkürzungen:**

L = der/die Lehrende

TN = der/die TeilnehmerIn bzw. die TeilnehmerInnen

# Einleitende Bemerkungen zur Arbeit mit den Texten

---

Die in diesen Modulen behandelten Themen sind im Hinblick auf den verwendeten Wortschatz zum Teil recht anspruchsvoll, da es sich um fachspezifisches Vokabular handelt. Dennoch haben wir weitgehend authentische Texte verwendet, da die Lernenden auch im Alltag damit konfrontiert werden. Durch die Arbeit mit authentischen Texten im Unterricht sollen sie die entsprechenden Alltagssituationen leichter bewältigen können.

Dazu noch einige Hinweise zur Wortschatzarbeit:

## 1) Differenzieren:

Nicht alle Texte müssen im Detail verstanden werden, und nicht jedes Wort ist wichtig. Gerade beim Lesen/Hören in der Fremdsprache bereitet es oft Schwierigkeiten, den Sinn von Äußerungen zu erfassen, weil man sich auf einzelne Wörter konzentriert, die für das globale Verständnis aber häufig irrelevant sind.

## 2) Lehrendenleitfaden:

Im Lehrendenleitfaden finden sich wichtige Hinweise zur Vorentlastung, methodische Tipps zur Arbeit mit anspruchsvolleren Texten bzw. auch zur Arbeit mit leistungsschwächeren (oder -stärkeren) Gruppen.

## 3) Schwieriger Wortschatz:

Wir empfehlen Ihnen als Lehrenden, die Texte und Redemittel bei der Vorbereitung genau durchzulesen und auf schwierigen Wortschatz zu achten. Da Sie als Lehrende Ihre TeilnehmerInnen und deren Niveau am besten kennen, können Sie am besten die für das Verständnis notwendigen, aber schwierigen Begriffe bestimmen (z. B. *Blutung, Innereien, Rohmilch, für zwei essen, ...*) und im Unterricht gezielt behandeln.

## 4) Hinweise zur Semantisierung

### a) Wann semantisiere ich ein neues Wort am besten?

→ Im Kontext. Die meisten Texte und Aufgaben werden ohnehin vorentlastet. Um einen Text zu lesen, müssen nicht alle Wörter im Vorhinein bekannt sein. Neuer Wortschatz erschließt sich am besten im Kontext, in der „natürlichen Umgebung“ mit anderen Wörtern und Inhalten.

### b) Wie kann ich ein neues Wort semantisieren?

→ Text oder Aufgabe zunächst global lesen lassen (Vorverständnis, globales Verstehen).

Manche Wörter erschließen sich dabei bereits aus dem Kontext (wichtige Lesestrategie → *Was könnte dieses Wort in diesem Zusammenhang bedeuten?*)

### c) Unbekannte wichtige Wörter (Schlüsselwörter) semantisieren:

#### Beispiel: *Blutung*

Grundwort festlegen: *das Blut – bluten*

- Umschreiben: *Jeder Mensch hat Blut im Körper, etwa 5–6 Liter. Blut ist rot.*
- Beispiel nennen: *Wenn ich mich verletze (z. B. mit einem Messer in den Finger schneide), dann kommt Blut aus meinem Finger. Ich blute.* → mit Gesten und nonverbalen Mitteln (Au!) unterstreichen.
- Definition: *Was ist eine Blutung?*  
*Blutung heißt, eine Person verliert Blut.*
- Begriff im Kontext Schwangerschaft: *Eine Frau hat jeden Monat eine Blutung. Das ist die Periode/die Regel* (durch Gesten unterstreichen, evtl. Bild von einer Binde oder einem Tampon herzeigen). *In der Schwangerschaft hat eine Frau normalerweise keine Blutungen.*

Sie können anschließend an solche umfangreicheren Erklärungen auch ein Wortcluster erstellen.

### d) Kombination von Semantisierungsverfahren:

Wenn möglich, immer mehrere Semantisierungsverfahren verwenden (umschreiben, erklären, zeigen, aufzeichnen, ...).

#### Beispiel: *Zusatzstoffe*:

Hier kann man evtl. Produkte (z. B. Packerlsuppe, Kekspackung, Joghurt ...) mitnehmen, auf die Inhaltsstoffe hinweisen und durchgehen lassen. Die TN können auch die Getränke etc., die sie dabei haben, anschauen und die Inhaltsstoffe auf Zusatzstoffe hin überprüfen.

#### Beispiel: *Übelkeit*:

Am besten durch entsprechende Gesten und Laute demonstrieren; Beispiel anführen: *Wenn ich viel Süßes esse, wird mir schlecht/übel.*

### e) Selbständige Arbeit/Zusammenarbeit der TN fördern:

Wenn die TN Wörterbücher haben, Begriff evtl. zusätzlich im Wörterbuch nachschlagen lassen. Wenn mehrere TN dieselbe Muttersprache haben, können sie sich das Wort auch gegenseitig übersetzen/erklären.

# Modul 1: Bei der Frauenärztin

---

## Allgemeines:

Folgende Themen werden behandelt:

- Schwangerschaft im Allgemeinen
- Terminvereinbarung beim Frauenarzt/bei der Frauenärztin
- die Schwangerschaftsuntersuchung
- Schwangerschaftsbeschwerden und Abhilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden

## Lernziele für Modul 1:

- wichtiger Wortschatz zum Thema *Schwangerschaft*
- Aussagen zum Thema *Schwangerschaft* verstehen
- telefonisch einen Termin vereinbaren können
- ein Formular im Mutter-Kind-Pass und Fragen des Arztes/der Ärztin verstehen
- (gefährliche) Schwangerschaftsbeschwerden erkennen
- Tipps bei Schwangerschaftsbeschwerden verstehen
- Tipps formulieren und über Hausmittel aus dem Heimatland sprechen

### 1) Schwanger?

#### a) Sehen Sie das Foto an. Welche Wörter oder Sätze fallen Ihnen dazu ein?

Vorentlastung, im Plenum oder in Kleingruppen möglich; Aktivierung von vorhandenem Wortschatz und Wissen zum Thema *Schwangerschaft*; Wissenstransfer zwischen den TN.

#### b) Was sieht man auf den Bildern? Welche Reihenfolge passt?

Vorentlastung der Lesetexte.

Lösung:

A: Ultraschallbild

B: ein positiver Schwangerschaftstest

C: ein Baby/ein Neugeborenes

D: Babyschuhe (im Lesetext: *Babyschühchen*)

TN sagen, was sie auf den Bildern sehen, und überlegen eine mögliche (zeitliche) Reihenfolge, z. B.: B – A – C – D.

#### c) Lesetexte: Drei Schwangere – drei Welten

Lesetexte aufteilen, idealerweise Dreiergruppen bilden; jede/r in der Gruppe liest einen der drei Texte.

Die Texte müssen nicht im Detail verstanden werden, da sie relativ anspruchsvoll sind → es geht hier um globales Lesen, also das Verstehen der Hauptaussagen des Textes.

**d) Arbeiten Sie zu dritt. Welche Aussage passt zu welcher Person?**

Anschlussaktivität: In den Gruppen (ExpertInnengruppen) werden die Aussagen den drei Texten zugeordnet – pro Text gibt es drei passende Aussagen. Jede/r in der Gruppe ist ExpertIn für den jeweils gelesenen Text. Alle in der Gruppe müssen sich daher gleichermaßen beteiligen. Die Aussagen enthalten wichtigen und relevanten Wortschatz aus den Lesetexten.

Tipp für sehr schwache TN: eine Vierergruppe bilden und einen der Texte von zwei TN lesen lassen.

Lösung:

	<b>Aussagen</b>	<b>Karolin, Carina oder Elvira?</b>
a)	Sie ist mit ihren zwei Kindern oft den ganzen Tag allein und muss sich um alles kümmern.	Carina
b)	In den ersten fünf Schwangerschaftsmonaten hatte sie große Probleme mit Übelkeit.	Elvira
c)	Sie und ihr Mann wollten immer viele Kinder. Jetzt bekommen sie das dritte Kind.	Carina
d)	Sie hat sich eigentlich kein Kind gewünscht. Aber sie wollte keinen Abbruch machen.	Karolin
e)	Sie und ihr Mann haben geweint, als sie den positiven Schwangerschaftstest gesehen haben.	Elvira
f)	Als sie die ersten Ultraschallbilder gesehen hat, hatte sie starke Gefühle.	<i>Karolín</i>
g)	Sie spürt schon in der Schwangerschaft starke Muttergefühle.	Elvira
h)	Sie weiß oft gar nicht, in welcher Schwangerschaftswoche sie ist.	Carina
i)	Sie und der Vater des Kindes sind noch nicht lange zusammen.	Karolin

**e) Haben Sie Kinder? Sprechen Sie.**

Für mündlich gute Gruppen: in Kleingruppen. Wenn Frauen in der Gruppe sind, die noch nicht selbst schwanger waren, kann L gemischte Gruppen bilden, sodass diese die „erfahrenen“ Frauen befragen können. Es können auch Fragen zu Familienmitgliedern, Freundinnen oder Bekannten gestellt werden.

Bei schwächeren Gruppen kann die Diskussion von L mit konkreten Fragen angeleitet werden (Fragen zusätzlich an die Tafel schreiben).

Mögliche Fragen:

- Hatten Sie in der Schwangerschaft Probleme mit Übelkeit?
- Hatten Sie Heißhunger auf Schokolade?
- Waren Sie oft müde?

- Haben Sie einen Geburtsvorbereitungskurs gemacht?
- Hatten Sie Angst vor der Geburt?

Tipp: Beschränken Sie sich bei lernungewohnten Gruppen auf wenige Fragen und stellen Sie diese öfter an unterschiedliche TN (bzw. können die TN selbst die Fragen aneinander richten).

## 2) Einen Termin vereinbaren

Tipp zur Vorentlastung (Wiederholung von: Zahlen, Buchstabieren, alphabetisches Auffinden):

### Telefonbuchspiel:

Kopieren Sie aus den Gelben Seiten eine Seite aus der Rubrik *FrauenärztInnen*.

### Mögliche Spielverläufe:

#### **Variante 1:**

Nennen Sie den Namen eines Frauenarztes/einer Frauenärztin und buchstabieren Sie ihn. Die TN schreiben mit. Anschließend suchen die TN den Namen auf ihrer Telefonbuchseite und notieren die Telefonnummer und die Adresse; Vergleich der Telefonnummern und Adressen.

#### **Variante 2:**

Die TN suchen FrauenärztInnen in der Nähe ihres Wohnortes und notieren Namen, Adressen und Telefonnummern und präsentieren diese.

#### **Variante 3:**

PartnerInnenarbeit: Die TN notieren die Namen von zwei bis drei FrauenärztInnen auf einem Zettel; die Zettel werden getauscht und der/die PartnerIn sucht die Informationen heraus.

#### **Variante 4:**

PartnerInnenarbeit: mit Dialogen arbeiten

Die TN fragen sich gegenseitig nach Telefonnummern von bestimmten ÄrztInnen (buchstabieren und Zahlen sprechen).

### a) Einen Termin vereinbaren: Hörtraining

Den Anrufbeantwortertext zwei- bis dreimal vorspielen; die TN notieren die fehlenden Informationen → Uhrzeiten und Wochentage.

DVD: Modul 1 → Audio  
1\_2a Anrufbeantworter.mp3

#### Lösung:

Montag, Mittwoch und Freitag von 8:00 bis 13:00 Uhr und am Dienstag von 8:00 bis 16:00 Uhr

### b) Ein Telefongespräch. Ordnen Sie zu.

#### Lösung:

4 – 6 – 5 – 3 – 7 – 1 – 2

DVD: Modul 1 → Audio  
1\_2b Telefonanruf.mp3

- Ordination Dr. Buchauer.
- ◆ Grüß Gott. Ich möchte gerne einen Termin für eine Untersuchung ausmachen. Ich denke, ich bin schwanger. (4)
- Ja ... Ihr Geburtsdatum, bitte.
- ◆ Das ist der 27. November 1985. (6)
- Wie ist Ihr Nachname?



- ◆ Möckel, M-Ö-C-K-E-L. (5)
  - Wann war der erste Tag Ihrer letzten Regel?
- ◆ Ich glaube, das war der Mittwoch vor sechs Wochen, also der 15. Oktober. (3)
  - Gut. Ich schlage vor, wir machen die erste Untersuchung in der achten Schwangerschaftswoche, das ist in zwei Wochen. Ich habe einen Termin am Montagvormittag um 10:15 Uhr.
- ◆ Ja, das passt gut. (7)
  - In Ordnung. Bitte geben Sie mir noch Ihre Telefonnummer.
- ◆ Ja, meine Nummer ist 0662 403821. (1)
  - Vielen Dank. Auf Wiederhören.
- ◆ Danke. Auf Wiederhören. (2)

### Training von Dialogen und Redemitteln:

Im Anschluss an Aufgabe 2 b) eignen sich die Dialogkarten aus dem Anhang (S. 35). Vorlage kopieren und Kärtchen schneiden. In PartnerInnenarbeit oder zu dritt soll ein Dialog zusammengesetzt werden; dann werden die Dialoge getauscht, sodass jede Gruppe drei Dialoge zusammensetzt (Vorentlastung für das Rollenspiel).

### c) Rollenspiel (in Paaren)

Tipp: Um Telefongespräche zu üben, setzen sich die TN Rücken an Rücken. Das simuliert die Situation eines Telefonats, da man den/die Sprechende/n nicht sieht (was eine besondere Schwierigkeit bei Telefonaten darstellt).

In einem ersten Durchgang können sich die TN z. B. ganz eng an die Dialogvorlage aus 2 b) halten und nur durch eigene Daten ergänzen.

In einem zweiten Durchgang sollen freiere Dialoge nach den Angaben auf den Rollenkarten entstehen. Die TN entscheiden sich für eine Situation (graue bzw. weiße Kästchen) und wählen eine Rolle (Anruferin oder Ordinationshilfe).

## 3) Bei der Frauenärztin

### a) Video: Was sehen Sie?

Das Video vermittelt einen ersten Eindruck einer frauenärztlichen Praxis und vom Ablauf einer Untersuchung. Es geht hier vor allem um die Erarbeitung von relevantem Wortschatz über Bilder und Handlungsabläufe.

**DVD: Modul 1 → Video**  
 1\_3a Frauenaerztin.mpg  
**[DVD: Modul 1 → Audio**  
 1\_3a Frauenaerztin.mp3]

#### Lösung:

Blutdruckmessgerät, Waage, Arztpraxis, Ultraschallbild, gynäkologischer Stuhl, Mutter-Kind-Pass

Hinweis: Falls Sie keine Möglichkeit zum Abspielen von Videos im Kursraum haben, empfehlen wir, diese Übung wegzulassen, da hier dem kombinierten Hör-Seh-Verstehen eine wichtige Rolle zukommt. In leistungsstarken Gruppen können Sie auch auf die Audioversion zurückgreifen (Hinweis: In der Audioversion kommen die Wörter *Arztpraxis* und *Mutter-Kind-Pass* nicht vor).

Unter folgendem Link finden Sie noch ein Video, das eine Mutter-Kind-Pass-Untersuchung einer Schwangeren zeigt (Deutschland): <http://www.youtube.com/watch?v=k0s3CE4TpMY>.

## b) Wie verläuft eine Untersuchung?

Die TN reihen in PartnerInnenarbeit die einzelnen Schritte, Kontrolle im Plenum. Evtl. vorher als Hilfe das Video aus 3 a) noch einmal zeigen (Achtung: Nicht alle Schritte kommen im Video vor).

### Lösung:

den Blutdruck messen – abwägen – im Wartezimmer warten – mit der Ärztin sprechen – eine gynäkologische Untersuchung machen – einen Ultraschall machen – einen neuen Termin ausmachen

## c) Die erste Untersuchung

Die Anamnese zu Beginn der Schwangerschaft: Mutter-Kind-Pass, S. 12.

Diese Aufgabe behandelt relevanten und wichtigen Wortschatz und Redemittel für das Erstgespräch mit dem Frauenarzt/der Frauenärztin in der Schwangerschaft.

### Lösung:

9	Hatten Sie schon einen Kaiserschnitt?
11	Nehmen Sie regelmäßig Medikamente?
6	Trinken Sie Alkohol?
1	Gibt es in Ihrer Familie Krankheiten?
8	Hatten Sie Operationen?
12	Reagieren Sie auf Lebensmittel oder Medikamente allergisch?
5	Rauchen Sie jetzt?
4	Haben Sie vor der Schwangerschaft geraucht?
8	Haben oder hatten Sie eine schwere Krankheit (z. B. Diabetes, Herzfehler)?
3	Hatten Sie als Kind Windpocken?
7	Nehmen Sie Drogen?

## Allgemeine Informationen zum Mutter-Kind-Pass:

Die fristgerechte Durchführung der Untersuchungen laut Mutter-Kind-Pass ist die Voraussetzung dafür, dass das Kinderbetreuungsgeld in vollem Umfang ausbezahlt wird. Während der Schwangerschaft gibt es fünf verpflichtende Untersuchungen (bis Ende der 16. SSW/17.–20. SSW/25.–28. SSW/30.–34. SSW/35.–38. SSW). Zusätzlich gibt es danach verpflichtende Untersuchungen für das Kind. Alle diese Untersuchungen sind kostenlos.

Informationen dazu z. B. unter

[https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen\\_Schwangerschaft\\_HK.html](https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen_Schwangerschaft_HK.html)

## d) Welche Fragen kann der Arzt/die Ärztin noch stellen?

L sammelt mit TN mögliche Fragen, die der Arzt/die Ärztin noch stellen kann; wichtig: die Punkte thematisieren, die im Redemittelkasten aufgegriffen werden, z. B. *Fehlgeburt/Totgeburt; Zyklus; Pille* (hier kann es kulturspezifische Unterschiede geben).

Hinweis: Auch im Mutter-Kind-Pass werden vorausgegangene Schwangerschaften erhoben – dazu zählen auch Schwangerschaften, die mit einer Fehl- oder Totgeburt geendet haben. Bei einer

*Fehlgeburt* handelt es sich um ein totgeborenes Kind, dessen Geburtsgewicht unter 500 Gramm liegt.  
*Totgeburt*: Das Geburtsgewicht liegt über 500 Gramm.

Informationen dazu:

[https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/Fehlgeburt\\_Totgeburt\\_HK.html](https://www.gesundheit.gv.at/Portal.Node/ghp/public/content/Fehlgeburt_Totgeburt_HK.html)

Informationen zum Ausfüllen des Mutter-Kind-Passes:

[http://www.bmg.gv.at/cms/home/attachments/0/4/6/CH1101/CMS1310413628758/mukupassleitfa-den\\_211011.pdf](http://www.bmg.gv.at/cms/home/attachments/0/4/6/CH1101/CMS1310413628758/mukupassleitfa-den_211011.pdf)

### e) Das Kind im Bauch

Wortschatzübung; unter dem Link <http://www.babycenter.de/c25002719/schwangerschaftsbegriffe-in-fremdsprachen>: *Schwangerschaftsbegriffe in Fremdsprachen* gibt es Vokabellisten rund um Schwangerschaft und Geburt in mehreren Fremdsprachen (Arabisch, Chinesisch, Polnisch, Spanisch, Portugiesisch, Türkisch, Englisch, Russisch, Italienisch) sowie fremdsprachige Artikel für Schwangere.

### f) Testen Sie Ihr Wissen

Folgende Beschwerden sollten in der Schwangerschaft immer ernst genommen und mit dem Arzt abgeklärt werden:

**Blutungen** → Leichte vaginale Blutungen können in einer normal verlaufenden Schwangerschaft vorkommen. Trotzdem immer mit dem Arzt abklären, da sie auch Anzeichen für eine Eileiterschwangerschaft, eine Frühgeburt oder eine Ablösung der Plazenta sein können!

**Fieber** → Fieber über 38 Grad ohne Grippesymptome immer mit dem Arzt abklären → Anzeichen für eine Infektion

**Heftige Kopfschmerzen** → können in der Schwangerschaft auftreten; wenn sie über einen Zeitraum von zwei bis drei Stunden auftreten und es auch zu Sehstörungen oder Schwellungen kommt, sofort zum Arzt gehen

**Das Baby bewegt sich weniger oder gar nicht** → die Position verändern, etwas essen und trinken – oft bewegt sich das Baby dann; spätestens nach einem Beobachtungszeitraum von 24 Stunden den Arzt kontaktieren

**Ich sehe alles verschwommen** → kann ab der 20. SSW ein Anzeichen für Präeklampsie sein

**Schmerzen im Bauch/Unterleib** → immer abklären (siehe Blutungen)

**Ich muss mich ständig übergeben** → in der ersten Schwangerschaftshälfte dann gefährlich, wenn die Mutter gar nichts mehr behalten kann; in der zweiten Schwangerschaftshälfte immer abklären lassen (Präeklampsie)

### Typische Schwangerschaftsbeschwerden:

**Müdigkeit** → typische Begleiterscheinung einer Schwangerschaft; gesunde Ernährung, Sport und ausreichend Schlaf können helfen

**Rückenschmerzen** →  $\frac{3}{4}$  aller Schwangeren leiden unter Rückenschmerzen (Kraft- und Haltungstraining, leichter Sport, ein warmes Bad oder eine Massage können helfen)

Detaillierte Informationen unter: <http://www.babycenter.de/a8562/schwangerschaftssymptome-die-sie-immer-beachten-m%C3%BCssen>

### g) Wohin gehen Sie, wenn ...?

Hier geht es einerseits um individuelle Zuordnungen und die Aktivierung von Wortschatz, andererseits kann (und sollte) hier auch das österreichische Gesundheitssystem thematisiert werden: Wichtig ist, die TN darauf hinzuweisen, bei welchen Beschwerden es welche Anlaufstelle gibt. Z. B. geht man mit einem verstauchten Knöchel oder einer kleinen Schnittwunde werktags zum Hausarzt und nicht ins Krankenhaus. Bei leichtem Fieber geht man nicht unbedingt zum Arzt/zum Ärztin; bei

leichten Beschwerden kann man in der Apotheke nachfragen. Die Ambulanz eines Krankenhauses ist nur für Notfälle gedacht.

#### **h) Wann gehen Sie NICHT zum Hausarzt/zur Hausärztin/ins Krankenhaus?**

Siehe Punkt g): Hier sollte auch das österreichische Gesundheitssystem thematisiert werden.

**4)**

#### **a) Videoclip 1: Sehen Sie das Video an.**

Vorentlastung: Die TN sammeln in PartnerInnen- oder Gruppenarbeit Wortschatz zum Thema.

**DVD: Modul 1 → Video**  
1\_4a\_Clip 1 Einstieg.mpg

Hinweis: Falls Sie keine Möglichkeit haben, Videos im Unterricht zu zeigen, können Sie anstelle des Videos auch ein Foto einer Apotheke mitbringen und die TN Wortschatz sammeln lassen.

#### **b) Videoclip 2: Tipps gegen Sodbrennen. Was ist richtig?**

Vorentlastung: unbekanntem Wortschatz aus den Angaben thematisieren (z. B. *Sodbrennen*) und Vermutungen anstellen lassen: Was könnte richtig sein?

**DVD: Modul 1 → Video**  
1\_4b\_Clip 2 Sodbrennen.mpg  
**[DVD: Modul 1 → Audio**  
1\_4b\_Clip 2 Sodbrennen.mp3]

Lösung: (richtig)

viele kleine Mahlzeiten essen

wenig Kaffee trinken

Mandeln oder Haselnüsse kauen

Akupressurpunkt am Daumenballen drücken

Bevor man Medikamente nimmt: immer mit dem Arzt oder Apotheker sprechen

#### **c) Videoclip 2: Hören Sie noch einmal und korrigieren Sie die falschen Aussagen aus 4 b).**

Lösung: (korrigierte Aussagen)

Getränke zwischen den Mahlzeiten trinken

Getränke ohne Kohlensäure trinken

beim Schlafen erhöht (z. B. auf 2 Kissen) liegen

#### **d) Videoclip 3: Tipps gegen Verstopfung. In welcher Reihenfolge hören Sie diese Tipps?**

Hier und bei der folgenden Aufgabe kann L analog zu Clip 2 vorgehen. Je nach Zeit und/oder Interessen bzw. Kenntnissen der TN können auch nur einzelne Videos ausgewählt werden. Im Anschluss an die Videos können die TN auch selbst entsprechende Tipps ergänzen.

**DVD: Modul 1 → Video**  
1\_4d\_Clip 3 Verstopfung.mpg  
**[DVD: Modul 1 → Audio**  
1\_4d\_Clip 3 Verstopfung.mp3]

Lösung:

2 viel trinken (kohlenstofffreie Getränke)

5 Flohsamen essen

3 Bewegung machen

4 Milchzucker mit Joghurt oder Tee einnehmen

1 ballaststoffreiche Ernährung (Obst, Gemüse, Vollkornprodukte)

**e) Videoclip 4: Tipps gegen Übelkeit. Welche von diesen Tipps gegen Übelkeit hören Sie?**

Lösung:

Ingwertee trinken – homöopathische Medikamente nehmen – ein Akupressurband verwenden

**DVD: Modul 1 → Video**  
1\_4e\_Clip 4 Uebelkeit.mpg  
**[DVD: Modul 1 → Audio**  
1\_4e\_Clip 4 Uebelkeit.mp3]

**5) Aufgabe 5:**

Hier geht es um interkulturelles Lernen und den freien Austausch in der Gruppe und im Plenum.

# Modul 2: Gesund in der Schwangerschaft

---

## Allgemeines:

In diesem Modul geht es um Gesundheit in der Schwangerschaft.

Behandelt werden folgende Themen:

- Lebensmittel und Getränke
- Inhaltsstoffe von Lebensmitteln und Getränken
- gesunde Ernährung in der Schwangerschaft
- individuelle Essensgewohnheiten
- Lebensmitteltabus in der Schwangerschaft
- Hygieneregeln
- Sport und Bewegung in der Schwangerschaft

## Lernziele:

- Nahrungsmittel(-gruppen) benennen können
- Lebensmittel kategorisieren und Inhaltsstoffe benennen können
- ein Interview zum Thema *Gesunde Ernährung in der Schwangerschaft* verstehen
- über Essensgewohnheiten berichten und Essensgewohnheiten vergleichen
- risikoreiche Lebensmittel in der Schwangerschaft benennen können
- einen Lesetext über Lebensmitteltabus in der Schwangerschaft verstehen
- einen Lesetext über Hygieneregeln verstehen
- Sportarten benennen und kategorisieren können
- einen Lesetext über Sport und Bewegung in der Schwangerschaft verstehen
- über eigenes Sportverhalten sprechen

### 1) Was sehen Sie auf dem Foto? Sprechen Sie.

Diese Aufgabe dient der Wortschatzaktivierung.

Tipp: Begriffe benennen lassen und mit Artikel und Pluralendungen ungeordnet an die Tafel schreiben. TN bitten, die Wörter nach folgenden Kategorien abzuschreiben: *Obst, Gemüse, Getreideprodukte, Milchprodukte, Anderes*. Die TN können die Wörter z. B. aber auch nach Farben geordnet abschreiben und kategorisieren (ungewöhnliche bzw. nicht eindeutige Kategorien bieten u. U. mehr Anlass zum Sprechen).

Hinweis: Kategorienbildung unterstützt Wortschatzerwerb und -festigung.

**2) Arbeiten Sie in Kleingruppen und ordnen Sie Lebensmittel und Getränke zu. Jede Gruppe arbeitet mit einer Tabelle. Vergleichen Sie Ihre Ergebnisse.**

Je nach Anzahl der TN eine oder zwei Tabellen pro Kleingruppe vergeben. Die Gruppen sammeln (auch mithilfe des Wörterbuchs) möglichst viele Lebensmittel/Getränke, die zu den angegebenen Kategorien passen.

Diese Aufgabe dient einerseits der Systematisierung von Wortschatz nach Kategorien und andererseits der Bewusstmachung, welche Inhaltsstoffen in verschiedenen Lebensmitteln und Getränken enthalten sind.

**3) Warum sind Lebensmittel und Getränke gesund oder ungesund?**

Diese Aufgabe kann mündlich im Plenum durchgeführt werden. Empfehlenswert ist eine schriftliche Vorbereitung in Einzelarbeit.

Die Aufgabe ist offen, und es gibt keine richtigen oder falschen Lösungen. Ziel ist einerseits die Festigung und Erweiterung des Wortschatzes. Andererseits sollen die TN ihre eigene Meinung vertreten und begründen. Hier können auch kulturelle Unterschiede zum Tragen kommen.

Hinweis: Im Mündlichen gilt auch die Verbzweitstellung als korrekt.

**4) Ein Gespräch mit der Expertin**

Das Interview ist mit der Ernährungswissenschaftlerin Mag.<sup>a</sup> Simone Wurzer im Anschluss an einen Workshop zum Thema *Baby isst mit. Gesunde Ernährung in der Schwangerschaft* entstanden.

**a) Formulieren Sie Fragen an Frau Wurzer. Was möchten Sie gerne über gesunde Ernährung in der Schwangerschaft wissen?**

Die TN arbeiten in Einzel- oder PartnerInnenarbeit und schreiben mögliche Fragen mithilfe des Redemittelkastens auf. Kontrolle im Plenum (Tipp: Fragen in korrekter Form zusätzlich an der Tafel festhalten).

Diese Aufgabe dient als Vorentlastung für das folgende Interview. Darüber hinaus ist das Formulieren von Fragen zum Thema des Textes vor dem Hören bzw. Lesen eine sehr wichtige Verstehensstrategie.

**b) Hören Sie. Welche Fragen hat Frau Moser beim Interview gestellt? Kreuzen Sie an.**

→ selektives Hören

Die TN lesen vor dem ersten Anschauen des Videos die Fragen durch und kreuzen während des Anschauens an, welche Fragen im Interview tatsächlich vorkommen.

**DVD: Modul 2 → Video**

2\_4 Ernaehrungsberatung.mpg

**[DVD: Modul 2 → Audio**

2\_4 Ernaehrungsberatung.mp3]

Lösung:

Wie viel soll eine schwangere Frau pro Tag essen?

Wie oft soll man in der Schwangerschaft täglich essen?

Welche Lebensmittel sind für Mutter und Baby gut und gesund?

Welche Produkte darf man in der Schwangerschaft nicht essen?

Darf man in der Schwangerschaft Kaffee trinken?

### c) Hören Sie noch einmal. Was ist richtig?

→ detailliertes Hören

Vor dem nochmaligen Hören lesen die TN die vorgegebenen Sätze durch. L klärt unbekannte Wörter. Die richtigen Aussagen werden während des Hörens angekreuzt.

Lösung:

Eine schwangere Frau braucht nur 250 Kalorien pro Tag mehr.

Vollkornprodukte sind sehr gesund und nährstoffreich.

In der Schwangerschaft soll man keine rohen Eier essen.

### 5) Essensgewohnheiten

Bei den folgenden Aufgaben arbeiten die TN mit den Aktionsseiten im Anhang der Kursbroschüre.

Hinweis: In leistungsstarken Gruppen kann Aufgabe a) (PartnerInnenspiel mit Vorgaben) auch weggelassen werden.

#### a) Was haben die Personen gestern gegessen und getrunken? Arbeiten Sie zu zweit und tauschen Sie Informationen aus.

Aufgabe zum Sprechen in PartnerInnenarbeit. Beide PartnerInnen arbeiten mit unterschiedlichen Arbeitsblättern (PartnerIn A: S. 2 u. 3; PartnerIn B: S. 4 u. 5) und tauschen ihre Informationen aus. Trainiert werden Sprechen (Fragen stellen; Perfekt von *essen* und *trinken*) sowie Hören und Notizenmachen.

#### b) Was haben Sie gestern gegessen und getrunken? Schreiben Sie.

Die TN füllen das Essensprotokoll (→ Aktionsseiten, S. 6) in Einzelarbeit aus und vergleichen dann mit ihrem/r PartnerIn. Die Aufgabe dient der Wortschatzwiederholung und der Bewusstmachung des eigenen Essverhaltens.

#### c) Vergleichen Sie Ihr Protokoll mit der österreichischen Ernährungspyramide. Sprechen Sie und vergleichen Sie.

Arbeit mit den Aktionsseiten im Anhang (S. 1). Im Plenum kann zuerst die Ernährungspyramide besprochen werden. Die Lebensmittelgruppen sollten aus Aufgabe 1) und 2) bekannt sein. Zur Wiederholung können aber auch hier vorweg die im unteren Bereich angegebenen Kategorien thematisiert werden: L erklärt die Oberbegriffe, TN sammeln in Kleingruppen (3–4 TN) Beispiele zu den einzelnen Kategorien. Anschließend werden die Ernährungspyramide und die empfohlenen Mengen besprochen.

Mithilfe der vorgegebenen Redemittel vergleichen die TN ihre eigenen Protokolle dann mit der österreichischen Ernährungspyramide und verwenden dazu die vorgegebenen Redemittel. Dazu eignet sich eine schriftliche Vorbereitungsphase in Einzelarbeit oder gemeinsames Erarbeiten von Vergleichen an der Tafel.

### 6) Testen Sie Ihr Wissen.

In dieser Aufgabe geht es um Lebensmittel, die in der Schwangerschaft tabu sind, da sie für das Baby schädliche Stoffe enthalten oder Träger von Keimen und Krankheitserregern sein können. Diese Informationen sind besonders wichtig, da bei Schwangeren die Gefahr einer Lebensmittelvergiftung



erhöht ist bzw. schädliche Stoffe direkt zum Baby transportiert werden. Wichtig: unbekanntem/schwierigen Wortschatz (z. B. *roh, Innereien, gut durchgebratener Fisch, ...*) erklären.

Lösung:

In der Schwangerschaft **tabu** sind:

roher Fisch

Tiramisu (in der Zubereitung wird rohes Ei verwendet; rohe Eier können Salmonellen enthalten)

Spiegelei (siehe oben; in der Schwangerschaft sollten nur gekochte Eier konsumiert werden)

ein Glas Rotwein (Alkohol sollte auch in geringen Mengen vermieden werden)

Innereien (auf Innereien sollte man in der Schwangerschaft verzichten; ebenso auf Rohschinken und Salami, da das Risiko einer Listerien-Infektion oder Toxoplasmose besteht)

Steak medium (Fleisch sollte gut durchgegart sein und innen nicht mehr rosa)

fünf Tassen Schwarztee (man sollte nicht mehr als zwei bis drei Tassen Kaffee bzw. vier Schwarz-/Grüntee pro Tag trinken – nicht mehr als 200 mg Koffein täglich –, da ein erhöhter Koffeinkonsum zu geringem Geburtsgewicht oder einer Frühgeburt führen kann)

Rohmilch (alle nicht pasteurisierten Milchprodukte sind in der Schwangerschaft tabu, da sie zu einer Lebensmittelvergiftung führen können)

Energy-Drinks (auf Koffeingehalt achten – siehe oben)

Zigaretten (Rauchen in der Schwangerschaft schadet dem Baby und sollte in jedem Fall vermieden werden; siehe Modul 5)

### **7) Lesen Sie und vergleichen Sie mit Ihren Antworten in Aufgabe 6.**

Leseverstehen: gegebenenfalls unbekanntem, für das Verstehen wichtigen Wortschatz erklären

### **8) Lesen Sie. Ordnen Sie die Fotos den Textabschnitten zu (zu einem Abschnitt gehören zwei Fotos). Markieren Sie die Fotos dann mit ✓ (richtig) oder x (falsch).**

Lösung:

Bild 1: Kühlschränke regelmäßig reinigen.

Bild 2: Regelmäßiges, gründliches Händewaschen vor und nach der Zubereitung von Speisen.

Bild 3: Obst, Gemüse und Salate (auch verpackte Salate) gründlich waschen.

Bild 4: Lebensmittel nach Überschreiten des Verbrauchs- und Mindesthaltbarkeitsdatums nicht mehr konsumieren.

Bild 5: Zubereitung von Fleisch, rohen Eiern und rohem Gemüse auf unterschiedlichen, möglichst glatten Arbeitsflächen.

Bild 6: Obst, Gemüse und Salate (auch verpackte Salate) gründlich waschen.

Bild 1: ✓

Bild 2: ✓

Bild 3: ✓

Bild 4: x

Bild 5: x

Bild 6: x

## Sport und Bewegung

### 1) Sammeln Sie Sportarten. Welche Sportarten passen?

Diese Aufgabe dient der Aktivierung und Erweiterung des Wortschatzes und ist eine Vorentlastung für den folgenden Lesetext. Die TN sollen zunächst in Einzelarbeit allen vier Feldern Sportarten zuordnen. Hier geht es um individuelle Zuordnungen, die auch Anlass für eine Diskussion im Plenum sein können.

### 2) Sport in der Schwangerschaft

Der Lesetext enthält wichtige Tipps zu Sport und Bewegung in der Schwangerschaft. Basierend auf den Informationen im Text ergänzen die TN, z. B. in Einzel- oder PartnerInnenarbeit, die nachfolgende Tabelle 2 a) mit Beispielen aus dem Text und eigenen Beispielen. Kontrolle im Plenum.

für Schwangere geeignet	für Schwangere nicht geeignet
Gymnastik	Mannschaftssport
Schwimmen	Skifahren
Spaziergänge	Reiten
Nordic Walking	Tauchen
Yoga (für Schwangere)	...
...	

### 3) Eine Umfrage. Lesen Sie. Welchen Sport machen die Frauen?

Der Text ist eine Umfrage unter Userinnen des *Eltern.de*-Forums. Wichtig ist hier, die Textsorte *Umfrage* zu thematisieren, da die TN in einem weiteren Schritt eine eigene Umfrage durchführen sollen. Hier geht es um selektives Lesen. Die TN markieren, welchen Sport die Frauen in der Schwangerschaft machen.

### 4) Machen Sie eine Kursumfrage. Befragen Sie mindestens vier andere KursteilnehmerInnen.

Für die Kursumfrage arbeiten die TN mit dem Arbeitsblatt im Anhang der Kursbroschüre (Aktionsseiten, S. 7). Die TN bewegen sich frei im Kursraum und suchen sich mindestens vier InterviewpartnerInnen. Die erfragten Informationen werden auf dem Arbeitsblatt notiert. Im Anschluss können die TN eine/n ihrer InterviewpartnerInnen im Plenum vorstellen: *Nadja geht regelmäßig schwimmen ...*

# Modul 3: Einkaufen und Kochen

---

## Allgemeines:

Folgende Themen werden behandelt:

- Einkaufen: Produkte und Einkaufsmöglichkeiten
- gesunde Rezepte
- Tätigkeiten in der Küche
- internationale Rezepte

## Lernziele:

- Produkte benennen und über Einkaufsmöglichkeiten sprechen können
- ein Rezept verstehen können
- Tätigkeiten in der Küche benennen können
- ein Rezept schreiben können
- Rezepte aus anderen Ländern kennen lernen

### 1) Was ist in Ihrem Einkaufswagen?

**Arbeiten Sie mit Supermarktprospekten und schreiben oder zeichnen Sie, was Sie kaufen.**

L sollte für diese Aufgabe unterschiedliche Supermarktprospekte mit in den Unterricht bringen, damit jede/r TN mindestens ein Prospekt erhält. Die Aufgabe dient der Aktivierung und Erweiterung des Wortschatzes. Die TN suchen aus den Prospekten die Dinge heraus, die sie selbst kaufen würden und „füllen“ damit ihren Einkaufswagen.

**Variante:** Die TN erhalten jeweils zwei oder drei Prospekte von verschiedenen Supermärkten und können dadurch auch Preisvergleiche anstellen. Aufgabenstellung könnte z. B. sein, möglichst billig einzukaufen. Anschließende Besprechung im Plenum.

### 2) Einkaufsgewohnheiten

#### a) Wo kann man in Österreich Lebensmittel und Getränke kaufen? Und in Ihrem Land?

**Sammeln Sie.**

Je nach Gruppengröße kann man diese Aufgabe in Kleingruppen oder im Plenum an der Tafel durchführen.

Hier geht es in erster Linie um Wortschatzarbeit, zusätzlich können auch die Präpositionen wiederholt werden und in einem zweiten Schritt für die gesammelten Begriffe an der Tafel systematisiert werden.

Beispiel:

bei	in	auf	an
beim Bäcker bei Sony	im Supermarkt in der Bäckerei	auf dem Markt	an der Tankstelle

**b) Wo kaufen Sie normalerweise ein? Sprechen Sie.**

Diese Aufgabe dient der Festigung des Wortschatzes und als Sprechtraining. Sie kann in Kleingruppen oder im Plenum durchgeführt werden.

**c) Was ist für Sie beim Kauf von Lebensmitteln wichtig? Sprechen Sie.**

Die TN sprechen im Plenum oder Kleingruppen über ihre Prioritäten beim Einkaufen von Lebensmitteln. Hier können je nach Diskussionsverlauf auch Begriffe wie *biologisch*, *regional* oder *saisonal* eingeführt werden. Die Aufgabe eignet sich auch, um Vergleiche mit den Heimatländern der TN anzustellen.

**3) Gesunde Rezepte**

In dieser Aufgabe arbeiten die TN mit zwei Rezepten aus der Broschüre von AGES/BMG/GV *Richtige Ernährung von Anfang an* (online unter:

[http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/2/0/6/CH1048/CMS1288947894579/schwangerschaft\\_u\\_stillzeit.pdf](http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/2/0/6/CH1048/CMS1288947894579/schwangerschaft_u_stillzeit.pdf)).

**a) Welche Zutaten passen zu welchem Rezept? Ordnen Sie zu.**

L klärt nach Bedarf unbekannte Wörter. Die TN ordnen die Zutaten den zwei Rezepten zu und orientieren sich dabei an den Bildern und an ihrem Weltwissen.

Lösungen: (unterstrichen)

**Zander mit Polenta und Tomatensalat:**

2 Zanderfilets (à 150 g)

etwas Zitronensaft

Salz, Pfeffer

*Für die Polenta:*

600 ml Wasser und Salz

150 g Maisgrieß

*Für den Salat:*

400 g Tomaten

1 EL Olivenöl

2 EL weißer Balsamico-Essig

Wasser nach Bedarf, Kräuter

**Beerenmüsli:**

250 g Beerenobst

1 Apfel

etwas Zitronensaft

100 g Vollkorngetreideflocken

250 g fettarmes Joghurt (1 %)

1 EL zerkleinerte Walnüsse

**b) Zwei in einem: Welche Sätze passen zu welchem Rezept? Markieren Sie mit unterschiedlichen Farben!**

→ Leseverstehen

Lösung (Rezept Zander mit Polenta und Tomatensalat unterstrichen):

- Obst waschen, den Apfel in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.
- Zanderfilets mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und auf beiden Seiten anbraten, bis sie vollständig durchgegart sind.
- Wasser in einem Topf aufkochen lassen, salzen und den Maisgrieß langsam einrühren. Anschließend bei geringer Hitze und unter ständigem Rühren langsam aufquellen lassen.
- Tomaten waschen, Stängelansatz entfernen und in kleine Stücke schneiden.
- Getreideflocken in Joghurt einrühren und kurz quellen lassen, mit Obst und zerkleinerten Walnüssen vermischen und sofort servieren.
- Für die Marinade Öl, Essig, Wasser und Kräuter vermischen und über die Tomaten geben.

#### 4) Tätigkeiten beim Kochen

##### a) Markieren Sie die Verben im Rezept

Lösung:

- Obst waschen, den Apfel in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.
- Zanderfilets mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und auf beiden Seiten anbraten, bis sie vollständig durchgegart sind.
- Wasser in einem Topf aufkochen lassen, salzen und den Maisgrieß langsam einrühren. Anschließend bei geringer Hitze und unter ständigem Rühren langsam aufquellen lassen.
- Tomaten waschen, Stängelansatz entfernen und in kleine Stücke schneiden.
- Getreideflocken in Joghurt einrühren und kurz quellen lassen, mit Obst und zerkleinerten Walnüssen vermischen und sofort servieren.
- Für die Marinade Öl, Essig, Wasser und Kräuter vermischen und über die Tomaten geben.

Für die Begriffserklärung eignet sich hier das Vorzeigen der Tätigkeiten besonders gut (Pantomime). TN, die bestimmte Verben bereits kennen, werden ermuntert, die Tätigkeit vorzuzeigen. Die Koppelung von Wörtern mit Gesten wird besonders gut gemerkt.

##### b) Ergänzen Sie. Vergleichen Sie mit dem Rezept.

In dieser Übung geht es um Wortschatzkontrolle und -festigung.

Lösung:

- a) das Obst/die Tomaten waschen
- b) den Apfel/die Tomaten in kleine Stücke schneiden
- c) das Wasser/die Milch aufkochen
- d) den Maisgrieß ins Wasser einrühren
- e) Öl, Essig und Kräuter vermischen
- f) den Fisch auf beiden Seiten anbraten
- g) mit Salz und Pfeffer würzen
- h) das Zanderfilet mit Zitronensaft beträufeln

Hinweis: Falls frische Kräuter verwendet werden, diese ebenfalls vorher gut waschen.

##### c) Arbeiten Sie zu zweit und ergänzen Sie.

Hier geht es um die Festigung und Erweiterung von Wortschatz. Die TN arbeiten in PartnerInnenarbeit und sammeln zu jeder Kategorie möglichst viele Begriffe (auch mithilfe des Wörterbuchs). Kontrolle im Plenum.

Tipp: Kann auch als Wettbewerb gestaltet werden: Welches Team findet die meisten Begriffe?

**d) Pantomime. Üben Sie zu dritt oder viert. Eine Person zeigt vor, die anderen raten.**

Diese Aufgabe dient der Festigung des Wortschatzes.

L macht aus der Kopiervorlage im Anhang (S. 37) Kärtchen. Jede Kleingruppe erhält ein Set Kärtchen und legt diese verdeckt auf den Tisch. Jeweils ein/e TN zieht ein Kärtchen und stellt die Tätigkeit pantomimisch dar.

**5) Rezepte international**

**a) Erstellen Sie ein Kurskochbuch für gesunde Rezepte in der Schwangerschaft.**

Schreibaufgabe: Alle TN steuern ein Rezept bei (idealerweise ein Rezept aus ihrem Heimatland). In sehr schreibschwachen Gruppen kann man sich damit begnügen, den Namen des Gerichts und eine Zutatenliste schreiben zu lassen.

Die TN darauf hinweisen, dass Anweisungen in Rezepten üblicherweise im Infinitiv gemacht werden:  
*Das Gemüse waschen und in Stücke schneiden ....*

Ideal wäre es, wenn die TN auch Fotos von den Gerichten mitnehmen und zum Rezept kleben oder L Fotos aus dem Internet sucht und ausdruckt.

Das Kurskochbuch kann in Form einer Rezepte-Pinnwand präsentiert oder auch als richtige Broschüre gestaltet und für alle TN vervielfältigt werden.

# Modul 4: Leistungen der GKK und anderer Institutionen

---

## Allgemeines:

In diesem Modul werden Leistungen der Gebietskrankenkasse und anderer Institutionen vorgestellt, die im Zusammenhang mit der Schwangerschaft und der ersten Elternzeit stehen.

Folgende Themen werden behandelt:

- Wochengeld
- Kinderbetreuungsgeld
- Elternberatungsangebote des Landes Salzburg
- Kinderbetreuung bei Tageseltern

## Lernziele:

- die wichtigsten Leistungen der Gebietskrankenkasse und anderer Institutionen in der Schwangerschaft kennen
- Informationsbroschüren lesen und verstehen können
- ein Formular ausfüllen können
- Informationen aus einem Video verstehen können

### 1) Rund um die Geburt

#### a) Verbinden Sie die Wörter und schreiben Sie sie neu!

Aufgabe 1 dient als Vorentlastung: Die Wörter kommen später in einem informativen Text zum Thema Wochengeld vor. Die TN verbinden in PartnerInnenarbeit jeweils zwei Wortteile miteinander.

Lösung:

Geburtsstermin, Mutterschutz, Kaiserschnitt, Mehrlingsgeburt, Gesundheitsgründe, Frühgeburt, Geburtsurkunde, Wochengeld.

#### b) Alle Wörter sind Komposita. Ordnen Sie die Wörter aus 1 a) den Erklärungen zu.

In PartnerInnenarbeit oder allein ordnen die TN die Wörter den Erklärungen zu. Kontrolle im Plenum.

Lösung:

Der Termin für die Geburt: der Geburtsstermin

Das Baby kommt zu früh auf die Welt: die Frühgeburt

Eine Mutter bringt mehrere Kinder zur Welt: die Mehrlingsgeburt

Bei der Geburt schneiden die ÄrztInnen den Bauch der Mutter auf: der Kaiserschnitt

Die letzten Wochen vor der Geburt dürfen Frauen nicht mehr arbeiten: der Mutterschutz

Acht Wochen vor und nach der Geburt bekommen die Mütter Geld: das Wochengeld

Weil man nicht gesund ist, kann man nicht mehr arbeiten: die Gesundheitsgründe

Eine schriftliche Bestätigung über die Geburt: die Geburtsurkunde

## 2) Das Wochengeld. Ordnen Sie die verschiedenen Textteile und schreiben Sie die richtige Reihenfolge (1, 2, ...) zu den Teilen.

In dieser Aufgabe finden die TN einen informativen Text der SGKK über das Wochengeld. Der Text ist in vier Teile geteilt. Die TN sollen die richtige Reihenfolge rekonstruieren. In PartnerInnenarbeit lesen die TN den Text und schreiben die Zahlen 1–4 zu den Textteilen.

Lösung: (unterstrichen sind die textinternen Verweise)

Als Schwangere dürfen Sie acht Wochen vor der Geburt bzw. vor dem Geburtstermin nicht mehr in einer Firma arbeiten. Dann sind Sie im Mutterschutz.

In dieser Zeit bekommen Sie das Wochengeld als Ersatz für das entfallene Einkommen, und zwar acht Wochen vor und acht Wochen nach der Geburt.

Wenn Sie aus Gesundheitsgründen schon vorher nicht mehr arbeiten dürfen, dann bekommen Sie das Wochengeld für die gesamte Zeit des Beschäftigungsverbots. Bei Mehrlingsgeburten, Früh- oder Kaiserschnittgeburten bekommen Sie das Wochengeld bis zwölf Wochen nach der Geburt.

Nach der Geburt müssen Sie die Geburtsurkunde bei der Krankenkasse einreichen. Oft macht das das Standesamt für Sie, aber fragen Sie zur Sicherheit bei der Krankenkasse nach.

## 3) Das Kinderbetreuungsgeld. Lesen Sie.

Diese Aufgabe liefert anhand konkreter Beispiele Informationen zum Kinderbetreuungsgeld und den verschiedenen Varianten, die von jungen Familien gewählt werden können. Die TN lesen zunächst die kurzen Familienporträts. Im Anschluss ordnen sie aus der Tabelle unter 3 a) den Familien eine der fünf Varianten zu.

In den Lesetexten gibt es deutliche Hinweise auf die gewählte Variante (z. B. Bezugsdauer oder Höhe des Kinderbetreuungsgeldes).

### a) Für das österreichische Kinderbetreuungsgeld gibt es fünf Varianten. Welche Variante haben die Personen aus den Lesetexten gewählt? Ordnen Sie zu.

Die Angaben, z. B. *Pauschal 20 + 4*, beziehen sich auf die maximale Bezugsdauer des Kinderbetreuungsgeldes in Monaten. Bezieht nur ein Elternteil Kinderbetreuungsgeld, wird dieses max. 20 Monate ausbezahlt (nämlich dann, wenn alle Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen fristgerecht durchgeführt und der Krankenkasse vorgelegt wurden). Wenn beide Elternteile in Karenz gehen, dann erhöht sich die Bezugsdauer auf 24 Monate. Ein Elternteil muss dabei mindestens zwei Monate Kinderbetreuungsgeld beziehen.

Lösungen:

Familie Takimoto: Variante 20 + 4. Da nur Frau Takimoto Kinderbetreuungsgeld bezieht, endet die Bezugsdauer nach 20 Monaten.

Familie Tenner: Variante 15 + 3. Hier gehen beide Elternteile in Karenz, die Familie bekommt daher insgesamt 18 Monate Kinderbetreuungsgeld.

Irina und Igor: Variante 30 + 6. Irina bezieht das Kinderbetreuungsgeld alleine, daher endet die Bezugsdauer nach 30 Monaten.

### b) Aktionsseiten, S. 8 und 9. Arbeiten Sie zu zweit und erfragen Sie die fehlenden Informationen.

Im Anschluss an diese Aufgabe bietet sich das PartnerInnenspiel zum Kinderbetreuungsgeld an (→ Aktionsseiten im Anhang der Kursbroschüre). Die TN arbeiten zu zweit (PartnerIn A arbeitet mit S. 8, PartnerIn B mit S. 9) und erfragen gegenseitig die jeweils fehlenden Informationen. Auch hier



werden die Informationen zu den verschiedenen Varianten des Kinderbetreuungsgeldes anhand konkreter Beispiele dargestellt. Gleichzeitig trainieren die TN Sprechen und Hören.

**c) Jetzt sind Sie dran. Füllen Sie das Formular aus.**

In dieser Aufgabe füllen die TN den ersten Teil des Formulars aus, mit dem das Kinderbetreuungsgeld bei der Sozialversicherung beantragt wird. Zuerst wird die gewählte Variante angekreuzt (fiktiv), im zweiten Teil müssen persönliche Daten eingesetzt werden. Hier geht es v. a. um die Wiederholung von relevantem Wortschatz, Angaben zur eigenen Person und die Bewältigung der Textsorte *Formular*.

Tipp: Bei schwachen Gruppen zuerst ein bereits ausgefülltes Formular zeigen oder ein Formular gemeinsam ausfüllen.

**d) Lesen Sie nur die Überschriften. Nehmen viele Väter in anderen Ländern Elternzeit? Was vermuten Sie?**

Bei diesem Lesetext bzw. der anschließenden Diskussion geht es um interkulturelle Aspekte. Nehmen viele Väter in anderen Ländern Elternzeit? Die TN lesen zunächst nur die Überschrift und stellen Vermutungen an bzw. bauen Hypothesen zum Text auf.

**e) Lesen Sie einen der Texte. Waren Ihre Vermutungen richtig?**

Die TN wählen einen der Texte und lesen diesen. Im Anschluss berichten sie kurz über den gelesenen Text. Hier wird sowohl Leseverständnis als auch das Wiedergeben von Informationen trainiert. L kann als Hilfe Phrasen/Redemittel vorgeben (entsprechend dem sprachlichen Niveau der TN). Die Texte bereiten die anschließende Diskussion vor.

**f) Wie ist das in Ihrem Heimatland? Wie ist das in Ihrer Familie? Wer kümmert sich wie viel um die Kinder? Erzählen Sie in der Gruppe.**

In dieser Aufgabe sollen sich die TN über die Situation in ihren Heimatländern bzw. Familien austauschen. Die Diskussion kann in Kleingruppen oder im Plenum, von L geleitet, stattfinden.

Informationen zur Situation in Österreich:

Im Juli 2011 bezogen österreichweit insgesamt 141.191 Personen Kinderbetreuungsgeld, davon 6.642 Männer. Das sind 4,7 %. Der Anteil der Väter, die in Österreich in Karenz gehen, liegt damit bei knapp fünf Prozent.

Quelle (und ausführliche Informationen):

<http://www.wien.gv.at/statistik/pdf/arbeit-eltern.pdf>

**4) Elternberatung. Ordnen Sie den Angeboten die verschiedenen Informationen zu!**

Hier finden die TN Informationen zu den Elternberatungsstellen des Landes Salzburg. Im Wesentlichen gibt es sechs verschiedene Angebote für werdende Eltern bzw. für Eltern. Die Informationen sind der Broschüre *Elternberatung. Informieren – beraten – bilden* des Landes Salzburg entnommen. Dort finden sich auch weiterführende Informationen.

Quelle:

[http://www.salzburg.gv.at/broschuere\\_elternberatung.pdf](http://www.salzburg.gv.at/broschuere_elternberatung.pdf)

Die TN ordnen alleine oder in PartnerInnenarbeit die Informationen zu. Kontrolle im Plenum.

Lösung:

Geburtsvorbereitung	6
Rückbildungsgymnastik	4
Mutter- und Elternberatungsstunde	2
Psychologische Beratung	1
Elternsprechstunde für Schreibabys	3
Eltern-Kind-Gruppen	5

### 5) Hören Sie und beantworten Sie die Fragen!

Am Ende von Modul 4 stehen Videos zum Thema *Kinderbetreuung bei Tageseltern*. Falls im Kursraum keine Möglichkeit zum Abspielen von Videos zur Verfügung steht, empfehlen wir, die Aufgaben 5–8 wegzulassen, da hier dem kombinierten Hör-Sehverstehen eine wichtige Rolle zukommt.

a) **Wie viele Personen hören Sie?**

b) **Wo sind die Personen?**

Vorentlastung zum ersten Video: Die TN hören nur den Ton des ersten Videos. Die TN lesen vor dem Hören die Antwortmöglichkeiten und kreuzen während des Hörens an. Kontrolle im Plenum.

DVD: Modul 4 → Audio  
4\_6\_Clip 1 Tagesmutter.mp3

Lösung:

a) mehr als 3 Personen

b) vor dem Haus

Die Frage nach dem Alter der Personen kann im Anschluss im Plenum diskutiert werden. L kann Vermutungen der TN an der Tafel sammeln.

### 6) Videoclip 1. Was sehen Sie im Video? Markieren Sie!

Die TN lesen die Vorgaben, L klärt unbekannte Wörter (evtl. *Laufрад, Helme, Schnecke, jausnen*). Die TN sehen nun denselben Teil, den sie zuerst ohne Bild gesehen haben, mit Bild und kreuzen die richtigen Aussagen an. Kontrolle im Plenum.

DVD: Modul 4 → Video  
4\_6\_Clip 1 Tagesmutter.mp3

Lösung:

Die Kinder kommen aus dem Haus.

Drei Kinder fahren mit Laufrädern.

Die Frau spricht mit den Kindern über eine Schnecke.

a) **Welchen Beruf hat die Frau im Video?**

Die TN stellen in Paaren oder Gruppen zu je drei Personen Vermutungen über den Beruf der Frau an; L fragt die einzelnen Gruppen anschließend nach Begründungen für ihre Vermutungen.

Lösung:

Tagesmutter

Hier könnte man noch eine weiterführende Aufgabe anschließen: Was macht eine Kindergärtnerin, Lehrerin, ...?

## 7) Videoclip 2: Was machen die Kinder bei der Tagesmutter?

### Was sehen Sie in den Szenen?

Die TN lesen die Redemittel im Kasten; L klärt unbekannte Wörter (evtl. *einschenken, Essensspruch*). Die TN sehen fünf kurze Szenen und ordnen die Tätigkeiten den Szenen zu. Kontrolle im Plenum.

DVD: Modul 4 → Video  
4\_7\_Clip 2 Tagesmutter.mpg

#### Lösung:

Szene 1: spielen, ein Puzzle machen

Szene 2: einen Essensspruch sagen, die Gabeln verteilen, Wasser einschenken, jausnen

Szene 3: sich die Hände waschen

Szene 4: sich anziehen

Szene 5: aus dem Haus gehen, zum Spielplatz gehen

## 8) Videoclip 3: Wie läuft ein Tag bei der Tagesmutter ab?

### a) Ordnen Sie den Tagesablauf!

Eine Tagesmutter (vom Tageselternzentrum) berichtet in diesem Video über einen typischen Tagesablauf. Die TN lesen die Redemittel und stellen in PartnerInnenarbeit Vermutungen über eine mögliche Reihenfolge der angeführten Aktivitäten an. Dann sehen sie das Video an und ordnen den Tagesablauf chronologisch, indem sie die Aktivitäten nummerieren. Kontrolle im Plenum bzw. gegebenenfalls auch (bei Unsicherheiten) durch nochmaliges Ansehen des Videos.

DVD: Modul 4 → Video  
4\_8\_Clip 3 Tagesmutter.mpg

#### Lösung:

- 5 die Hände waschen
- 10 die Kinder abholen
- 4 jausnen
- 8 kochen
- 9 ein Puzzle machen und zeichnen
- 1 ankommen
- 3 die Jause herrichten
- 2 kurze Gespräche mit den Eltern
- 6 sich anziehen
- 7 bei fast jedem Wetter rausgehen

### b) Sehen Sie das Video noch einmal an. Wann machen die Kinder was? Ordnen Sie die vier Uhrzeiten den Tätigkeiten zu.

Die TN sehen Clip 3 noch einmal und ordnen dabei die Uhrzeiten den Tätigkeiten zu. Kontrolle im Plenum.

#### Lösung:

um acht – ankommen

um halb neun – Jause herrichten

um halb elf – kochen

um halb drei – die Kinder abholen

**c) Schreiben Sie den Tagesablauf bei der Tagesmutter. Verwenden Sie auch die Wörter und Phrasen im Redemittelkasten**

Die TN schreiben mit den Informationen aus Aufgabe 8 a) und b) und den Redemitteln aus Aufgabe 8 c) einen Text und beschreiben den Tagesablauf. Schwächere Gruppen schreiben den Text im Unterricht in Paaren oder kleinen Gruppen und mit Hilfe von L, in stärkeren Gruppen kann der Text auch als Hausübung in Einzelarbeit verfasst werden. Schwierigkeiten stellen hier zum einen die Textkohärenz und -strukturierung mit Hilfe der Redemittel dar (*vorher – nachher*), zum anderen trennbare (und teilweise reflexive) Verben (*die Kinder kommen an, die Tagesmutter richtet die Jause her, die Kinder waschen sich die Hände, sie ziehen sich an, sie gehen bei fast jedem Wetter raus, die Eltern holen die Kinder ab*). Die TN sollten für diese Übung ein gesichertes Niveau A1 haben und zumindest schon die trennbaren Verben gelernt haben.

# Modul 5: Rauchen gefährdet die Gesundheit

---

## Allgemeines:

In diesem Modul wird das Thema *Rauchen und Gesundheit* im Allgemeinen behandelt; die Inhalte betreffen daher sowohl Frauen als auch Männer.

Im ersten Abschnitt geht es allgemein um Rauchverbote im öffentlichen Bereich.

Danach folgen die Themen *Gesundheitsgefährdung durch Rauchen* mit dem Schwerpunkt *Risiken des Rauchens in der Schwangerschaft* und *Das Rauchen aufgeben*.

## Lernziele:

- Grundlagen des österreichischen Tabakgesetzes kennen lernen
- Modalverben *dürfen/nicht dürfen* wiederholen bzw. lernen
- Risiken und Gefahren des Rauchens in der Schwangerschaft kennen
- Warnhinweise auf Zigarettenpackungen verstehen
- Tipps zum Thema *Das Rauchen aufgeben* verstehen und selbst formulieren können
- in der Vergangenheit von einem „Rauchstopp“ berichten/erzählen können

## Einstieg:

L kann das Thema *Sucht* allgemein thematisieren und an der Tafel ein Mindmap mit den TN gestalten (mögliche Süchte und gesundheitliche Auswirkungen).

## Variante:

TN arbeiten in Gruppen und gestalten ein Plakat; Süchte und Konsequenzen werden in zwei verschiedenen Farben dargestellt oder auf verschiedenfarbigen Post-Its notiert.

## Allgemeiner didaktischer Hinweis:

Da nicht für jede Frau das Thema *Rauchen* im Vordergrund steht, empfiehlt es sich, im Verlauf des Moduls das allgemeine Thema *Sucht* wieder aufzugreifen. Z. B. können mögliche Strategien zum Aufhören auf anderes Suchtverhalten übertragen werden.

### 1) Wo darf man in Österreich rauchen? Wo darf man NICHT rauchen? Ordnen Sie zu!

L zeichnet die Tabelle aus Aufgabe 1 an die Tafel und ergänzt sie mit einer gezeichneten Zigarette bzw. einer gezeichneten und durchgestrichenen Zigarette. L wiederholt bzw. erklärt damit die Bedeutung von *dürfen* (Erlaubnis) und *nicht dürfen* (Verbot). Die TN ergänzen in PartnerInnenarbeit die Tabelle mit den Redemitteln.

Danach erfolgt die Kontrolle im Plenum.

Lösung:

Hier darf man rauchen: im Park, in der eigenen Wohnung, an der Bushaltestelle, im Freibad, im Restaurant (passt prinzipiell in beide Kategorien, je nach Restauranttyp)

Hier darf man nicht rauchen: in der Bank, am Bahnhof, an der Tankstelle, in öffentlichen Gebäuden, im Krankenhaus, im Restaurant

Beim Vergleichen kann L je nach Niveaustufe der TN auf die Präpositionen hinweisen und sie an der Tafel mit verschiedenen Farben markieren: *In* verwendet man für geschlossene Gebäude/Räume (Wohnung, Krankenhaus, Bus, Restaurant, Bank) oder umzäunte Flächen (z. B. Park, Zoo, Garten, Freibad), *auf* für öffentliche Institutionen als allgemeine Orte (z. B. Bank, Post, Ämter) oder größere Flächen (z. B. *auf der Straße, auf dem Mozartplatz*), *an* zeigt an, dass etwas am Rand von etwas liegt bzw. bezeichnet eine räumliche Nähe. Bei den angegebenen Beispielen empfiehlt es sich allerdings, die Verbindungen *am Bahnhof, an der Haltestelle, an der Tankstelle* als fixe Verbindungen zu lernen, weil die Erklärung hier nicht so eindeutig ist.

## 2) Kennen Sie noch andere Orte? Ergänzen Sie die Tabelle!

Die TN ergänzen in PartnerInnenarbeit die Tabelle. Mögliche Ergänzungen sind:

Hier darf man rauchen:

auf der Straße

im Gastgarten (Kompositum von den TN selbst erklären lassen)

in Raucherzonen

Hier darf man NICHT rauchen:

in der Schule

im Kindergarten

im Einkaufszentrum

im Hallenbad

im Zug

## 3) Wo kann man diese Rauchverbote finden? Schreiben Sie!

Die TN schreiben in Einzelarbeit die passenden Orte unter die Bilder. Danach Kontrolle im Plenum.

Lösung:

in der Bank

im Krankenhaus

im Restaurant

im Supermarkt

an der Tankstelle

in öffentlichen Gebäuden (hier: in der Universität)

Hier kann L allgemeine Informationen zum österreichischen Tabakgesetz geben: Seit 2005 besteht ein gesetzliches Rauchverbot an geschlossenen, öffentlichen Orten. Darunter fallen beispielsweise Amtsgebäude, Gesundheitseinrichtungen, Einkaufszentren, Hallenbäder, Busse, Züge, Schulen etc. Laut Tabakgesetz müssen Räume, die unter diese Regelung fallen, deutlich als solche gekennzeichnet sein. Dies kann sowohl schriftlich als auch mittels Symbolen erfolgen. Eine Ausnahme stellen Gastronomiebetriebe dar: 2009 wurde das Rauchen auch in der Gastronomie zur Ausnahme; das Rauchen ist seither nur in abgeschlossenen Räumen ab 80 m<sup>2</sup> Betriebsgröße erlaubt. Bis zu einer Lokalgröße von 50 m<sup>2</sup> darf der Wirt/die Wirtin selbst entscheiden, ob er/sie ein RaucherInnen- oder

ein NichtraucherInnenlokal führen möchte. Bei Lokalitäten bis 80 m<sup>2</sup> entscheidet die Behörde, ob eine räumliche Trennung zumutbar ist. In jedem Fall muss der NichtraucherInnenbereich der Hauptraum des Lokals sein und mindestens 50 Prozent der Gesamtfläche betragen. Ob es sich bei den betreffenden Betrieben um RaucherInnen- oder NichtraucherInnenlokale handelt, muss laut Gesetz bereits am Eingang zum Lokal sowie am Eingang zu den jeweiligen Gasträumen klar gekennzeichnet sein. Der NichtraucherInnenschutz am Arbeitsplatz wird nicht im Tabakgesetz geregelt. Allerdings hat der/die ArbeitgeberIn dafür zu sorgen, dass NichtraucherInnen in Büros oder büroähnlichen Räumlichkeiten vor den Einwirkungen des Tabakrauchs geschützt werden (<http://www.rauchfrei-dabei.at/>).

**4) Welche Rauchverbote finden Sie sinnvoll? Welche finden Sie sinnlos? Machen Sie Notizen und diskutieren Sie!**

Zuerst ergänzen die TN in Einzelarbeit die Tabelle, danach diskutieren die TN in Kleingruppen von 3–4 Personen. In jeder Gruppe sollten, wenn möglich, TN aus unterschiedlichen Kulturkreisen/Ländern sein.

L weist auf die Verb-Endposition bei Sätzen mit *weil* hin. Mündlich ist jedoch auch die Verbzweitposition möglich und korrekt (... *finde ich sinnvoll, weil [Redepause] Erwachsene sind ein Vorbild.*)

**5) Wo darf man in Ihrem Heimatland rauchen? Ist das für Männer und Frauen gleich?**

Gruppenarbeit (Arbeit kann in denselben Gruppen von Aufgabe 4) fortgesetzt werden): TN ergänzen zunächst die Tabelle in Einzelarbeit, dann sprechen sie in der Gruppe darüber. Bei dieser Aufgabe können auch geschlechtsspezifische Unterschiede in den einzelnen Ländern angesprochen werden: Sind die Regeln für Männer und Frauen gleich?

L kann an der Tafel Redemittel vorgeben: *In ... darf man ... nicht rauchen. .... In ... dürfen Frauen ... nicht rauchen.*

**6) Risiken und Gefahren beim Rauchen in der Schwangerschaft**

**a) Rauchen in der Schwangerschaft ist gefährlich für Ihr Baby. Streichen Sie die falsche Aussage!**

Möglicher Einstieg: L zeigt Bild einer schwangeren rauchenden Frau, Diskussion im Plenum: L sammelt an der Tafel die Antworten der TN zum Thema *Rauchen in der Schwangerschaft – Was passiert mit dem Baby?/Mögliche Konsequenzen*. Anschließend streichen die TN in Aufgabe 6 a) die Aussagen, die ihrer Meinung nach falsch sind. Kontrolle im Plenum.

Lösung:

1	Ihr Baby bekommt später vielleicht Allergien.	<del>Ihr Baby bekommt später keine Allergien.</del>
2	<del>Ihr Baby wiegt bei der Geburt zu viel.</del>	Ihr Baby wiegt bei der Geburt zu wenig.
3	<del>Ihr Baby kommt zu spät auf die Welt.</del>	Ihr Baby kommt zu früh auf die Welt.
4	Die Lungen des Babys sind zu klein.	<del>Die Lungen des Babys sind zu groß.</del>
5	Die Wahrscheinlichkeit für eine Totgeburt oder eine Fehlgeburt ist höher als bei Nichtraucherinnen.	<del>Die Wahrscheinlichkeit für eine Totgeburt oder Fehlgeburt ist niedriger als bei Nichtraucherinnen.</del>

**b) Welche Aussagen aus 6 a) passen zu welchen Aussagen im folgenden Text?**

L liest den ersten Teil des Textes (*Wenn Sie rauchen, ...*) bis zur Tabelle vor, TN lesen mit. Unbekannter Wortschatz wird von L erklärt. TN ordnen die Aussagen aus 6 a) den neuen Aussagen zu. Kontrolle im Plenum.

Lösung:

5	Das Risiko einer Fehlgeburt ist niedriger.
3	Die Zahl der Frühgeburten sinkt um die Hälfte.
2	Ihr Baby hat eine größere Chance, normalgewichtig auf die Welt zu kommen.
4	Die Lungen Ihres Kindes können sich vollständig entwickeln.
5	Das Risiko einer Totgeburt sinkt um ein Drittel.
1	Ihr Baby ist weniger anfällig für Infektionskrankheiten oder allergische Reaktionen.
–	Die Gefahr des plötzlichen Kindstodes sinkt.

Die Schwierigkeit bei dieser Aufgabe besteht auch darin, zu erkennen, dass in 6 a) negative Auswirkungen des Rauchens in der Schwangerschaft genannt werden, in 6 b) aber positive Auswirkungen, wenn Schwangere das Rauchen aufgeben.

**7) Rauchen schadet der Gesundheit**

In dieser Aufgabe geht es allgemein um Gesundheitsschäden durch Rauchen – die Aufgabe richtet sich nur teilweise an Schwangere und ist auch für männliche TN geeignet.

**a) Welche Konsequenzen kann das Rauchen für Ihre Gesundheit haben? Ordnen Sie zu!**

In dieser Aufgabe wird der Wortschatz für 6 b) vorbereitet. Die TN ordnen in Paaren zu. Kontrolle im Plenum.

Lösung:

Durchblutungsstörungen: Das Blut kann im Körper nicht mehr gut durch die Arterien fließen, Organe bekommen zu wenig Blut.

Herzinfarkt: Teile des Herzmuskels arbeiten nicht mehr, Menschen sterben oft.

Schlaganfall: Das Gehirn bekommt nicht genug Blut, das Nervensystem wird geschädigt.

Impotenz: Ein Mann kann keine Kinder zeugen.

**b) Warnhinweise auf Zigarettenpackungen**

L zeigt eine Zigarettenpackung und benennt den „Warnhinweis“. L fragt die TN, ob dieser Warnhinweis für Frauen oder Männer wichtig ist oder für beide. TN ordnen in Paaren die Warnhinweise zu.

Lösung:

Frauen	Männer	beide
3	4	1, 2, 5

**c) Schreiben Sie neue Warnhinweise!**

TN arbeiten in Gruppen (3–4 Personen). L gibt eines der folgenden Beispiele an der Tafel an, schwächere Gruppen orientieren sich an den Redemitteln aus 6 a): Z. B. *Ihr Baby bekommt später*



vielleicht Allergien, wenn Sie in der Schwangerschaft rauchen. Stärkere Gruppen orientieren sich an den Redemitteln in 6 b), die sie aber umformulieren müssen, z. B.: *Das Risiko einer Fehlgeburt erhöht sich.* Die TN schreiben in Paaren neue Warnhinweise. TN präsentieren ihre Warnhinweise im Plenum.

## **8) Das Rauchen aufgeben: Schritte zum rauchfreien Leben.**

In diesem Teil lesen die TN Tipps, um das Rauchen aufzugeben, und formulieren selbst neue Tipps.

### **a) Lesen Sie die Tipps.**

L schreibt das Thema *Das Rauchen aufgeben* an die Tafel und fragt die TN „Was heißt *aufgeben* in diesem Satz?“ TN sammeln im Plenum Tipps/Strategien, L schreibt diese im Infinitiv an die Tafel, z. B. *viel trinken.*

WICHTIG: Das Assoziogramm nach der Übung nicht löschen, es wird in Aufgabe 8 d) wieder benötigt. Anschließend lesen die TN die Tipps in 8 a).

### **b) Warum sollten Sie den „Stopp“-Tag im Kalender markieren? Was glauben Sie? Markieren Sie.**

Hier geht es um die Vermutungen der TN. TN markieren, danach gemeinsame Diskussion. Empfehlungen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA: *Ich bekomme ein Baby. Rauchfrei in der Schwangerschaft*, S. 9): „Wenn Sie nämlich Ihren ‚Stopp‘-Tag vorher festlegen und sich gezielt darauf vorbereiten, sind Sie wahrscheinlich erfolgreicher. Denn Sie können sich bis dahin auf ‚kritische Situationen‘ vorbereiten. Sie sind sich bereits sicher, wie Sie mit solchen Situationen umgehen, ohne zur Zigarette zu greifen.“

### **c) Wie kann man sich auf den „Stopp“-Tag vorbereiten? Markieren Sie sinnvolle Tipps.**

Hier finden Sie eine Sammlung verschiedener Tipps aus der Broschüre *Ich bekomme ein Baby. Rauchfrei in der Schwangerschaft* (BZgA; leicht adaptiert). Tipps und Ideen finden Sie auch unter <http://www.rauchertelefon.at>. Die TN markieren (in Einzelarbeit) jene Tipps, die ihnen sinnvoll erscheinen.

In Dreier- oder Vierergruppen können die TN dann ihre Meinungen dazu austauschen. L kann Redemittel an der Tafel vorgeben: *Diesen Tipp finde ich sinnvoll. Das möchte ich auch probieren, weil ... Diesen Tipp finde ich nicht sinnvoll. / Dieser Tipp gefällt mir nicht.*

### **d) Kennen Sie noch andere Tipps? Ergänzen Sie bitte die Tipps in Aufgabe 8 c) und tauschen Sie sich in der Gruppe aus!**

L erklärt bzw. wiederholt an der Tafel den formellen Imperativ (per Sie): *Kaufen Sie immer nur eine Schachtel Zigaretten.* Der Imperativ wird aus der 3. Person Plural und *Sie* gebildet. TN markieren in 8 c) alle Imperativformen.

Die TN finden neue Tipps und können dafür auch die Redemittel aus dem Assoziogramm von Aufgabe 8 a) an der Tafel verwenden. Sie können aber auch eigene neue Tipps formulieren.

### **e) Denken Sie an eine Freundin, die Raucherin und schwanger ist. Formulieren Sie die Tipps aus Aufgabe 8 c) und 8 d) anders!**

L zeigt an der Tafel die beiden Möglichkeiten aus der Info-Box, Ratschläge zu formulieren:

*Du solltest ...:* L markiert *solltest* und schreibt *Konjunktiv II, Position 2* darunter, dann markiert L *kaufen* und schreibt *Infinitiv, am Ende* darunter.

*Kauf doch ...:* L markiert *kauf* und schreibt *Imperativ, informell* darunter und erklärt die Bildung des informellen Imperativs ~~*du kaufst*~~. In der 2. Person Singular fallen immer das Personalpronomen und die Endung weg. L markiert *doch* und erklärt die Bedeutung: *Doch* in Kombination mit dem Imperativ macht die Aufforderung/den Tipp etwas weicher und freundlicher.

TN formulieren mit den Redemitteln aus 8 c) und auch mit ihren eigenen Tipps aus 8 d) neue Tipps für eine Freundin (informell!).

### 9) Was finden Sie wichtig, wenn man das Rauchen aufgeben möchte?

In dieser Aufgabe sollen die TN unterstützende Aspekte für einen Rauchstopp diskutieren.

#### a) Ordnen Sie die Begriffe nach ihrer Wichtigkeit!

Die TN lesen die Begriffe und die dazugehörigen Erklärungen. Eventuelle Wortschatzfragen klärt L.

L schreibt die Zahlen 1–6 untereinander an die Tafel und notiert zu 1 *am wichtigsten – sehr wichtig*, zu 6 *am unwichtigsten – gar nicht wichtig*. Danach ordnen die TN die Begriffe nach ihrer Wichtigkeit, ihre persönliche Meinung sollte für die Reihung ausschlaggebend sein.

#### b) Diskutieren Sie in kleinen Gruppen!

In Gruppen von 3–4 Personen diskutieren die TN über ihre Reihungen. L kann die Gruppeneinteilung evtl. so gestalten, dass in jeder Gruppe ein/e RaucherIn ist. Vor Diskussionsbeginn kann L auf die Info-Box und die Bildung des Komparativs bzw. Superlativs hinweisen und an der Tafel mögliche Redemittel zum Formulieren der eigenen Meinung sammeln, z. B.

- die eigene Meinung ausdrücken: *Ich finde ..., Ich glaube ..., Meiner Meinung nach ...*
- Zustimmung signalisieren: *Das finde/glaube ich auch. Da hast du recht.*
- Ablehnung signalisieren: *Das finde ich nicht richtig. Das sehe ich aber anders.*

### 10) Nach dem „Stopp-Tag“. Finden Sie passende Tipps.

Die TN lesen den Redemittelkasten, L klärt mit den TN unbekanntes Wortschatz (*Nickerchen, koffeinhaltig, ballaststoffreich, ...*). Dann ordnen die TN in Paaren die Tipps den einzelnen Situationen zu. Zur Kontrolle können zuerst zwei Paare ihre Lösungen vergleichen, danach kann der Vergleich im Plenum erfolgen.

#### Lösung:

Wenn Sie müde sind: Machen Sie ein Nickerchen. Trinken Sie viel.

Wenn Sie Husten haben: Lutschen Sie Hustenbonbons.

Wenn Sie Kopfschmerzen haben: Trinken Sie keinen koffeinhaltigen Kaffee. Nehmen Sie ein warmes Bad. Machen Sie Atemübungen.

Wenn Sie angespannt sind: Machen Sie eine Pause. Machen Sie einen kleinen Spaziergang. Nehmen Sie ein warmes Bad. Machen Sie Atemübungen.

Wenn Sie Verstopfung haben: Trinken Sie viel. Essen Sie ballaststoffreiche Lebensmittel, wie zum Beispiel Vollkornbrot, Gemüse oder rohes Obst.

Tipp: Weitere Hinweise finden Sie unter <http://rauchertelefon.at>.

**11) Geschafft! Hier finden Sie zwei Berichte von schwangeren Frauen. Sie haben das Rauchen aufgegeben. Ordnen Sie die Textteile!**

Hier finden die TN zwei kurze Berichte werdender Mütter, die das Rauchen aufgegeben haben. Die TN sollen in den beiden Texten die richtige Reihenfolge herstellen.

Kontrolle im Plenum. In der Lösung sind die Verweiswörter im Text markiert, die das Ordnen erleichtern. L kann beim Vergleichen der Lösung auf diese Wörter hinweisen.

Lösung:

Karin erzählt:

3	<u>Sie</u> hat mich erinnert, dass ich für mein Baby aufhören wollte.
5	<u>Am Ende der ersten Woche</u> habe ich gedacht: Toll, ich habe es eine ganze Woche geschafft, nicht zu rauchen! – Ich war stolz auf mich.
1	Ich war unsicher, weil ich schon einmal <u>im letzten Jahr</u> versucht habe aufzuhören, und ich habe es nicht geschafft.
4	<u>Außerdem</u> habe ich, immer wenn ich eine Zigarette rauchen wollte, tief durchgeatmet und gewartet.
2	<u>Diesmal</u> habe ich mir Unterstützung von meiner besten <u>Freundin</u> geholt und habe oft mit ihr geredet.

Britta berichtet:

2	Ich habe <u>ihn</u> gebeten, <u>nur noch in einem Raum unserer Wohnung zu rauchen und nicht, wenn ich im selben Raum war.</u>
4	<u>Dann</u> bin ich aufgestanden und habe den Raum verlassen. Ich habe ihn daran erinnert, dass ich seine Hilfe und Unterstützung brauche.
1	<u>Mein Mann</u> ist Raucher. Ich habe gewusst, es <u>wird schwer für mich werden</u> , dass ich aufhöre.
3	Manchmal hat er <u>das</u> aber vergessen.

**12) Haben Sie selbst früher einmal geraucht und irgendwann das Rauchen aufgegeben? Berichten Sie! Schreiben Sie einen kurzen Text und verwenden Sie die Vergangenheit**

Zum Abschluss der Arbeit zum Thema *Rauchen gefährdet die Gesundheit* können die TN einen Text über einen (eigenen) Rauchstopp oder den einer anderen Person verfassen. Sie sollen aus der Vergangenheit berichten und dafür das Perfekt bzw. das Präteritum der Modalverben (*konnte, musste, durfte, sollte, wollte*) und von *haben* und *sein* verwenden. Im Redemittelkasten finden die TN dafür mögliche Verben im Perfekt/Präteritum. Diesen Text könnten die TN zu Hause schreiben; L korrigiert die Texte im Anschluss.

# Anhang

---

## Dialogkarten: Beim Frauenarzt/Bei der Frauenärztin

Hier Ordination Dr. Maier.	Grüß Gott. Ich brauche bitte dringend einen Termin. Ich bin in der 25. Woche schwanger.
Wie ist Ihr Geburtsdatum?	23. Mai 1990.
Wie ist Ihr Familienname?	Jancic. J-A-N-C-I-C.
Haben Sie Beschwerden?	Ja. Ich habe seit heute leichte Blutungen.
In Ordnung. Dann kommen Sie bitte sofort vorbei. Wir haben noch bis 14:30 Uhr Ordination.	Danke. Bis gleich.
Auf Wiederhören.	Auf Wiederhören.

Grüß Gott, Ordination Dr. Schreier.	Guten Tag. Mein Name ist Mezmashvili. Ich möchte einen Termin für eine Kontrolluntersuchung ausmachen.
Ja, gerne. Wann sind Sie geboren?	Am 4. 8. 1980.
Sind Sie eine neue Patientin?	Nein, ich war schon einmal bei Ihnen.
Gut. Sie können nächste Woche kommen. Am Dienstag um 15:00 Uhr oder am Mittwoch um 9:15 Uhr gibt es noch einen freien Termin.	Geht es am Dienstag vielleicht auch ein bisschen später? Um 15:30 Uhr?
Ja, in Ordnung.	Danke. Auf Wiederhören.
Auf Wiederhören.	

Ordination Dr. Appeltauer, Reichmann am Apparat.	Guten Tag. Ich brauche einen Termin für eine Mutter-Kind-Pass-Untersuchung.
Ja. Sagen Sie mir bitte Ihre Versicherungsnummer und Ihr Geburtsdatum?	1745 230286.
Gut, Frau Santos. Haben Sie Beschwerden?	Nein, nur manchmal ein bisschen Rückenschmerzen.
Sie können morgen zwischen 11 und 12 Uhr kommen oder übernächste Woche am Freitagnachmittag.	Ich komme gleich morgen.
In Ordnung. Auf Wiederhören.	Danke. Auf Wiederhören.

## Kopiervorlage: Pantomime Küchenverben

eine Zwiebel in kleine Stücke schneiden	einen Apfel waschen	ein Steak auf beiden Seiten anbraten
Nudeln kochen	eine Speise mit Salz würzen	Eier und Milch vermischen
eine Banane essen	Obst mit Zitronensaft beträufeln	das Essen servieren

## **Für den Inhalt verantwortlich:**

Büro des Rektorats – Sprachenzentrum  
Universität Salzburg  
Erzabt-Klotz-Straße 1  
5020 Salzburg  
E-Mail: [sprachenzentrum@sbg.ac.at](mailto:sprachenzentrum@sbg.ac.at)

*Baby isst mit* ist ein Projekt von Salzburger Gebietskrankenkasse und Krankenversicherungsträgern sowie Land Salzburg im Rahmen der Vorsorgestrategie, finanziert aus den Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.

Kontakt:  
Salzburger Gebietskrankenkasse, Abteilung Gesundheit  
Tel. 0662 8889, DW 1042  
E-Mail: [gesundheit@sgkk.at](mailto:gesundheit@sgkk.at)  
<http://www.baby-isst-mit.at/>

Die im Dokument angegebenen Links wurden zuletzt am 16.12.2013 abgerufen.