

B1 – Ein Tag ohne Handy

Jonas hat sich entschieden, einen ganzen Tag lang sein Handy auszuschalten. Er hat in letzter Zeit bemerkt, dass er zu viel Zeit mit dem Smartphone verbringt: ständig Mails lesen, Nachrichten schreiben oder einfach nur durch soziale Medien scrollen.

Am Morgen fällt es ihm schwer. Beim Frühstück möchte er automatisch auf sein Handy schauen, doch es liegt nicht auf dem Tisch. Stattdessen hört er Musik vom Radio und genießt seinen Kaffee. Danach geht er spazieren – ohne Kopfhörer. Er beobachtet die Menschen, hört den Verkehr, das Vogelgezwitscher, und fühlt sich merkwürdig wach.

Im Supermarkt merkt er, dass er die Einkaufsliste nicht dabei hat – normalerweise steht sie in einer App. Also versucht er sich zu erinnern, was er braucht. Es klappt überraschend gut. Zuhause kocht er etwas Einfaches und telefoniert am Festnetz mit seiner Schwester.

Am Abend liest er in einem Buch über digitales Fasten. Er macht sich Notizen auf Papier. Später meditiert er zehn Minuten, ganz ohne Timer. Als er ins Bett geht, fühlt er sich ruhig und zufrieden.

Aussagen – Richtig oder Falsch?

Jonas liest am Morgen viele Nachrichten.

Er hört Musik über das Radio.

Jonas geht ohne Handy spazieren.

Er kauft zu viel, weil er die Einkaufsliste vergisst.

Zu Hause telefoniert er mit seiner Schwester.

Er liest ein Buch über digitales Leben.

Er schreibt seine Gedanken auf ein Blatt Papier.

Jonas ist am Ende des Tages gestresst.

Lösungen:

Falsch

Richtig

Richtig

Falsch

Richtig

Richtig

Richtig

Falsch