Kaffee trinken für die Gesundheit

Aufgaben zum Text

1. Wovon handelt der Text?
Hör dir das Audio an. Worum geht es? Wähl die passende Antwort aus.

Im Text geht es um eine Studie, die herausgefunden hat, …
a) wie Kaffee genau im Körper wirkt und warum er besonders gesund ist.
b) dass Frauen, die regelmäßig Kaffee trinken, im Alter oft länger gesünder bleiben.
c) dass koffeinfreier Kaffee gesünder ist als Kaffee mit Koffein.

2. Was steht im Text?
Lies die Fragen zum Text und wähl alle richtigen Antworten aus. Mehrere Lösungen können richtig sein.

1. Welche Aussagen über Kaffee sind richtig?
a) Über die Hälfte aller Menschen weltweit trinkt regelmäßig Kaffee.
b) Das Koffein im Kaffee aktiviert das Gehirn und fördert die Konzentration.
c) In Kaffee sind Stoffe, die vor Krankheiten im Alter schützen können.

2. Welche Aussagen zur Studie sind richtig?
a) Die Studie hat die Daten von 47.000 30-jährigen Frauen untersucht.
b) Gesundes Altern heißt in der Studie, bis zu einem Alter von mindestens 70 Jahren keine schweren Krankheiten zu bekommen.
c) Koffeinhaltige Energy-Drinks wirken genauso gut auf den Alterungsprozess wie koffeinhaltiger Kaffee.

3. Welche Empfehlungen werden gegeben?
a) Ältere Frauen sollten lieber entkoffeinierten Kaffee trinken.
b) Man sollte nicht mehr als vier Tassen Kaffee am Tag trinken.
c) Kaffee sollte man am besten mit viel Milch oder Sahne trinken.

3. Übe den Wortschatz!
Welches Substantiv passt? Wähl für jede Lücke das richtige Wort aus.

1. An der Harvard-Universität wurden _____ über Ernährung und Gesundheit analysiert.
2. Das Ergebnis der _____: Frauen, die regelmäßig Kaffee trinken, altern gesünder.
3. Die Studienleiterin weist darauf hin, dass auch die Ernährung und ein gesunder Lebensstil _____ auf das Altern haben.
4. Kaffee enthält über 1000 verschiedene Inhaltstoffe. Manche davon schützen unsere _____.
5. Andere unterstützen die geistigen und körperlichen _____.
6. Die genaue _____ der Inhaltstoffe auf die Gesundheit muss noch weiter erforscht werden.
7. Zwar kann zu viel Kaffee auch negative Folgen haben, aber in _____ ist er gesund.

a) Funktionen
b) Einfluss
c) Wirkung
d) Zellen
e) Maßen
f) Daten
g) Studie

4. Finde das passende Verb !
Schau dir die Nomen an und wähl das passende Verb aus.

1. Daten _____ (analysieren/ausschütten/senken)
2. die Wirkung von Kaffee _____ (trinken/erforschen/ausschütten)
3. Rezeptoren im Gehirn _____ (denken/blockieren/senken)
4. Hormone _____ (bewegen/ausschütten/unterstützen)
5. die Gesundheit _____ (fördern/sammeln/bewegen)
6. das Risiko für Alterserkrankungen _____ (senken/unterstützen/sammeln)

Autor: Markus Hofmann