

# WERKSTATT C1

## Training zur Prüfung Goethe-Zertifikat C1

Spiros Koukidis  
Jorina Grünewald  
Melanie Liaropoulou  
Georgina Lymperopoulou

### Glossar

.....

Deutsch/Griechisch

von Georgina Lymperopoulou

## Οδηγίες χρήσης

Το Glossar αυτό περιέχει τις άγνωστες λέξεις και εκφράσεις με τη σειρά που εμφανίζονται στα κείμενα του Modul Lesen, στο κομμάτι Lehrbuch του „Werkstatt C1“ με την απόδοσή τους στα ελληνικά, σύμφωνα πάντα με τη σημασία που έχουν στο συγκεκριμένο σημείο του εκάστοτε κειμένου.

- Τα ουσιαστικά δίνονται πάντα με το άρθρο τους και τον τύπο του πληθυντικού (όπου αυτός χρησιμοποιείται συχνά).
- Τα ρήματα δίνονται πάντα στον τύπο του απαρεμφάτου και με ένδειξη του αντικειμένου με το οποίο συντάσσονται.
- Τα σύνθετα ρήματα σημειώνονται με μία κάθετη γραμμή (/) ανάμεσα στα συνθετικά τους.
- Τα ανώμαλα ρήματα σημειώνονται με ένα αστερίσκο (\*).
- Τα επίθετα δίνονται πάντα στο θετικό βαθμό, δηλαδή χωρίς κατάληξη.
- Χαρακτηριστικές ή δυσνόητες εκφράσεις παρατίθενται ολόκληρες.

der Tabak	καπνός, [εδώ] τσιγάρο
töten	σκοτώνω
die Raucherquote, -n	ποσοστό των καπνιστών
die Marketingstrategie, -n	στρατηγική μάρκετινγκ
die Auswertung, -en	ανάλυση, αξιολόγηση
das Erhebungsjahr, -e	έτος έρευνας
diesjährig	φεινός
der Tabakatlas	χάρτης κατανάλωσης καπνού
die Tabakkontrolle, -n	έλεγχος του καπνίσματος
mahnen	προειδοποιώ
zugleich	συγχρόνως, ταυτόχρονα
der Tabakkonsum	κατανάλωση καπνού
das Tabakprodukt, -e	προϊόν καπνού
die Epidemie, -n	επιδημία
der Todesfall, "-e	θάνατος
zurück/gehen*	ευθύνομαι
das Passivrauchen	παθητικό κάπνισμα
die Schutzmaßnahme, -n	μέτρο προστασίας
die Taktik, -en	τακτική
bedrohen	απειλώ
die Tabakindustrie, -n	καπνοβιομηχανία
die Branche, -n	(οικονομικός) κλάδος
zunehmend	όλο και περισσότερο
die Regulierung, -en	κανονισμός, ρύθμιση
der Anteil, -e	ποσοστό
der Tabakkonsument, -en / die Tabakkonsumentin, -nen	καπνιστής / καπνίστρια
der Absatzmarkt, "-e	αγορά
betreffen*	αφορώ
in Bezug auf + AKK	όσον αφορά
der Tabakkonzern, -e	καπνοβιομηχανία
celebrieren	τελώ, [εδώ] δοξάζω
glamourös	γεμάτος αίγλη
begehrtest	ποθητός, λαχταριστός
die Vermarktung, -en	προώθηση προϊόντος, μάρκετινγκ
subtil	διακριτικά
die Produktplatzierung, -en	τοποθέτηση προϊόντος
der Influencer, - / die Influencerin, -nen	influencer, άτομο που ασκεί επιρροή
regulieren	ρυθμίζω
die Maßnahme, -n	μέτρο
die Tabaksteuer	φόρος καπνού
der Kommunikationskanal, "-e	κανάλι επικοινωνίας

## WERKSTATT C1

die Ansprache, -n  
potenziell  
bestehend  
der Lobbyismus, -

[εδώ] προσέγγιση  
δυναμικός  
υπάρχων  
lobbying, άσκηση πίεσης,  
εκπροσώπηση συμφερόντων

### Test 1 - Lesen, Teil 2



S. 20

der Montagmorgen  
sich die Hände schütteln  
versagen  
das Kurzzeitgedächtnis  
(das Institut für) Arbeitsforschung  
vorgelagert

Δευτέρα πρωί  
δίνω τα χέρι, ανταλλάσσω χειραψία  
αποτυγχάνω  
βραχεία μνήμη  
(Ινστιτούτο Ερευνών) Εργασίας  
που προηγείται/βρίσκεται μπροστά  
από κάτι άλλο

das Ultrakurzzeitgedächtnis  
sensorisch  
bewahren  
nachgelagert

υπερβραχεία μνήμη  
αισθητηριακός  
διατηρώ  
που ακολουθεί/βρίσκεται πίσω από  
κάτι άλλο

das Langzeitgedächtnis  
unbegrenzt  
beteiligt sein\* an + DAT  
die Kapazität  
bestimmen  
das neuronale Netzwerk  
die Gehirnregion, -en  
verteilt (sein\*)  
der Gehirnforscher, - / die Gehirnforscherin, -nen  
ununterbrochen  
die neuronale Plastizität  
der Sinneseindruck, "- e  
aussprechbar

μακρά μνήμη  
απεριόριστα  
συμμετέχω σε ...  
χωρητικότητα  
προσδιορίζω  
νευρωνικό δίκτυο  
περιοχή του εγκεφάλου  
είμαι κατανεμημένος  
ερευνητής/ερευνήτρια του εγκεφάλου  
συνεχώς, ασταμάτητα, αδιάκοπα  
νευρωνική πλαστικότητα  
αισθητήρια εντύπωση  
που μπορεί να εκφραστεί/διατυπωθεί  
προφορικά

deklarativ  
das Faktenwissen  
episodisch  
die Geburtstagsfeier, -n  
der Speicherprozess  
der Abrufprozess  
erforschen  
das Langzeitgedächtnissystem, -e  
prozedural  
motorisch

δηλωτικός  
πραγματικές γνώσεις  
επεισοδιακή μνήμη  
πάρτι γενεθλίων  
διαδικασία αποθήκευσης  
διαδικασία ανάκτησης  
ερευνώ  
σύστημα μακράς μνήμης  
διαδικαστική μνήμη  
κινητικός

das Einmaleins  
beherrschen  
los/radeln  
der Radfahrablauf, "-e

automatisieren  
der Forscher, - / die Forscherin, -nen  
physiologisch  
verankern  
die Gedächtnisspur,-en  
die Inschrift, -en

divers  
das Engramm, -e  
gefestigt (werden)

das Replay  
das Gelernte  
reprozessieren  
das Überspielen

der Hippocampus  
der Neocortex  
das Wesentliche  
das Unwichtige  
der Kern, -e

ergehen\* + DAT  
das Periodensystem

russisch  
der Chemiker, - / die Chemikerin, -nen

an/ordnen  
das Kleinkind, -er  
das Objekt, -e  
die Kategorie, -n  
bei/bringen\* + DAT

bekanntermaßen  
das Erinnern

lebhaft  
dieselb-  
die Hirnregion, -en

die Wahrnehmung  
der / die Hildesheimer  
die Multiple Choice-Aufgabe, -n  
der Taucher, - / die Taucherin, -nen

die Wortliste, -n  
ab/rufen\*  
der Kontexteffekt

προπαίδεια  
κατέχω  
ξεκινάω να κάνω ποδήλατο  
ποδηλασία (ως διαδικασία),  
το να κάνεις ποδήλατο  
αυτοματοποιώ  
ερευνητής / ερευνήτρια  
φυσιολογικός  
θεμελιώνω  
αποτύπωμα, ίχνος μνήμης  
επιγραφή  
διάφορος  
έγγραμμα, αποτύπωμα μνήμης  
σταθεροποιείται  
επανάληψη  
αυτά που έχει μάθει (κάποιος)  
επεξεργάζομαι εκ νέου  
[εδώ] μεταφορά  
ιπόκαμπος  
νεοφλοιός (εγκεφάλου)  
τα σημαντικά  
τα ασήμαντα  
πυρήνας  
μου συμβαίνει  
περιοδικό σύστημα (των χημικών  
στοιχείων)  
ρωσικός  
ο / η χημικός  
ταξινομώ  
νήπιο, μικρό παιδί  
αντικείμενο  
κατηγορία  
διδάσκω σε κάποιον  
ως γνωστόν  
ανάμνηση, ενθύμηση  
ζωηρός, ζωντανός  
οι ίδιοι / οι ίδιες / τα ίδια  
περιοχή του εγκεφάλου  
αντίληψη  
που κατάγεται από το Hildesheim  
άσκηση πολλαπλών επιλογών  
ο / η δύτης  
λίστα λέξεων  
ανακαλώ, θυμάμαι  
επίδραση του πλαισίου



die Monotonie	μονοτονία
die Sonnenseite (des Lebens)	φωτεινή πλευρά (της ζωής)
sich tummeln	κινούμαι ανέμελα
stets	πάντα
die Gestalt, -en	φιγούρα
auf den Trichter kommen*	[εδώ] συνειδητοποιώ
die Pose, -n	πόζα
herum/stehen*	στέκομα άπραγος
das Statussymbol, -e	σύμβολο κοινωνικής θέσης
grell	έντονος
hin/fallen*	πέφτω
der Kontrast, -e	αντίθεση
literarisch	λογοτεχνικός
das Zitat, -e	τσιτάτο, παράθεμα
der Eröffnungssatz, "-e	εναρκτήρια πρόταση
einander	ο ένας με τον άλλο
unglücklich	δυστυχισμένος
die Weise, -n	τρόπος
seither	έκτοτε, από τότε
die Aussage, -n	δήλωση, πρόταση
schlummernd-	κρυφός, κρυμμένος
gelangen	φτάνω, καταλήγω
die Facette, -n	πτυχή
die Wirtschaftsuniversität, -en	οικονομικό πανεπιστήμιο
die Forschungsliteratur	ερευνητική βιβλιογραφία
die Erkenntnis, -se	συμπέρασμα, πόρισμα
hinzu/fügen	προσθέτω
wohlhabend	εύπορος, ευκατάστατος
gleichen* + DAT	μοιάζω
der Parameter, -	παράμετρος
die Persönlichkeit, -en	προσωπικότητα
die Wertvorstellung, -en	αντίληψη κοινωνικών αξιών
(vom Leben) verwöhnt	κακομαθημένος (απ' τη ζωή)
aus/werten	αξιολογώ
der Datensatz, "-e	σύνολο δεδομένων
darunter	[εδώ] μεταξύ αυτών
der Zeitabschnitt, -e	χρονικό διάστημα
befragen	ρωτώ (κάποιον)
das Konstrukt, -e	κατασκεύασμα
die Persönlichkeitspsychologie	ψυχολογία της προσωπικότητας
das Kernelement, -e	βασικό στοιχείο
der Charakter, -	χαρακτήρας

die Offenheit  
 die Gewissenhaftigkeit  
 die Extraversion  
 die Verträglichkeit  
 der Neurotizismus  
 die emotionale Labilität  
 die Verletzlichkeit  
 binnen + GEN  
 kognitiv  
 erzielen  
 sich (stark) ähneln  
 der Proband, -e / die Probandin, -nen  
 es schwer haben\*  
 die Vielfalt  
 die Wirkung, -en  
 vergangen  
 finster  
 semantisch  
 sich aus/dehnen  
 reklamieren  
 die Emotion, -en  
 zurück/greifen auf + AKK  
  
 der Wortschatz  
 verwerflich  
 das Bedürfnis nach + DAT  
 benennen\*  
 die Illusion, -en  
 die Kausalität  
 münden in + AKK  
 schlussfolgern  
 spekulieren  
 provozieren  
 künftig

δεκτικότητα  
 ευσυνειδησία  
 εξωστρέφεια  
 προσήνεια, καταδεκτικότητα  
 νευρωτισμός  
 συναισθηματική αστάθεια  
 ευαλωτότητα, ευπάθεια  
 εντός  
 γνωστικός  
 επιτυχάνω  
 μοιάζω  
 εθελοντής / εθελόντρια σε πείραμα  
 περνάω δύσκολα  
 ποικιλία  
 επίδραση  
 περασμένος  
 σκοτεινός, τρομακτικός  
 σημασιολογικός  
 επεκτείνομαι  
 διεκδικώ  
 συναίσθημα  
 καταφεύγω/ανατρέχω σε ..., [εδώ]  
 χρησιμοποιώ  
 λεξιλόγιο  
 κατακριτέος [πράξη]  
 ανάγκη για ...  
 (κατ)ονομάζω  
 ψευδαίσθηση  
 αιτιότητα  
 οδηγώ/καταλήγω σε ...  
 συμπεραίνω  
 εικάζω, κάνω υποθέσεις  
 προκαλώ  
 μελλοντικά, στο μέλλον

## Test 1 - Lesen, Teil 4

 S. 24

der Klassenunterschied, -e  
 der Historiker, - / die Historikerin, -nen  
 die Gesellschaftsschicht, -en  
 das Rudel, -  
 der Stamm, "-e  
 die Antike

ταξική διαφορά  
 ο / η ιστορικός  
 κοινωνικό στρώμα  
 αγέλη  
 φυλή  
 αρχαιότητα

## WERKSTATT C1

der Reichtum	πλούτος
ein/teilen	χωρίζω
christlich	χριστιανικός
das Mittelalter	μεσαίωνας
die Einteilung	διαχωρισμός, ταξινόμηση
dreigliedrig	τριμερής
die Ständeordnung, -en	διάκριση (κοινωνικών) τάξεων
der Klerus	κλήρος
der Adel	αριστοκρατία
die Verteilung	κατανομή
gesellschaftlich	κοινωνικά
gottgegeben	θεόδοτος, δωσμένος από τον θεό
die Macht ergreifen*	καταλαμβάνω την εξουσία
im Zuge + GEN	κατά τη διάρκεια, ως συνέπεια
die industrielle Revolution	βιομηχανική επανάσταση
nach und nach	σιγά σιγά, βαθμιαία
das Produktionsmittel, -	παραγωγικό μέσο
verfügen über + AKK	διαθέτω
das Kapital, -e	κεφάλαιο
der Rohstoff, -e	πρώτη ύλη
die Stunde schlägt*	έρχεται η ώρα
der Sozialismus	σοσιαλισμός
das Ideal, -e	ιδανικό, ιδεώδες
klassenlos	αταξικός
die Industrienation, -en	βιομηχανική χώρα
hingegen	αντιθέτως
die Schattenseite, -n	αρνητική πλευρά
der Kapitalismus	καπιταλισμός
ein/dämmen	περιορίζω
der Umsturz, "-e	επανάσταση
weiterhin fort/bestehen*	εξακολουθώ να υφίσταμαι
die Linguistik	γλωσσολογία
sich äußern	εκφράζομαι
der Lebensstil, -e	τρόπος ζωής
ab/bilden	αντικατοπτρίζω
offenbaren	αποκαλύπτω, φανερώνω
die Ungleichheit, -en	ανισότητα
verwurzelt sein*	είμαι ριζωμένος
die Ausdrucksweise, -n	τρόπος έκφρασης
ein/betonieren	[μεταφ.] παγιώνω
der Zuwandereranteil, -e	ποσοστό μεταναστών
der soziale Brennpunkt, -e	κοινωνικό hotspot, κοινωνικό επίκεντρο
bezeichnen	χαρακτηρίζω



der Migrationshintergrund	μεταναστευτικό υπόβαθρο
ungebildet	αμόρφωτος
ein/ordnen	κατατάσσω, ταξινομώ
entsprechend	ανάλογα
benachteiligt	αδικημένος
die Standardsprache, -n	καθομιλουμένη, επίσημη γλώσσα
lehren	διδάσκω
akzentfrei	χωρίς ιδιωματική προφορά
grammatikalisch	γραμματικά
einwandfrei	άψογα
die Abweichung, -en	απόκλιση
enthüllen	αποκαλύπτω, φανερώνω
vermeintlich	φαινομενικός
das Abendbrot	βραδινό (φαγητό), δείπνο
das Akademikerpaar, -e	ζευγάρι ακαδημαϊκών
die Mittagspause, -n	μεσημεριανό διάλειμμα
sich aus/drücken	εκφράζομαι
unangenehm auf/fallen*	κάνω άσχημη εντύπωση
sprachlich	γλωσσικά
sich an/nähern	προσεγγίζω
enttarnen	φανερώνω, [μεταφ.] ξεσκεπάζω
die Unbeholfenheit	αδεξιότητα
erkennbar	ευδιάκριτος, εμφανής
hochgestochen	διανοουμενίστικα, με στόμφο
zwanglos	χαλαρά, άτυπα
soziologische Studien (Pl.)	κοινωνιολογικές σπουδές
der Soziologe, -n / die Soziologin, -nen	ο / η κοινωνιολόγος
das Ungleichgewicht	ανισορροπία
das Unterscheidungsmerkmal, -e	διακριτικό γνώρισμα
die ökonomischen Ressourcen (Pl.)	οικονομικοί πόροι
fein	λεπτός
sozial	κοινωνικός
der Aufstieg	άνοδος
der Abstieg	κάθοδος
das Individuum, Individuen	άτομο
mangels + GEN	ελλείψει, λόγω έλλειψης
die Aufstiegsmöglichkeiten	προοπτικές, ευκαιρίες ανέλιξης
an/gehören + DAT	ανήκω σε ...
in der Regel	συνήθως, κατά κανόνα
zeitlebens	ισόβια, για όλη του τη ζωή
hineingeboren (sein*)	(είμαι) γεννημένος
die Diskriminierung, -en	διάκριση
aufgrund + GEN	εξαιτίας
die Zugehörigkeit	υπαγωγή

## WERKSTATT C1

die (soziale) Schicht, -en  
registrieren  
analog zu + DAT  
die Klassenfrage

(κοινωνικό) στρώμα  
καταγράφω  
σε αναλογία προς ...  
το θέμα του ταξικού διαχωρισμού

### Test 2 - Lesen, Teil 1



S. 56

das Gehirn, -e  
unbekannt  
aus/lösen (ausgelöst)  
die Gehirnwelle, -n  
ermöglichen  
  
dennoch  
relevant  
der Reiz, -e  
widersprechend  
das Bedürfnis, -se  
in Einklang bringen\*  
ungestört  
die Erholung  
potenziell  
bewerbstelligen  
der Schlafforscher, - / die Schlafforscherin, -nen  
das Hirn, -e  
selektiv  
sowohl...als auch  
der Leichtschlaf  
stabil  
der Tiefschlaf  
wahr/nehmen\*  
akustisch  
differenzieren  
das Zentrum für Kognitive Neurowissenschaften  
vor/spielen  
die Nachtruhe  
konkret  
die Non-REM-Schlaf-Phase, -n  
  
das Familienmitglied, -er  
der Lebenspartner, - / die Lebenspartnerin, -nen  
jen-  
jeweilig  
sowie

εγκέφαλος  
άγνωστος  
προκαλώ (προκαλούμενος)  
εγκεφαλικό κύμα  
κάνω/καθιστώ δυνατό, [μεταφ.]  
επιτρέπω  
παρ' όλα αυτά  
σχετικός  
ερέθισμα  
αντικρουόμενος  
ανάγκη  
εναρμονίζω  
ανενόχλητος  
ξεκούραση  
δυνητικά  
κατορθώνω, καταφέρνω  
ερευνητής/ερευνήτρια ύπνου  
μυαλό  
επιλεκτικά  
τόσο ... όσο και ...  
ελαφρύς ύπνος  
σταθερός  
βαθύς ύπνος  
αντιλαμβάνομαι  
ακουστικός  
διαφοροποιώ  
Κέντρο Νοητικών Νευροεπιστημών  
παίζω [ηχητικό αρχείο από συσκευή]  
νυχτερινή ησυχία, νυχτερινός ύπνος  
συγκεκριμένα  
φάση ύπνου εκτός REM [ύπνος με γρήγορες κινήσεις των ματιών]  
μέλος της οικογένειας  
ο / η σύντροφος ζωής  
εκείνος  
εκάστοτε  
καθώς και

die Gehirnaktivität, -en	εγκεφαλική δραστηριότητα
überwachen	παρακολουθώ
der Komplex, -e	σύμπλεγμα
das Muster, -	μοτίβο
die Verarbeitung	επεξεργασία
der Schläfer, - / die Schläferin, -nen	κοιμώμενος / κοιμωμένη
fort/führen	συνεχίζω
bedrohlich	απειλητικός
je...desto	όσο ... τόσο ...
vertraut	οικείος
die Gehirnreaktion, -en	εγκεφαλική αντίδραση
hin/deuten auf + AKK	δείχνω
offensichtlich	προφανώς
der Wächter-Verarbeitungsmodus	λειτουργία φρουρού και επεξεργασίας (πληροφοριών)
intern	εσωτερικός
sich befassen mit + DAT	ασχολούμαι με ...
ab/laufen*	λαμβάνω χώρα, εξελίσσομαι
unter dem Strich	στην ουσία, συμπερασματικά
inaktiv	αδρανής
eben	[εδώ] λοιπόν, συνεπώς
gewohnt	[εδώ] οικείος

## Test 2 - Lesen, Teil 2



unangenehm	δυσάρεστος
mithilfe + GEN	με τη βοήθεια
30-minütig-	30λεπτος, με διάρκεια 30 λεπτών
der Angstzustand, "-e	κατάσταση άγχους
der Heranwachsende, -n / die Heranwachsende, -n	ο/η έφηβος
die Intervention, -en	παρέμβαση
erstens	πρώτον
erscheinen*	φαίνομαι
sich weiter/entwickeln	εξελίσσομαι
zweitens	δεύτερον
fordernd	προκλητικός, απαιτητικός
um/deuten	ερμηνεύω εκ νέου, [εδώ] αναθεωρώ
gegenwärtig	επί του παρόντος
stressbedingt	που οφείλεται στο άγχος, λόγω άγχους
depressiv	καταθλιπτικός
in Rekordausmaß	σε επίπεδο/βαθμό ρεκόρ
die Pubertät	εφηβεία
der Übergang, "-e	μετάβαση

## WERKSTATT C1

das Erwachsenenalter	ηλικία ενήλικα
generell	γενικά
die Lebensphase, -n	φάση ζωής
ein/prasseln auf + AKK	[μεταφ.] βομβαρδίζω
grundsätzlich	κατά βάση
verwirrt	μπερδεμένος
die Phase, -n	φάση
die Umdeutung	αναθεώρηση
mit/schwingen*	ηχώ
reflexhaft	αντανακλαστικός
derzeit	αυτή τη στιγμή
das psychische Leiden	ψυχική διαταραχή
bestehen* in + DAT	συνίσταται, έγκειται
die Entlastung	ανακούφιση
ausgesetzt sein* + DAT	είμαι εκτεθειμένος σε ..., [εδώ] βιώνω
einleuchtend	ευνόητος
naheliegend	εύλογος
teilweise	εν μέρει
kontraproduktiv	αντιπαραγωγικός
(in) dichten Schichten	σε πυκνά στρώματα
in Watte gepackt	τυλιγμένος σε βαμβάκι, [μεταφ.] υπερπροστατευμένος
auf/wachsen*	μεγαλώνω
scheitern	αποτυγχάνω
unweigerlich	αναπόφευκτος
mit sich bringen*	επιφέρω, προκαλώ
die Vermeidungsmentalität	νοοτροπία αποφυγής
aus/blenden	[εδώ] αγνοώ
erhöht	αυξημένος
wünschenswert	επιθυμητός
die Adoleszenz	εφηβεία
in besserem Licht	υπό καλύτερο πρίσμα, θετικότερα
betrachten	εξετάζω
das Argument, -e	επιχείρημα
der Effekt, -e	αποτέλεσμα, επίδραση
die Auswirkung, -en	επίδραση
der Puls, -e	καρδιακός ρυθμός, παλμός
der Cortisol-Spiegel	επίπεδα κορτιζόνης
ab/federn	μετριάζω
Bedeutung bei/messen* + DAT	αποδίδω σημασία σε ...
der/die Teilnehmende, -n	ο συμμετέχων / η συμμετέχουσα
sich widmen + DAT	αφιερώνομαι
das Trainingsmodul, -e	εκπαιδευτική ενότητα
die Kontrollgruppe, -n	ομάδα ελέγχου

generell	γενικός
die Publikation, -en	δημοσίευμα
im Wesentlichen	ουσιαστικά, στην ουσία
die Mischung, -en	ανάμειξη
die Anstrengung, -en	προσπάθεια, κόπος
die Frustration, -en	απογοήτευση
voraus/gehen* + DAT	προηγούμαι
das Scheitern	αποτυχία
die Quelle, -n	πηγή
die Beanspruchung	καταπόνηση
betonen	τονίζω
meistern	[εδώ] ξεπερνώ, υπερνικώ
gewiss	συγκεκριμένος
die Anspannung, -en	ένταση
das Herzklopfen	καρδιοχτύπι
das Magensausen	βουητό στο στομάχι
das Angstkribbeln	μυρμήγκιασμα, φαγούρα (που προκαλείται απ' το άγχος)
ab/liefern	[εδώ] αποδίδω
das Dopingmittel, -	ουσία ντόπινγκ, αναβολικό
lauten	[εδώ] είναι
die Stressantwort	αντίδραση του σώματος στο άγχος/ στρες
unwichtig	ασήμαντος
diesbezüglich	σχετικά με (αυτό)
banal	μπανάλ, κοινότυπος, κοινός
die Sitzung, -en	συνεδρία
die Zurückweisung, -en	απόρριψη
der Leistungsdruck	πίεση για αύξηση της απόδοσης
ab/mildern	μετριάζω, απαλύνω
hin/weisen* auf + AKK	επισημαίνω
die Einschränkung, -en	περιορισμός
die Beeinträchtigung, -en	βλάβη (της υγείας)
das Trauma, -ta	ψυχικό τραύμα
der Rückschlag, "-e	επιδείνωση, υποτροπή (της υγείας)
die Moral	δίδαγμα
das Studienergebnis, -se	αποτέλεσμα μελέτης
fragil	εύθραυστος
das Wesen, -	το ον
die Widrigkeit, -en	αντιξοότητα
stattdessen	αντ' αυτού
die Fertigkeit, -en	ικανότητα, δεξιότητα
ausgestattet sein* mit + DAT	είμαι εφοδιασμένος, εξοπλισμένος
sich stellen + DAT	αντιμετωπίζω

## WERKSTATT C1

unerschrocken  
vom Fleck kommen\*  
die motivierenden Worte  
zum Trotz + DAT

ατρόμητος  
[μεταφ.] προχωρώ (μπροστά)  
ενθαρρυντικά, παρακινητικά λόγια  
σε πείσμα

### Test 2 - Lesen, Teil 3



S. 60

die Umweltpsychologie  
an/kommen\* auf + AKK (es kommt auf + AKK an)  
angesichts + GEN  
der Klimawandel  
die Milliarde, -n  
die Tonne, -n  
das Kohlendioxid  
aus/stoßen\*  
die Energieerzeugung  
vergebens (sein\*)  
unrealistisch  
der Klimaschutz  
  
der Vorsatz, "-e  
sich vor/nehmen\*  
folgich  
letztlich  
relevant  
die Emissionbilanz  
  
die Macht  
die Norm, -en  
der Verhaltensforscher, - / die Verhaltensforscherin, -nen  
  
das Umdenken  
vor/leben  
  
das Umfeld, -er  
  
sich richten nach + DAT  
besitzen\*  
die Vorbildfunktion, -en  
kollektiv  
die Verhaltensweise, -n  
langfristig  
sich potenzieren  
das Handeln

περιβαλλοντική ψυχολογία  
εξαρτάται από ...  
ενόψει  
κλιματική αλλαγή  
δισεκατομμύριο  
τόνος  
διοξείδιο του άνθρακα  
εκπέμπω, βγάζω  
παραγωγή ενέργειας  
[εδώ] μάταιος  
μη ρεαλιστικός  
προστασία του κλίματος / των  
κλιματικών συνθηκών  
πρόθεση, στόχος  
[εδώ] παίρνω (απόφαση)  
συνεπώς  
τελικά  
σημαντικός  
ισοζύγιο εκπομπών (διοξειδίου του  
άνθρακα)  
δύναμη, ισχύς  
νόρμα, κανόνας, πρότυπο  
ερευνητής / ερευνήτρια  
συμπεριφοράς  
αλλαγή τρόπου σκέψης  
δίνω το παράδειγμα (με τον τρόπο  
ζωής μου)  
περιβάλλον, περίγυρος,  
[εδώ] οι γύρω μας  
συμμορφώνομαι με ..., ακολουθώ  
έχω, κατέχω  
λειτουργία πρότυπου  
συλλογικός  
τρόπος συμπεριφοράς  
μακροπρόθεσμα  
πολλαπλασιάζομαι εκθετικά  
ενέργειες

die Bequemlichkeit	άνεση, νωθρότητα, τεμπελιά
die Sechzigerjahre	δεκαετία του '60
strömen	ρέω, ξεχύνομαι
der Fragebogen, -"	ερωτηματολόγιο
der Brand, "-e	πυρκαγιά
die Testperson, -en	εθελοντής / εθελόντρια σε πείραμα
anwesend	παρών
angewiesen sein*	έχω οδηγίες, μου έχει υποδειχτεί
ignorieren	αγνοώ
an/merken	παρατηρώ
der Macher, - / die Macherin, -nen	δημιουργός
die Passivität	παθητικότητα
entgegen + DAT	αντίθετα προς ...
die Intuition	διαίσθηση
ungefährlich	ακίνδυνος
beeinflussen	επηρεάζω
formen	διαμορφώνω
walisisch	ουαλικός, [εδώ] Ουαλός
der Klimawissenschaftler, - / die Klimawissenschaftlerin, -nen	ο / η κλιματολόγος
die Klimamaßnahme, -n	μέτρο για το κλίμα
neigen zu + DAT	τείνω/κλίνω προς ...
die Definition, -en	ορισμός
einflussreich	με επηρροή, σημαντικός
die Tatsache, -n	γεγονός
mit/bekommen*	καταλαβαίνω, αντιλαμβάνομαι
an/stecken mit + DAT	κολλάω κάποιον (μια αρρώστια/ συνήθεια)
verändert	αλλαγμένος

## Test 2 - Lesen, Teil 4

 S. 62

die Klimaschutzmaßnahme, -n	μέτρο για την προστασία του κλίματος / των κλιματικών συνθηκών
inwieweit	σε ποιο βαθμό, κατά πόσο
die Einzelperson, -en	(μεμονωμένο) άτομο
der Soziologie-Dozent, -en / die Soziologie-Dozentin, -nen	καθηγητής /καθηγήτρια κοινωνιολογίας
zweifellos	αναμφίβολα, αναμφισβήτητα
massiv	μαζικός
die Nutzung	χρήση
fossile Brennstoffe (Pl.)	ορυκτά καύσιμα
das Erdöl	πετρέλαιο
das Erdgas	φυσικό αέριο
die Kohle	άνθρακας

## WERKSTATT C1

das Treibhausgas, -e	αέριο θερμοκηπίου
die Atmosphäre	ατμόσφαιρα
der Treibhauseffekt	φαινόμενο του θερμοκηπίου
verstärken	ενισχύω, εντείνω
hervorgerufen-	προκαλούμενος
die Erderwärmung	υπερθέρμανση του πλανήτη
schwerwiegend	βαρύς, πολύ σημαντικός
vollständig	πλήρως
absehbar	προβλέψιμος
der Ausstoß	εκπομπή (αερίων)
klimaschädlich	βλαβερός για το κλίμα
grundlegend	θεμελιώδης
die Umstellung	αλλαγή, προσαρμογή
derzeitig	τωρινός
die Lebensweise, -n	τρόπος ζωής
die Wirtschaftsweise, -n	τρόπος επιχειρηματικής δραστηριότητας
insbesondere	ειδικά
die Energieerzeugung	παραγωγή ενέργειας
die Energienutzung	χρήση ενέργειας
die Industrieproduktion, -en	βιομηχανική παραγωγή
im Allgemeinen	γενικά
um/setzen	εφαρμόζω
auseinander/gehen*	[εδώ] διίσταμαι, διαφέρω
der Diskurs, -e	συζήτηση
ordnungspolitisch	ρυθμιστικός, πολιτικής τάξης
ökonomisch	οικονομικός
die Umwelterziehung	περιβαλλοντική εκπαίδευση
belegen	δείχνω, αποδεικνύω
der überwiegende Teil	πλειοψηφία
der Europäer, - / die Europäerin, -nen	ο Ευρωπαίος / η Ευρωπαία
verursacht-	προκαλούμενος
entgegen/wirken	καταπολεμώ
die Bevölkerungsgruppe, -n	πληθυσμιακή ομάδα
gegeben (sein*)	δεδομένος
die Einsicht, -en	αντίληψη
sich ergeben*	προκύπτω
befürworten	υποστηρίζω, τάσσομαι/συνηγορώ υπέρ
die Förderung	προώθηση
erneuerbar	ανανεώσιμος
die Energiequelle, -n	πηγή ενέργειας
die Windenergie	αιολική ενέργεια
die Solarenergie	ηλιακή ενέργεια



das Ersetzen  
 altgedient  
 das Haushaltsgerät, -e  
 das Warmwasser  
 das Heizen  
 die Energieeffizienz  
 der Verbraucher, - / die Verbraucherin, -nen  
 verbunden sein\* mit + DAT  
 die Belastung, -en  
 der Pressereferent, -en / die Pressereferentin, -nen  
 das Bundesamt, "-er  
 durchgeführt-  
 sich aus/sprechen\* für + AKK  
 gänzlich  
 der Abstrich, -e  
 der Lebensstandard  
 akzeptabel  
 auffallend  
 auftretend-  
 die Altersgruppe, n  
 durchweg  
 zwangsläufig  
 klimabewusst  
 das Bildungsniveau  
 die Hochschulbildung  
 das Einkommen, -  
 grundsätzlich

αντικατάσταση  
 παλιός, παλιωμένος  
 οικιακή συσκευή  
 ζεστό νερό  
 θέρμανση  
 ενεργειακή αποδόση  
 καταναλωτής, καταναλώτρια  
 συνδέεται/σχετίζεται με ...  
 (οικονομικό) βάρος  
 υπεύθυνος τύπου  
 ομοσπονδιακό γραφείο  
 που πραγματοποιήθηκε  
 τάσσομαι υπέρ  
 εντελώς  
 περικοπή  
 βιοτικό επίπεδο  
 αποδεκτός  
 εντυπωσιακός  
 εμφανιζόμενος  
 ηλικιακή ομάδα  
 γενικά  
 αναγκαστικά  
 με κλιματική συνείδηση  
 μορφωτικό επίπεδο  
 ανώτερη μόρφωση/εκπαίδευση  
 εισόδημα  
 ουσιαστικός, βασικός

## Test 3 - Lesen, Teil 1

 S. 84

der Erfinder, - / die Erfinderin, -nen  
 das Fluggerät, -e  
 ersinnen\*  
 die Unmenge an + DAT  
 wissenschaftlich  
 die Anatomie  
 elaboriert  
 etablieren  
 die Universalgenie, -n  
 funktional  
 die Luftschraube, -n  
 das Prinzip, -ien  
 das Manuskript, -e  
 die Spirale, -n

εφευρέτης, εφευρέτρια  
 ιπτάμενη συσκευή  
 επινοώ  
 πλήθος σε ...  
 επιστημονικός  
 ανατομία  
 περίτεχνος  
 καθιερώνω  
 παγκόσμια ιδιοφυΐα  
 λειτουργικός  
 ιπτάμενος έλικας  
 (επιστημονική) αρχή  
 χειρόγραφο  
 έλικας

## WERKSTATT C1

der Auftrieb	άνωση
an/heben*	σηκώνω
das Konzept, -e	concept, ιδέα
wohlbekannt	πολύ γνωστός
das Funktionsprinzip, -ein	αρχή λειτουργίας
der Hubschrauber, -	ελικόπτερο
der Ur-Entwurf, "-e	αρχικό σχέδιο
amerikanisch	αμερικάνικος
der Helikopterverband, "-e	Ένωση Ελικοπτέρων
veranstalten	διοργανώνω
entwerfen*	σχεδιάζω
prämiieren	βραβεύω
zur Ehrung + GEN	προς τιμήν
der Todestag	επέτειος θανάτου
das Design, -s	σχέδιο
übersetzen	μεταφράζω, [εδώ] μεταφέρω
die Flugfähigkeit	ικανότητα πτήσης
prompt	αμέσως, πανηγυρικά
umsetzbar	εφικτός
letztlich	τελικά
deswegen	γι' αυτό το λόγο
das Studententeam, -s	φοιτητική ομάδα
demzufolge	συνεπώς
die Aerodynamik	αεροδυναμική
simulieren	προσομοιώνω
die Konstruktion, -en	κατασκευή
der Elektromotor, -en	ηλεκτροκινητήρας
der Akkumulator, -en (Akku, -s)	μπαταρία
heutzutage	σήμερα, στην εποχή μας
der Handel	εμπόριο, αγορά

### Test 3 - Lesen, Teil 2



S. 86

der Zauberpilz, -e	μαγικό μανιτάρι
die Zauberkraft, "-e	μαγική δύναμη
indigen	αυτόχθων, γηγενής
das Volk, "-er	λαός, πληθυσμός
Südamerika	Νότια Αμερική
Mittelamerika	Κεντρική Αμερική
religiös	θρησκευτικός
das Ritual, -e	τελετουργία
folgenschwer	σημαντικός, μοιραίος
die Bekanntschaft, -en	γνωριμία
das Örtchen, -	μικρό μέρος, οικισμός

der Heiler, - / die Heilerin, nen  
 respektiert  
 das Lehmziegelhaus, "-er  
 ab/halten\*  
 die Heilungszeremonie, -n  
 das Gebet, -e  
 schamanistisch  
 die Behandlung, -en  
 verzehren  
 die Halluzination, -en  
 der Rauschzustand, "-e  
 die Erforschung  
 der/die Weiße, -n  
 das Heilungsritual, -e  
 beeindruckt sein\*  
 das Bewusstsein  
 die Vision, -en  
 der Verzehr  
 taufen  
 der Entdecker, - / die Entdeckerin, -nen

das Halluzinogen, -e  
 der psychoaktive Stoff  
 isolieren  
 das Psilocybin  
 chemisch  
 isoliert  
 hervor/rufen\*  
 entscheidend  
 die Substanz, -en  
 der Vorbehalt gegen + AKK  
 die Herstellung  
 bereuen  
 heftig  
 ein/weihen in + AKK  
 dank + GEN  
 strömen  
 der Hippie, -s  
 der Abenteurer, - / die Abenteurerin, -nen  
 der Sinnsucher, - / die Sinnsucherin, -nen

der / die Einheimische, -n  
 heilig  
 ausfindig machen

θεραπευτής / θεραπεύτρια  
 σεβαστός  
 πλίθινο σπίτι  
 διεξάγω, κάνω  
 τελετή θεραπείας  
 προσευχή  
 σαμανιστικός  
 θεραπεία  
 τρώω, καταναλώνω  
 παραίσθηση  
 κατάσταση μέθης/παραίσθησης  
 διερεύνηση  
 λευκός / λευκή  
 θεραπευτικό τελετουργικό  
 είμαι εντυπωσιασμένος  
 συνείδηση  
 όραμα  
 κατανάλωση  
 βαφτίζω, [εδώ] ονομάζω  
 ερευνητής / ερευνήτρια (που έκανε  
 μια ανακάλυψη)  
 παραισθησιογόνο  
 ψυχοδραστική ουσία  
 απομονώνω  
 ψιλοκουβίνη  
 χημικά  
 απομονωμένος  
 προκαλώ, προξενώ  
 αποφασιστικός, [εδώ] βασικός  
 ουσία  
 επιφύλαξη απέναντι σε ...  
 κατασκευή, [εδώ] παραγωγή  
 μετανιώνω  
 ισχυρός, σφοδρός, [εδώ] βαθιά  
 μου (κάποιον) σε ...  
 χάρη/χάρης σε ...  
 συρρέω  
 χίτης  
 τυχοδιώκτης / τυχοδιώκτρια  
 αυτός/αυτή που αναζητά το νόημα  
 (της ζωής)  
 ο ντόπιος / η ντόπια  
 ιερός  
 εντοπίζω (κάτι)

## WERKSTATT C1

ähneln + DAT	μοιάζω με ...
der Trip, -s	μαστούρα
der Rausch	παραισθήσεις, μαστούρα
ab/flachen	ισοπεδώνω, [εδώ] μειώνω
vorüber sein*	τελειώνει, [εδώ] περνά (η επήρεια)
die Rauscherfahrung, -en	εμπειρία της μαστούρας
die Einstellung, -en	στάση
legal	νόμιμος
therapeutisch	θεραπευτικός
der Einsatz	[εδώ] χρήση
der Qualitätsstandard, -s	επίπεδο ποιότητας
medizinisch	ιατρικός
wachsend	αυξανόμενος
die Forschungsbemühung, -en	ερευνητική προσπάθεια
die Forschungsgruppe, -n	ερευνητική ομάδα
unterstützend	υποστηρικτικός
die Depression	κατάθλιψη
aus/stehen*	εκκρεμώ
unerwünscht	ανεπιθύμητος
die Nebenwirkung, -en	παρενέργεια
das Panikgefühl, -e	αίσθημα πανικού
umgangssprachlich	στην καθομιλουμένη
der Horrortrip, -s	μαστούρα τρόμου
mitunter	μερικές φορές, καμιά φορά
das Denkmuster, -	μοτίβο σκέψης
der Verfolgungswahn	μανία καταδίωξης
die psychotische Episode	ψυχωτικό επεισόδιο
das Misstrauen	δυσπιστία
verfolgen	ακολουθώ
der Anwender, - / die Anwenderin, -nen	χρήστης
anschließend	στη συνέχεια
anhaltend	συνεχιζόμενος
die Beschwerde, -n	παράπονο, [εδώ] ενόχληση
professionell	επαγγελματικός
seelisch	ψυχικά
labil	ασταθής
die schizophrene Erkrankung, -en	σχιζοφρενική ασθένεια
die Drogenpsychose	ψύχωση από τα ναρκωτικά
dauerhaft	μόνιμος
einmalig	μοναδικός (μια φορά)
der Blutdruck	αρτηριακή πίεση
das Herzproblem, -e	καρδιακό πρόβλημα
ab/raten*	δεν συνιστώ
zudem	επί πλέον
der Mischkonsum	μικτή χρήση

der Rückschlag, "-e	αναποδιά, χτύπημα (της ζωής)
der Glaube	πίστη, δοξασία, πεποίθηση
weitverbreitet	πολύ/ευρέως διαδεδομένος
die Konfrontation	αντιμετώπιση, το να έρχεται κανείς αντιμέτωπος
die Weisheit	σοφία
weise	σοφός
überwinden*	ξεπερνώ
zu/schlagen*	χτυπώ
der Trauerfall, "-e	θλιβερό γεγονός, θάνατος
der Jobverlust, -e	απώλεια της εργασίας
in ihrer Ohnmacht	στην αδυναμία τους
ab/gewinnen*	κερδίζω, [μεταφ.] βγάζω κάτι (από μια κατάσταση)
um/bringen*	σκοτώνω
jein	και ναι και όχι (ταυτόχρονα)
schenken	χαρίζω, δωρίζω, [εδώ] δίνω
die Einsicht, -en	αντίληψη, οπτική (σε ένα θέμα)
publizieren	δημοσιεύω
nach/gehen*	εξετάζω, διερευνώ
der Proband, -en / die Probandin, -nen	εθελοντής/εθελόντρια που συμμετέχει σ' ένα πείραμα
die Widrigkeit, -en	αναποδιά
im (weiteren) Sinne	με την (ευρύτερη) έννοια
das Geschehnis, -se	γεγονός, συμβάν
blicken auf + AKK	κοιτάζω, βλέπω
der Umgang	συναναστροφή, [εδώ] τρόπος αντιμετώπισης
im eigenen Saft schmoren	βράζω στο ζουμί μου
metakognitiv	μεταγνωστικός
aus/zeichnen	χαρακτηρίζω
bestmöglich	καλύτερος δυνατός
tugendhaft	ενάρετος
identifizieren	αναγνωρίζω, εντοπίζω
die Perspektive, n	προοπτική
berücksichtigen	λαμβάνω υπόψη μου, εξετάζω
aus/balancieren	εξισορροπώ
inwiefern	σε ποιο βαθμό, κατά πόσο
der Denkstil, -e	τρόπος σκέψης
charakterlich	χαρακτηρολογικός, του χαρακτήρα
der Reifungsprozess, -e	διαδικασία ωρίμανσης
widrig	αντίξοος

## WERKSTATT C1

der Umstand, "-e  
das Forscherteam, -s  
verweisen\* auf + AKK  
das Lebensereignis, -se  
entsprechend  
Sinn ab/ringen\* + DAT  
quasi  
sich distanzieren  
üblicherweise  
der Schicksalsschlag, "-e  
sich aus/wirken auf + AKK  
gravierend  
in Gang setzen  
der Wachstumsprozess, -e  
verleiten zu + DAT  
fokussieren  
aus/blenden  
lebensverändernd  
das Fazit  
die Grübeleie  
gelegentlich  
die Beobachterperspektive, -n

περίσταση, συνθήκη  
ερευνητική ομάδα  
αναφέρω, παραπέμπω σε ...  
γεγονός της ζωής  
αντίστοιχος  
βγάζω νόημα από ...  
δηλαδή, κατά κάποιον τρόπο  
απομακρύνομαι, παίρνω απόσταση  
συνήθως  
χτύπημα της μοίρας  
επιδρώ σε ...  
σοβαρός, βαρύς  
θέτω σε κίνηση, βάζω μπρος  
διαδικασία ανάπτυξης  
παρασύρω, δελεάζω  
επικεντρώνω  
[εδώ] αγνώ  
που αλλάζει/αλλάζουν τη ζωή  
συμπέρασμα  
(βαθιές) σκέψεις  
περιστασιακά, κάποια στιγμή  
οπτική γωνία παρατηρητή

### Test 3 - Lesen, Teil 4



S. 90

das Bundesministerium, die Bundesministerien  
die Kinderrechtskonvention

die Vereinten Nationen  
die Grundeinheit, -en  
definieren

die Sozialisation  
umsorgen

unzureichend  
die Bereitstellung  
die Bewältigung

der Familienalltag

die Struktur, -en  
staatlicherseits  
gegenüber/stellen + DAT

spürbar  
der Wandel  
der Rückgang

ομοσπονδιακό υπουργείο  
Σύμβαση για τα Δικαιώματα του  
Παιδιού  
Ηνωμένα Έθνη  
βασική μονάδα  
ορίζω  
κοινωνικοποίηση  
φροντίζω  
ανεπαρκής  
χορήγηση, διάθεση, παροχή (πόρων)  
αντιμετώπιση  
καθημερινή οικογενειακή ζωή,  
οικογενειακή καθημερινότητα  
δομή  
από τη μεριά του κράτους  
αντιπαραθέτω  
αισθητός  
αλλαγή  
μείωση

steigend	αυξανόμενος
die Scheidungszahl, -en	ποσοστό διαζυγίων
zunehmend	αυξανόμενος
die Anerkennung	αναγνώριση
die Lebensform, -en	τρόπος/μορφή ζωής
die Elternschaft	γονεϊκότητα
vorrangig	κυρίως, κατά πρώτο λόγο
aus/gehen* von + DAT	υποθέτω
das Element, -e	στοιχείο
das Wohlbefinden	ευημερία
respektieren	σέβομαι
Institut für Gesellschaftsforschung	Ινστιτούτο Κοινωνικών Ερευνών
die Lebensgestaltung	διαμόρφωση ζωής
auf/kommen*	[εδώ] ανακύπτω
Bestand haben*	έχω διάρκεια
die Lebensoption, -en	επιλογή ζωής
im Hinblick auf + AKK	όσον αφορά, αναφορικά με ...
die Familiengründung	δημιουργία οικογένειας
das Lebensziel, -e	στόχος ζωής
die Partnerschaft	σχέση (με έναν/μια σύντροφο)
die Lebenszufriedenheit	ικανοποίηση από τη ζωή
im Normalfall	κανονικά, υπό κανονικές συνθήκες
gebunden sein* an + DAT	είμαι δεσμευμένος, [εδώ] έχω
das Familienrecht	Οικογενειακό Δίκαιο
die Gründung, -en	δημιουργία
im Mittelpunkt stehen*	βρίσκομαι στο επίκεντρο
der/die Dritte	ο τρίτος, η Τρίτη
gesetzlich	νομικά
geregelt	ρυθμισμένος
der Rahmen, -	πλαίσιο
vermitteln	προσφέρω
der Grund, "-e	λόγος
der Heiratsgrund, "-e	λόγος γάμου
das Zusammenleben	συμβίωση
spontan	αυθόρμητα
dazu/gehören	ανήκω (σε αυτό), πηγαίνω μαζί
die Wahrscheinlichkeit	πιθανότητα
lebenslang	δια βίου, για πάντα
die Kinderlosigkeit	ατεκνία
die Selbstverständlichkeit	το αυτονόητο
gegenüber/stehe* + DAT	είμαι απέναντι σε ...
die Akzeptanz	αποδοχή

unterschätzen	υποτιμώ
unverhofft	απροσδόκητος
die Unart, -en	αγένεια, απρέπεια
überraschend	απροσδόκητα
ab/brechen*	διακόπτω, σταματώ
das Zeitalter	εποχή
die Bezeichnung, -en	ονομασία, χαρακτηρισμός
das Ghosting	ghosting, τερματισμός κάθε επικοινωνίας και επαφής με άλλο άτομο χωρίς καμία προφανή προειδοποίηση
das Anliegen, -	επιθυμία, παράκληση
die Kontaktaufnahme, -n	σύναψη επαφής
kontaktieren	επικοινωνώ
das Experiment, -e	πείραμα
lediglich	μόνο (και μόνο)
die Geste, -n	χειρονομία
die (kleine) Aufmerksamkeit	μικρό δώρο, δωράκι
ein/schätzen	εκτιμώ, αξιολογώ
die kontaktiert(e) Person	άτομο με το οποίο επικοινωνεί / έρχεται σε επαφή (κάποιος)
wert/schätzen	εκτιμώ
der/die Angesprochene, -n	πρόσωπο στο οποίο απευθύνεται κάποιος
unerwartet	απροσδόκητος
die Bindung, -en	δεσμός
die Wertschätzung	εκτίμηση
hinzu	επί πλέον
schwer/fallen*	δυσκολεύομαι, μου είναι δύσκολο
sich hinein/versetzen in + AKK	μπαινώ στη θέση κάποιου, παίρνω την οπτική κάποιου
die Fehleinschätzung, -en	εσφαλμένη εκτίμηση
beispielsweise	παραδείγματος χάριν
die Barriere, -n	εμπόδιο, φραγμός
oberflächlich	επιφανειακός
bedeutungsvoll	ουσιαστικός, σημαντικός
verbindend	συνδετικός
der/ die Forschende, -n	ερευνητής / ευρευνήτρια
die Ablehnung	απόρριψη
profitieren von + DAT	επωφελούμαι από ...
die Interaktion, -en	αλληλεπίδραση
das Zusammentreffen	συνάντηση, συνάπντημα



der Kaffeeautomat, -en  
 der Nebeneffekt, -e  
 gesteigert  
 der Anlass, "-e

αυτόματος πωλητής καφέ  
 παρενέργεια  
 αυξημένος  
 αφορμή

## Test 4 - Lesen, Teil 2

 S. 114

der Risikofaktor, -en  
 paradox  
 aus Sicht + GEN  
 frustrierend  
 gesundheitsförderlich  
 die Top-Neujahrsvorsätze (Pl.)  
 die Informationskampagne, -n  
 stetig  
 die Ernährungsweise, -n  
 das Übergewicht  
 die Gesundheitsgefahr, -en  
 der Diabetes  
 die Herz-Kreislauf-Erkrankung, -en  
 das Vorbeugen  
 möglichst + ADJ/ADV  
 naturbelassen  
 das Vollkornprodukt, -e  
 die Hülsenfrucht, "-e  
 die Orientierung  
 sich beziehen auf + AKK  
 die Zubereitung, -en  
 die Mittelmeerkost  
 die Nuss, "-e  
 das Olivenöl  
 im Grunde  
 genussvoll  
 die Vorliebe, -n  
 ungesund  
 zusammen/hängen\* mit + DAT  
 das Fertigprodukt, -e  
 der Geschmacksstoff, -e  
 die Lebensmittelindustrie  
 hochverarbeitet  
 der Snack, -s  
 der Softdrink, -s

επιβαρυντικός παράγοντας,  
 παράγοντας κινδύνου  
 παράδοξος  
 από την πλευρά, άποψη, οπτική  
 απογοητευτικός  
 αυτός που προάγει την υγεία  
 κορυφαίοι στόχοι για τη νέα χρονιά  
 καμπάνια/εκστρατεία ενημέρωσης  
 σταθερά  
 τρόπος διατροφής  
 παχυσαρκία  
 κίνδυνος για την υγεία  
 διαβήτης  
 πάθηση κυκλοφοριακού συστήματος  
 πρόληψη  
 όσο το δυνατόν πιο ...  
 φυσικός  
 προϊόν ολικής άλεσης  
 όσπριο  
 προσανατολισμός  
 αναφέρομαι σε ...  
 προετοιμασία, παρασκευή  
 μεσογειακή (δια)τροφή  
 ξηρός καρπός  
 ελαιόλαδο  
 στην ουσία  
 απολαυστικά, με απόλαυση  
 προτίμηση  
 ανθυγιεινός  
 σχετίζομαι με ...  
 έτοιμο/προκατασκευασμένο/  
 βιομηχανικό προϊόν  
 αρωματική ουσία (σε τρόφιμα)  
 βιομηχανία τροφίμων  
 υψηλής επεξεργασίας  
 σνακ  
 αναψυκτικό

## WERKSTATT C1

der Schokokeks, -e	μπισκότο σοκολάτας
das Vollkornbrot, -e	ψωμί ολικής άλεσης
zuckrig	ζαχαρώδης, με ζάχαρη
der Snackriegel, -	σνακ μπαρ, γκοφρέτα
die Lebensmittelwirtschaft	βιομηχανία τροφίμων
appellieren an + AKK	κάνω έκκληση σε ...
das Bauchgefühl, -e	αίσθηση της κοιλιάς
unbewusst	ασυνείδητα
die Bärchenwurst	λουκάνικο σε σχήμα μικρής αρκούδας
die Fee, -n	νεράιδα
der Pirat, -en / die Piratin, -nen	ο πειρατής / η πειρατίνα
die Illustration, -en	εικονογράφηση
das Marketing	μάρκετινγκ
ködern	δελεάζω
nicht wahrhaben wollen	δεν θέλω να παραδεχτώ κάτι
werben für + AKK	διαφημίζω
der Fußballer, - / die Fußballerin, -nen	ποδοσφαιριστής / ποδοσφαιρίστρια
die Kartoffelchips (Pl.)	πατατάκια
preisen*	επαινώ, επιδοκιμάζω
fragwürdig	αμφίβολος
die Produkteigenschaft, -en	ιδιότητα προϊόντος
im Vordergrund stehen*	βρίσκομαι στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος
vielmehr	πολύ περισσότερο
der Teamgeist	ομαδικό πνεύμα, πνεύμα συνεργασίας
die Loyalität	πίστη
empatisch	ενσυναίσθητος
das Miteinander	[εδώ] συντροφικότητα
beschwören*	[εδώ] επικαλούμαι, καλώ
die Kampagne, -n	καμπάνια, εκστρατεία
die Geselligkeit	κοινωνικότητα
sich engagieren	εμπλέκομαι, συμμετέχω
der Lehrstuhl, "-e	πανεπιστημιακή έδρα
das Gesundheitswesen	υγειονομική περίθαλψη
die Versorgungsforschung	έρευνα υγειονομικής περίθαλψης
verpflichtend	υποχρεωτικός
der Qualitätsstandard, -s	σάνταρ/επίπεδο ποιότητας
das Kitaessen	γεύμα/φαγητό στον παιδικό σταθμό
das Schulesen	σχολικό γεύμα
die Regelung, -en	κανονισμός
die Preisgestaltung	διαμόρφωση τιμών
der Anreiz, -e	κίνητρο
die Rezeptur, -en	συνταγολόγιο

befremdlich	παράξενος, περίεργος
übergreifig	υπερβολικός, που ξεπερνά κάθε όριο
der Speiseplan, "-e	μενού
sich ein/mischen in + AKK	ανακατεύομαι σε ...
der Eingriff in + AKK	επέμβαση, παρέμβαση σε ...
ein/schränken	περιορίζω
die Ausübung	άσκηση
der Akteur, -e / die Akteurin, -nen	[εδώ] άτομο
gestalten	διαμορφώνω
an/passen	προσαρμόζω
ungewohnt	ασυνήθιστος
gut/heißen*	εγκρίνω, επιδοκιμάζω
das Rauchen	κάπνισμα
verqualmt	ντουμανιασμένος, γεμάτος καπνό
das Speiselokal, -e	εστιατόριο
(kaum) vorstellbar	(αδια)νόητος, που (δεν) μπορεί κανείς να φανταστεί
bei/tragen* zu + DAT	συμβάλλω σε ...
die Zivilgesellschaft	κοινωνία των πολιτών
das Gegengewicht, -e	αντίβαρο
auf/bauen	φτιάχνω, δημιουργώ
die Umweltbewegung, -en	περιβαλλοντικό κίνημα
sich (etwas) zum Vorbild nehmen*	παίρνω κάποιον/κάτι ως πρότυπο
der Gesundheitsexperte, -n / die Gesundheitsexpertin, -nen	ο/η ειδικός στον τομέα της υγείας
erweitern	επεκτείνω
weiter/gehen*	συνεχίζομαι

## Test 4 - Lesen, Teil 3

 S. 116

die Schneeflocke, -n	χιονονιφάδα
bekanntlich	ως γνωστόν
der Steinzeitmensch, -en	άνθρωπος της λίθινης εποχής
der Faustkeil, -e	τσεκούρι χειρός [εργαλείο της λίθινης εποχής]
neumodisch	που ακολουθεί τη νέα μόδα, νέος, μοντέρνος
verweicht	μαλακός
nerven	εκνευρίζω
beschriftet	ενεπίγραφος, αυτός που έχει επάνω του επιγραφή
die Steintafel, -n	πέτρινη πλάκα
Ägypten	Αίγυπτος
die Bemerkung, -en	παρατήρηση, σημείωση
sinnen auf + AKK	σκεπτόμαι, σχεδιάζω

## WERKSTATT C1

die Lernbereitschaft  
demonstrieren  
sich ablehnend zeigen  
übernommen-  
der Headhunter, - / die Headhunterin, -nen

das Unternehmen, -  
auf der Suche nach + DAT  
die Führungskraft, "-e  
der Unternehmensberater, - /  
die Unternehmensberaterin, -nen

der Personaler, - / die Personalerin, -nen  
arbeitsscheu

selbstbezogen

sinnend

die Selbstverwirklichung

die Flexibilität

einen hohen Stellenwert haben\*

ein Dorn im Auge sein\*

schmelzen\*

desolat

beklagen

wie folgt

gehoben

das Management

bildungsbürgerlich

buchkaufend

die Erziehungsmethode, -n

überzeugt sein\* von + DAT

der Wohlstand

die Armut

bedroht sein\*

unhaltbar

das Pauschalurteil, -e

die Angsthierarchie, -n

die Selbstverleugnung

sich unterwerfen\* + DAT

schlicht

morgendlich

das Zähneputzen

brennen auf + AKK

das Konzern, -e

die Faulheit

προθυμία να μάθει

δείχνω, επιδεικνύω

απορρίπτω

[εδώ] αποδεκτός από παλιά

ο / η κυνηγός κεφαλών [σύμβουλος  
επιχείρησης που αναζητεί ικανά  
στελέχη]

επιχείρηση

σε αναζήτηση ...

διευθυντικό στέλεχος

ο / η σύμβουλος επιχειρήσεων

υπεύθυνος/υπεύθυνη προσωπικού

φυγόπονος

εγωκεντρικός

[εδώ] σκεπτόμενος

αυτοπραγμάτωση

ευελιξία

έχω μεγάλη αξία/σημασία

είμαι μεπλάς

λιώνω

απελπιστικός

παραπονιέμαι

ως εξής

ανώτερος

μάνατζμεντ, διοίκηση

μορφωμένος αστικής τάξης

που αγοράζει βιβλία

μέθοδος ανατροφής (παιδιών)

είμαι πεπεισμένος

ευημερία

φτώχεια

απειλούμαι

αβάσιμος

γενίκευση

ιεραρχία φόβου

καταπίεση συναισθημάτων/αναγκών

υποτάσσομαι

απλώς

πρωϊνός

βούρτσισμα δοντιών

[μεταφ.] καίγομαι να ...

όμιλος επιχειρήσεων

τεμπελιά

interpretieren  
 der Unternehmensgründer, - /  
 die Unternehmensgründerin, -nen  
 die Frechheit  
 der Kernpunkt  
 fundamental  
 das Jahrtausend, -e  
 der Arbeitgeber, -  
 der Planet, -en  
 manövrieren  
 im Laufe + GEN  
 die Lebenszeit  
 katastrophal  
 erfahrbar  
 beschenken  
 die Haltung, -en  
 rational  
 der Betriebswirtschaftslehre-Absolvent, -en /  
 die -Absolventin, -nen  
 der Beraterjob, -s  
 der Inlandsflug, "-e  
 die Schmerzlinderung  
 der Sportwagen, -  
 investieren in + AKK  
 die Welt, -en  
 zusteuern auf + AKK  
 ausnahmslos  
 der Personalberater, - / die Personalberaterin, -nen  
 augenscheinlich  
 die Tatsache, -n  
 motiviert  
 das Streben  
 gewaltig  
 die Nachhaltigkeit

ερμηνεύω  
 ιδρυτής / ιδρύτρια επιχείρησης/  
 εταιρείας  
 θράσος, αυθάδεια  
 πυρήνας, ουσία του θέματος  
 θεμελιώδης  
 χιλιετία  
 εργοδότης  
 πλανήτης  
 μανουβράρω  
 κατά τη διάρκεια, με την πάροδο  
 ζωή, διάρκεια ζωής  
 καταστροφικός  
 [εδώ] απτός  
 (επι)φέρω  
 στάση  
 λογικός, ορθός  
 ο / η πτυχιούχος διοίκησης  
 επιχειρήσεων  
 δουλειά συμβούλου  
 εσωτερική πτήση  
 ανακούφιση πόνου  
 σπορ αυτοκίνητο  
 επενδύω  
 κόσμος  
 κατευθύνομαι, οδεύω προς ...  
 ανεξάρτητα  
 ο/η σύμβουλος προσωπικού  
 προφανώς, ολοφάνερα  
 γεγονός  
 παρακινούμενος, με κίνητρο  
 επιδίωξη, προσπάθεια  
 τεράστιος  
 βιωσιμότητα

## Test 4 - Lesen, Teil 4

 S. 118

die Erwerbsarbeit  
 das Institut für Arbeitsmarktforschung  
 im Wandel begriffen sein\*  
 fortschreitend  
 die Digitalisierung  
 die Arbeitswelt  
 nahezu

αμειβόμενη εργασία  
 Ινστιτούτο Έρευνας Αγοράς Εργασίας  
 αλλάζω, μεταβάλλομαι  
 προοδευτικός, [εδώ] διαρκής  
 ψηφιοποίηση  
 εργασιακός κόσμος  
 σχεδόν

## WERKSTATT C1

der/die Beschäftigte, -n	ο εργαζόμενος / η εργαζόμενη
bedenken*	σκέπτομαι, αναλογίζομαι, λαμβάνω υπόψη
die Arbeitsanforderung, -en	εργασιακή απαίτηση
der Assistent, -en / die Assistentin, -nen	ο / η βοηθός
die Erledigung	διεκπεραίωση, εκτέλεση
entlasten	βγάζω βάρος, ξαλαφρώνω, ανακουφίζω
der Arbeitsmarkt, "-e	αγορά εργασίας
das Berufsprinzip, -ien	επαγγελματική αρχή
das Bündel, -	δέσμη, μπάτσο
fachlich	ειδικός, επαγγελματικός
spezialisiert	εξειδικευμένος
der Arbeitnehmer, - / die Arbeitnehmerin, -nen	εργαζόμενος / εργαζόμενη
sich an/eignen	αποκτώ (γνώσεις)
gefragt sein*	είμαι περιζήτητος, έχω ζήτηση
erlernen	μαθαίνω
zu/treffen*	αληθεύω, [εδώ] ισχύω
der/die Betroffene, -n	ενδιαφερόμενος/ενδιαφερόμενη, αυτός/αυτή που τον/την αφορά κάτι
Gefahr laufen*	διατρέχω κίνδυνο
passend	κατάλληλος, ταιριαστός
die Hauptquelle, -n	κύρια πηγή
der Lebensunterhalt	τα προς το ζην
die Stellung, -en	θέση
die Grundlage, -n	βάση
die Selbsteinschätzung	αυτοεκτίμηση
erwerbstätig	εργαζόμενος
demnach	συνεπώς
wesentlich	σημαντικός, ουσιαστικός
der Aspekt, -e	πτυχή
das Stigma, Stigmata/Stigmen	στίγμα
betroffen	που τον / την αφορά
der Einkommensverlust, -e	απώλεια εισοδήματος
der Konsumverzicht	αποχή από την κατανάλωση
eingeschränkt	περιορισμένος
der/die Erwerbslose, -n	άνεργος / άνεργη
das Fehlen	έλλειψη
aus/lösen	προκαλώ
gesundheitliche Folgen (Pl.)	συνέπεια στην υγεία
die Volkswirtschaft	μακροοικονομία
die Ebene, -n	επίπεδο
das Steuersystem	φορολογικό σύστημα
das Sozialversicherungssystem	σύστημα κοινωνικής ασφάλισης

die Erwerbstätigkeit, -en  
 materiell  
 das Schaffen  
 das Erhalten  
 auf/werfen\*  
 voranschreitend  
 die Globalisierung  
 demographisch  
 die Beschäftigungsform, -en  
 die Vereinbarkeit  
 das Privatleben  
 die Heterogenität  
 die Erwerbsform, -en  
 etabliert  
 das Arbeitsverhältnis, -se  
 sorgenlos  
 die Existenz  
 der Fachkräftemangel  
 befürchten  
 das Arbeitskräftepotenzial, -e  
 aktivieren  
 die Beschäftigungszahl, -en

μισθωτή/βιοποριστική δραστηριότητα  
 υλικός  
 δημιουργία  
 διατήρηση  
 εγείρω (ερωτήματα)  
 προοδευτικός, συνεχής  
 παγκοσμιοποίηση  
 δημογραφικός  
 μορφή απασχόλησης  
 συμβατότητα  
 ιδιωτική ζωή  
 ετερογένεια  
 μορφή βιοπορισμού  
 καθιερωμένος  
 εργασιακή σχέση  
 ανέμελος, χωρίς έγνοιες  
 ύπαρξη  
 έλλειψη ειδικευμένων εργαζομένων  
 φοβάμαι, [εδώ] υπάρχει φόβος  
 εργατικό δυναμικό  
 δραστηριοποιώ, κινητοποιώ  
 αριθμός εργαζομένων/  
 απασχολούμενων

## Test 5 - Lesen, Teil 1

 S. 140

das Urlaubsfoto, -s  
 der Tierschutz  
 die Artenvielfalt  
 schrumpfen  
 rasant  
 erfassen  
 das Forschungsprojekt, -e  
 der Datenmangel  
 beheben\*  
 das Zebra, -s  
 der Wal, -e  
 posten  
 unwissentlich  
  
 sich verdient machen um + AKK  
 ins Spiel kommen\*  
 das Aussterben  
 die Jahrestagung, -en

φωτογραφία διακοπών  
 προστασία των ζώων  
 βιοποικιλότητα  
 συρρικνώνομαι  
 ραγδαία  
 καταγράφω, συμπεριλαμβάνω  
 ερευνητικό πρόγραμμα  
 έλλειψη δεδομένων  
 αντιμετωπίζω, εξαλείφω  
 ζέβρα  
 φάλαινα  
 ποστάρω, δημοσιεύω  
 ανεπίγνωστα, άθελα, χωρίς να το  
 ξέρει  
 προσφέρω σε, [εδώ] κάνω καλό σε ...  
 [μεταφ.] μπαίνω στο παιχνίδι  
 εξαφάνιση (των ειδών)  
 ετήσιο συνέδριο

## WERKSTATT C1

der Wissenschaftsverband, "-e  
gefährdet  
die Tierart, -en  
zusammen/kommen\*  
die Kamerafalle, -n  
die Drohne, -n  
afrikanisch  
das Tracking-Gerät, -e  
die Datenlücke, -n  
der Algorithmus, die Algorithmen  
der Delfin, -e  
die Weltmeere (Pl.)  
der Schnappschuss, "-e  
der Karibikurlaub  
der Orka, -s  
forschen über + AKK  
das Streifenmuster, -  
die Zebramutter, "-  
das Fohlen, -  
sich übertragen\*  
die Maschinensprache  
formulieren  
der Hintergrund, "-e  
der Wilderer, - / die Wilderin, -nen

επιστημονική ένωση  
απειλούμενος, υπό εξαφάνιση  
ζωικό είδος  
συγκεντρώνομαι  
κρυφή κάμερα  
ντρόουν  
αφρικανικός  
συσσκευή παρακολούθησης  
κενό δεδομένων  
αλγόριθμος  
δελφίни  
παγκόσμιοι ωκεανοί  
snareshot, στιγμιότυπο  
διακοπές στην Καραϊβική  
(φάλαινα) όρκα  
ερευνώ  
ριγέ σχέδιο  
μητέρα ζέβρα  
πουλάρι  
μεταφέρομαι, περνάω  
μηχανική γλώσσα  
διατυπώνω  
υπόβαθρο  
ο / η λαθροκυνηγός

### Test 5 - Lesen, Teil 2



S. 142

die Ideologie, -n  
das Positive  
die Wut  
die Fluch, "-e  
füllen  
der Eimer, -  
der Eiswürfel, -  
hinein/tauchen  
durch/halten\*  
das Schimpfwort, "-er  
durch/führen  
fluchen  
aus/halten\*  
das Fluchen  
schmerzlindernd  
körpereigen

ιδεολογία  
το θετικό  
οργή  
βρισιά  
γεμίζω  
κουβάς  
παγάκι  
βυθίζω (μέσα)  
αντέχω, υπομένω  
βρισιά  
εκτελώ, πραγματοποιώ  
βρίζω  
αντέχω  
το να βρίζεις, οι βρισιές  
αναλγητικός  
του ίδιου του σώματος



das Morphinium  
 gebärend-  
 der KreiBsaal, KreiBsäle  
 lautstark  
 wüst  
 das Schimpfen  
 verpönt sein\*  
 der Gedanke, -n  
 die Denkfabrik  
  
 der Coach, -es  
 terrorisieren  
 das Glücksprestige  
  
 das Abendessen, -  
 der Traumurlaub  
 der Brandbeschleuniger, -  
 demonstrativ  
 der Glückskonsum  
 die Luxusware, -n  
 (etwas) zur Schau stellen  
 sich ab/grenzen von + DAT  
 die Währung, -en  
 kostbar  
 das Bizarre  
 dauerhaft  
 überschäumend  
 die Glückseligkeit  
 erstrebenswert  
 begreifen\*  
 das Glückssyndrom, -e  
 der Glückstaumel  
 subjektiv  
 der Ausnahmezustand  
 der/die Glückselige, -n  
 irrational  
 überschätzen  
 beurteilen  
 der Terror  
 bestehen\* in + DAT  
 die Wahnvorstellung, -en  
 die Position, -en  
 die Einstellungssache  
 das Glücksstreben

μορφίνη  
 αυτή που γεννά  
 αίθουσα τοκετού  
 πολύ δυνατά  
 άγριος, βαρύς  
 το να βρίζεις  
 κάτι που δεν το βλέπεις με καλό μάτι  
 σκέψη  
 think tank, δεξαμενή σκέψης, ομάδα  
 προβληματισμού  
 προπονητής, κόουτς  
 τρομοκρατώ  
 το κύρος της ευτυχίας, το πόσο  
 ευτυχισμένος είναι κάποιος  
 βραδινό (φαγητό)  
 ονειρεμένες διακοπές  
 επιταχυντής πυρκαγιάς  
 επιδεικτικός  
 κατανάλωση ευτυχίας  
 είδος πολυτελείας  
 επιδεικνύω (κάτι)  
 διαφοροποιούμαι από ...  
 νόμισμα  
 πολύτιμος  
 το παράξενο  
 μόνιμα  
 πληθωρικός, που ξεχειλίζει  
 ευδαιμονία  
 επιδιωκτέος  
 αντιλαμβάνομαι  
 σύνδρομο ευτυχίας  
 παροξυσμός ευτυχίας  
 υποκειμενικά  
 κατάσταση έκτακτης ανάγκης  
 ο/η πανευτυχής  
 παράλογος  
 υπερεκτιμώ  
 εκτιμώ, αξιολογώ  
 τρόμος  
 συνίσταται, έγκειται σε ...  
 παραίσθηση  
 θέμα  
 θέμα, ζήτημα στάσης (ζωής)  
 κунήγι/αναζήτηση της ευτυχίας

## WERKSTATT C1

darum	γι' αυτό, [εδώ] επομένως
neoliberal	φιλελεύθερος
die Leistungsgesellschaft	κοινωνία της απόδοσης
das Leid	λύπη
psychologisch	ψυχολογικά
die Chancenungleichheit	ανισότητα ευκαιριών
obdachlos	άστεγος
schief	στραβός, [εδώ] παράλογος
die Logik	λογική
der Krebs	καρκίνος
egoistisch	εγωιστής
das Leistungsmärchen	παραμυθι της επιτυχίας
der/die Einzelne, -n	άτομο
das (politische) Gefüge	πολιτικός ιστός
ungleich	άνισος
miserabel	άθλιος
stumpf	στομωμένος, [εδώ] ασαφής
das Schicksale, -e	μοίρα
allein/lassen*	αφήνω μόνο
der Misserfolg, -e	αποτυχία
die Kehrseite	η άλλη πλευρά
die Tragik	τραγικότητα
verlagern	μετατοπίζω
steigern	αυξάνω
das Coaching	προπόνηση, προπονητική
die Belastbarkeit	αντοχή
existentiell	υπαρξιακός
die Dimension, -en	διάσταση
unfair	άδικος
die Arbeitsbedingungen (Pl.)	συνθήκες εργασίας
der Zahnschmerz, -en	πονόδοντος
die Endlichkeit	το πεπερασμένο
die Existenz	ύπαρξη
egla wie man sie dreht und wendet	όπως και να το πάρει κανείς
die Strömung, -en	ρεύμα, τάση
die Betrachtungsweise, -n	οπτική
inspiriert	εμπνευσμένος
antik	αρχαίος
die Stoa	στωικισμός
der Existentialismus	υπαρξισμός
nervig	εκνευριστικός
altägyptisch	αρχαίος αιγυπτιακός
die Inschrift, -en	επιγραφή
die Pyramide, -n	πυραμίδα

sinngemäß	κατά το νόημα
diagnostizieren	διαγιγνώσκω
sicher/stellen	βεβαιώνω, εξασφαλίζω
toxisch	τοξικός
umgeben sein*	είμαι περιτριγυρισμένος, περιτριγυρίζομαι
die Selbsttäuschung	αυταπάτη
nüchtern	νηφάλιος, ρεαλιστικός
der Pragmatismus	πραγματισμός
hilfreich	χρήσιμος, ωφέλιμος
existierend	υπάρχων
der Philosoph, -en / die Philosophin, -nen	ο/η φιλόσοφος
der Pessimismus	απαισιοδοξία
der Verstand	νους, λογική
der Optimismus	αισιοδοξία
das Überleben	επιβίωση
der Treibstoff	καύσιμο, [εδώ] κινητήρια δύναμη
die Zivilisation, -en	πολιτισμός
wirkungsvoll	αποτελεσματικός
der Schutzmechanismus, die Schutzmechanismen	μηχανισμός άμυνας
die Initialzündung	έναυσμα
das Unrecht	αδικία
der Neid	φθόνος, ζήλεια
die Verteilungsgerechtigkeit	διανεμητική δικαιοσύνη

## Test 5 - Lesen, Teil 3

 S. 144

die Prokrastination	αναβλητικότητα
das Prokrastinieren	αναβλητικότητα, το να αναβάλλεις
ungeliebt	που δεν αρέσει
nach/gehen*	κάνω
dahinter/stecken	κρύβομαι από πίσω
ausgemacht (sein*)	(είναι) κλεισμένο, κανονισμένο
der Handgriff, -e	κίνηση του χεριού
der Wasserhahn, "-e	βρύση
tropfen	στάζω
der Paketstapel, -	στοίβα με δέματα
der Ausweg	διέξοδος
der Teufelskreis	φαύλος κύκλος
der Lebensratgeber, - / die Lebensratgeberin, -nen	ο / η σύμβουλος ζωής
der Motivationsblog, -s	blog σχετικά με το κίνητρο
die Drei-Minuten-Regel	κανόνας των τριών λεπτών
die Schwelle, -n	ουδός
sich (etwas) bewusst werden	συνειδητοποιώ

## WERKSTATT C1

ehe man sich versieht  
erledigt (sein\*)  
lustigerweise  
kursieren  
der Trick, -s  
unliebsam  
aus/harren  
die Zähne zusammen/beißen\*  
das Zeitlimit, -s  
auf/stellen  
das Aufschieben  
das Wundermittel, -  
die Fitnessroutine, -n  
die Meisterschaft, -en  
die Weltklassekompetenzen (Pl.)  
erlangen  
die Disziplin, -en  
die Zeiteinheit, -en  
gemein  
portionieren  
übersichtlich  
einen Blick werfen\* auf + AKK  
simpel  
das Workout, -s  
der Könnner, - / die Könnnerin, -nen  
die Mühe, -n  
die Qual, -en  
gewünscht  
greifbar  
widerlegen  
hartnäckig  
der Automatismus, die Automatismen  
ambitioniert  
tropfend-

εν ριπή οφθαλμού  
είναι (τελειωμένος), έχει τελειώσει  
περιέργως  
κυκλοφορώ  
κόλπο  
δυσάρεστος  
καρτερώ, περιμένω, [εδώ] αντέχω  
σφίγγω τα δόντια  
χρονικό όριο  
καθορίζω  
αναβλητικότητα  
θαυματουργή θεραπεία  
ρουτίνα γυμναστικής  
πρωτάθλημα  
δεξιότητες παγκόσμιας κλάσης  
πετυχαίνω  
κλάδος  
μονάδα χρόνου  
κοινός  
μοιράζω  
σαφής, ξεκάθαρος  
ρίχνω μια ματιά  
απλός  
προπόνηση  
[εδώ] ειδικός  
κόπος  
βάσανο  
επιθυμητός  
πολύ κοντά, δίπλα μου  
καταρρίπτω, αναιρώ  
επίμονα, με πείσμα  
αυτοματισμός  
φιλόδοξος  
που στάζει

### Test 5 - Lesen, Teil 4



S. 146

der Sprecher, - / die Sprecherin, -nen  
das Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und  
Bauwesen  
meistdiskutiert  
die Wohnsituation  
die Lebensqualität

ο / η εκπρόσωπος  
Ομοσπονδιακό Υπουργείο Στέγασης,  
Αστικής Ανάπτυξης και Οικοδομών  
πολυσυζητημένος  
στεγαστική κατάσταση  
ποιότητα ζωής

unmittelbar	άμεσα
mangelnd	ελλιπής
der Wohnraum, "-e	1. χώρος κατοικίας 2. δωμάτιο
der Immobilienpreis, -e	τιμή ακινήτου
die Eigentumsverhältnisse (Pl.)	συνθήκες ιδιοκτησίας
bezeichnenderweise	χαρακτηριστικά
die Europäische Union / EU	Ευρωπαϊκή Ένωση
die Stadt-Land-Perspektive	προοπτικές/σύγκριση πόλης και υπαίθρου
überwiegend	κυρίως
der ländliche Kreis	αγροτική περιοχή
der Eigentümer, - / die Eigentümerin, -nen	ιδιοκτήτης, ιδιοκτήτρια
bewohnt	κατοικημένος
die Überbelastung, -en	υπερβολική επιβάρυνση
die Wohnkosten (Pl.)	κόστος στέγασης
vor/liegen*	υπάρχω
das Statistische Amt der EU	Στατιστική Υπηρεσία της ΕΕ (Ευρωπαϊκής Ένωσης)
verfügbar	διαθέσιμος
auf/wenden*	ξοδεύω, δαπανώ
die Stadtplanung	πολεοδομία
die Wohnfläche, -n	εμβαδόν οικίας, χώρος διαβίωσης
im Schnitt	κατά μέσο όρο
vermietet	ενοικιαζόμενος
das Baujahr	έτος δόμησης
unabhängig von + DAT	ανεξάρτητα από ...
das Baualter	ηλικία κτιρίου
konstant	σταθερός
landesweit	σε εθνικό επίπεδο
die Großstadt, "-e	μεγαλούπολη
zusammen/rücken	μαζεύομαι
rückläufig sein*	φθίνω, υποχωρώ
hierfür	γι' αυτό
gestiegen	αυξημένος
die Innovation, -en	καινοτομία
der Wechsel, -	αλλαγή
die Ölheizung, -en	θέρμανση πετρελαίου
klimafreundlich	φιλικός προς το κλίμα
das Heizsystem, -e	σύστημα θέρμανσης
die Biomasse	βιομάζα
die Sonnenenergie	ηλιακή ενέργεια
die Erdwärme	γεωθερμική ενέργεια
die Umweltwärme	περιβαλλοντική θερμότητα

## WERKSTATT C1

die Fernwärme	τηλεθέρμανση
sonstig-	άλλος, λοιπός
umweltfreundlich	φιλικός προς το περιβάλλον
die Option, -en	επιλογή
das Maklerbüro, -s	μεσιτικό γραφείο
angemessen	κατάλληλος, αρμόζων
bezahlbar	προσιτός
elementar	στοιχειώδης
wirtschaftlich betrachtet	από οικονομική άποψη
die Immobilie, -n	το ακίνητο
das Vermögen	περιουσία
der Kaufpreis, -e	τιμή αγοράς
die Wohnimmobilie, -n	το ακίνητο
gemessen an + DAT	σε σύγκριση με ...
attraktiv	ελκυστικός
die Anlagemöglichkeit, -en	ευκαιρία/δυνατότητα επένδυσης
das Wohneigentum	ιδιοκτησία κατοικίας, ιδιόκτητη κατοικία
das Gesamtpaket, -e	πλήρες πακέτο
das Grundstück, -e	οικόπεδο
erwerben*	αποκτώ, αγοράζω
der Immobilienkäufer, - / die Immobilienkäuferin, -nen	αγοραστής/αγοράστρια ακινήτου
errichten	χτίζω, οικοδομώ

### Test 6 - Lesen, Teil 1

 S. 168

mächtig	δυνατός, ισχυρός
sich vor/nehmen*	σχεδιάζω
die Umsetzung, -en	εφαρμογή, υλοποίηση
bewährt	δοκιμασμένος
der Huckepack-Trick, -s	κόλπο της καλικούτσας, παίρνοντας κάποιον καβάλα στην πλάτη
das Signal, -e	σήμα, σινιάλο
triggern	πυροδοτώ
der Kirchturm, "-e	καμπαναριό
sich versammeln	συγκεντρώνομαι, μαζεύομαι
die Strategie, -n	στρατηγική
die Routine, -n	ρουτίνα, συνήθεια
das Huckepack-Verfahren / die Huckepack-Methode	μέθοδος όπου παίρνει κανείς κάποιον καβάλα στην πλάτη
schmuggeln	μεταφέρω λαθραία
die Zahnseide	οδοντικό νήμα
die Zahnseidenroutine	ρουτίνα του οδοντικού νήματος
an/schließen* an + AKK	συνδέω

britisch	βρετανικός
zweit-	δεύτερος
auf/tauen	ξεπαγώνω
eingefroren	παγωμένος
der Ablauf, "-e	[εδώ] διεργασία, διαδικασία, ρουτίνα
gewissermaßen	κατά κάποιον τρόπο
der Jobwechsel	αλλαγή εργασίας/δουλειάς
das Neunfache	το εννεαπλάσιο
der Neujahrstag	Πρωτοχρονιά
dritt-	τρίτος
misstrauen	δυσπιστώ, δεν εμπιστεύομαι
vielerorts	σε πολλά μέρη
sich an/fühlen wie ...	δίνω την αίσθηση
der Extremfall, "-e	ακραία περίπτωση
die Handlung, -en	πράξη
die Belohnung, -en	ανταμοιβή
der Stolz	υπερηφάνεια

## Test 6 - Lesen, Teil 2

 S. 170

der Nocebo-Effekt	νοσέμπο, κάτι κάνει κακό επειδή πιστεύουμε ότι είναι επικίνδυνο
vertragen*	ανέχομαι, αντέχω
die Erwartungshaltung, -en	προσδοκία
das Placebo	πλασέμπο, κάτι κάνει καλό επειδή θεωρούμε ότι είναι καλό
das Scheinmedikament, -e	εικονικό φάρμακο
genannt-	λεγόμενος, αποκαλούμενος
... jedem ein Begriff sein*	πολύ γνωστό/οικείο σε όλους
der Wirkstoff, -e	δραστική ουσία
die Scheinbehandlung, -en	εικονική θεραπεία
keineswegs	καθόλου, σε καμία περίπτωση
vernachlässigen	παραμελώ
aktiviert	ενεργοποιημένος
der Mechanismus, die Mechanismen	μηχανισμός
die Genesung	ανάρρωση
aus/schütten	[εδώ] απελευθερώνω, εκκρίνω
schmerzlindernd	ανακουφιστικός, παυσίπνοος
dadurch	με αυτό (τον τρόπο), έτσι
nach/lassen*	ελαττώνομαι, μειώνομαι, εξασθενώ
die Wirksamkeit	αποτελεσματικότητα, δραστηριότητα
mehrfach	πολλαπλά, αρκετές φορές
das Reaktionsmuster, -	μοτίβο αντίδρασης
reproduzieren	αναπαράγω

## WERKSTATT C1

die Kopfschmerztablette, -n	χάπι κατά του πονοκεφάλου
keinerlei	καθόλου, κανενός είδους
an seine Grenzen stoßen*	φτάνω στα όριά μου
chronisch	χρόνιος [πάθηση]
der Verlauf	πορεία, εξέλιξη
es sei denn, ...	εκτός αν ...
aus/kommen*	τα βγάζω πέρα, [εδώ] λειτουργώ
der Behandlungserfolg, -e	επιτυχία της θεραπείας
das Zusammenspiel	συνδυασμός, αλληλεπίδραση
biochemisch	βιοχημικός
zurück/führen auf + AKK	ανάγω
doppelt	διπλάσιος
die Dosis, Dosen	δόση
verabreichen	χορηγώ, δίνω
somit	επομένως
wirksam	αποτελεσματικός
der Bekanntenkreis	κύκλος (γνωστών)
der Erfahrungsbericht, -e	μαρτυρία
die Zulassungsstudie, -n	μελέτη έγκρισης
der Impfstoff, -e	ουσία εμβολίου
die Versuchsgruppe, -n	πειραματική ομάδα
die Impfreaktion, -en	αντίδραση (μετά από χορήγηση) εμβολίου
das Schmerzzentrum, Schmerzzentren	κέντρο πόνου
evolutionär gesehen	από εξελικτική άποψη
drohen + DAT	απειλώ
sich ein/stellen auf + AKK	προσαρμόζομαι
vorab	[εδώ] εκ των προτέρων
das Nervensystem, -e	νευρικό σύστημα
an/stoßen*	[εδώ] προκαλώ, προξενώ
körpereigen	ενδογενής, του ίδιου του σώματος
blockieren	μπλοκάρω
das Glückshormon, -e	ορμόνη της ευτυχίας
das Dopamin	ντοπαμίνη
hemmen	αναστέλλω
wahr/nehmen*	αντιλαμβάνομαι
die Variante, -n	παραλλαγή
der Mediziner, - / die Medizinerin, -nen	ο/η ιατρός
behandelnd-	θεράπων
die Zuversicht	αισιοδοξία
die Erfolgchance, -n	πιθανότητα επιτυχίας
verschweigen*	αποκρύπτω, αποσιωπώ
dramatisieren	δραματοποιώ
der Fakt, -en	γεγονός



das Paradox, -e	παράδοξο
jahrelang	πολύχρονος, πολυετής
die Überarbeitung	υπερβολική εργασία
die Herzkrankheit, -en	καρδιακό νόσημα, καρδιοπάθεια
der Schlaganfall, "-e	εγκεφαλικό επεισόδιο
sich mehren	αυξάνομαι, πληθαίνω
der Arbeitsstress	εργασιακό άγχος
an/tun*	[εδώ] κάνω κάτι σε βάρος ...
aus/beuten	εκμεταλλεύομαι
das Umfallen	το να πέσω κάτω, λιποθυμία
das Meeting, -s	meeting, συνάντηση
hetzen	βιάζομαι
die Deadline, -s	deadline, προθεσμία
die Kita-Abholzeit, -en	ώρα παραλαβής από τον παιδικό σταθμό
der Großteil	μεγαλύτερο μέρος, πλειοψηφία
die Befragung, -en	δημοσκόπηση, γκάλοπ
der Banker, - / die Bankerin, -nen	ο τραπεζίτης / η τραπεζίτισσα
die Pflegekraft, "-e	νοσηλεύτης / νοσηλεύτρια
IT-Experte, -n / IT-Expertin, -nen	ειδικός, ειδική στον τομέα της πληροφορικής τεχνολογίας
der Lieferdienstfahrer, - / die Lieferdienstfahrerin, -nen	ο / η οδηγός στον τομέα υπηρεσιών παράδοσης
die Motivation	κίνητρα
von außen	από μέσα, εσωτερικός
materiell	υλικός
das Statussymbol, -e	σύμβολο κύρους
von innen	απ' έξω, εξωτερικός
das Allernötigste	τα απαραίτητα
natürlich	φυσικά
der Wocheneinkauf, "-e	εβδομαδιαία ψώνια
die Konsumgesellschaft	καταναλωτική κοινωνία
der Tauchurlaub	διακοπές για κατάδυση
die Klamotte, -n	ρούχο
sich weiter/bilden	επιμορφώνομαι, μετεκπαιδεύομαι
wählen	επιλέγω, διαλέγω
sich leisten können*	αντέχω κάτι οικονομικά
ab/wägen*	ζυγίζω, σταθμίζω
der Luxus	πολυτέλεια
das Letztere	το τελευταίο (που αναφέρθηκε)
die Muße	ελεύθερος χρόνος, σχόλη
erfüllt	γεμάτος, πλήρης

## WERKSTATT C1

das Familienleben  
das Ehrenamt, "-er  
das Nichtstun  
wöchentlich  
der/die Vorgesetzte, -n  
heran/tragen\* an + AKK  
rebelieren  
brav  
eine Leistung erbringen\*  
bezweifeln  
betriebswirtschaftlich  
angesagt  
der/das Start-up, -s  
der Handwerksbetrieb, -e  
das Gleiche  
der/die Mitarbeitende, -  
produktiv

οικογενειακή ζωή  
εθελοντισμός, εθελοντική εργασία  
καθισιό, απραγία  
εβδομαδιαίος  
ο προϊστάμενος / η προϊσταμένη  
αναθέτω (σε κάποιον)  
επαναστατώ  
φρόνιμα, υπάκουα  
φέρνω (μια) επίδοση  
αμφισβητώ  
επιχειρηματικός  
δημοφιλής  
start up, νεοσύστατη επιχείρηση  
βιοτεχνική επιχείρηση  
το ίδιο  
ο εργαζόμενος / η εργαζόμενη  
παραγωγικός

### Test 6 - Lesen, Teil 4



S. 174

die Umsetzung  
der Politologe, -n / die Politologin, -nen  
demokratisch  
das Regierungssystem, -e  
die Staatsform, -en  
gut/heißen\*  
parlamentarisch  
der Rechtsstaat  
empfinden\*  
der Sozialstaat  
die Legitimität  
die Wirtschaftskrise, -n  
militärisch  
die Auseinandersetzung, -en  
die Reihe, -n  
die Flüchtlingsbewegung, -en  
zur Folge haben\*  
partiell  
die Demokratiezufriedenheit  
nach sich ziehen\*  
inwieweit  
sinkend  
die Zunahme  
das Indiz, -ien

εφαρμογή  
πολιτολόγος  
δημοκρατικός  
σύστημα διακυβέρνησης  
πολίτευμα  
επιδοκιμάζω, εγκρίνω  
κοινοβουλευτικός  
κράτος δικαίου  
θεωρώ  
κράτος πρόνοιας  
νομιμότητα  
οικονομική κρίση  
στρατιωτικός  
[εδώ] σύγκρουση  
σειρά  
κίνηση προσφύγων, κύμα προσφύγων  
έχω ως αποτέλεσμα  
μερικός  
ικανοποίηση από τη δημοκρατία  
συνεπάγομαι ..., οδηγώ σε ...  
κατά πόσο  
μειούμενος  
αύξηση  
ένδειξη

der Anstieg	αύξηση
die Einkommensungleichheit, -en	εισοδηματική ανισότητα
das Forschungsinstitut, -e	ερευνητικό ινστιτούτο
der Altersunterschied, -e	διαφορά ηλικίας
der Bildungsunterschied, -e	διαφορά εκπαιδευτικού επιπέδου
die Differenz, -en	διαφορά
der Bevölkerungsdurchschnitt	μέσος όρος του πληθυσμού
das politische Interesse	[εδώ] πολιτικό συμφέρον
sicherlich	σίγουρα, ασφαλώς
förderlich	ωφέλιμος
die Beteiligung	συμμετοχή
(noch) dazu	και επιπλέον, ειδικά
die Interessengruppe, -n	ομάδα συμφερόντων
kontinuierlich	συνεχώς
der Rückzug	υποχώρηση
die Beteiligungsform, -en	μορφή συμμετοχής
klassisch	κλασικός
die Wahl, -en	εκλογή
über + AKK hinaus	πέρα από ...
sich aus/weiten	επεκτείνομαι, εξαπλώνομαι
organisiert	οργανωμένος
die Mitarbeit	συνεργασία, [εδώ] συμμετοχή
die Bürgerinitiative, -n	πρωτοβουλία πολιτών
die Unterschriftensammlung, -en	συλλογή υπογραφών
die Demonstration, -en	διαδήλωση
die These, -n	(πολιτική) θέση
(einer Sache) Ausdruck verleihen*	τονίζω
partizipatorisch	συμμετοχικός
der Umbruch, "-e	ανατροπή, [εδώ] αλλαγή
der Fachbereich, -e	τμήμα (πανεπιστημίου)
die Teilhabe an + DAT	συμμετοχή
der Erhalt	διατήρηση
die Willensbildung	σχηματισμός/διαμόρφωση θέλησης
der Repräsentant, -en / die Repräsentantin, -nen	ο/η εκπρόσωπος
sich ein/bringen* in + AKK	συμμετέχω, εμπλέκομαι σε ...
die Spielregel, -n	κανόνας παιχνιδιού
bürgerlich	αστικός
der Protagonist, -en / die Protagonistin, -nen	πρωταγωνιστής / πρωταγωνίστρια
kaum denkbar	σχεδόν αδιανόητος
empirisch	εμπειρικός
die Messlatte, -n	πήχυς (μέτρησης)
das Grundprinzip, -ien	βασική αρχή
die Gleichheit	ισότητα



das/die Hightech	προηγμένη τεχνολογία
vierbeinig	τετράποδος
der Polizeihelfer, - / die Polizeihelferin, -nen	βοηθός της αστυνομίας
die Schlagzeile, -n	τίτλος πρωτοσέλιδου
der Betreiber, - / die Betreiberin, -nen	διαχειριστής / διαχειρίστρια
der Archäologiapark, -s	αρχαιολογικό πάρκο
das Exemplar, -e	δείγμα
der Roboterhund, -e	σκύλος ρομπότ
namens	ονόματι, με το όνομα
fernsteuerbar	τηλεχειριζόμενος
die Überwachung	επιτήρηση, επίβλεψη
archäologisch	αρχαιολογικός
die Website, -s	ιστοσελίδα
weltberühmt	κοσμοζακουσμένος
im Dienste von + DAT	στην υπηρεσία ...
neuartig	νέου είδους, καινούριος
technologisch	τεχνολογικός
zufolge + DAT	σύμφωνα με ...
unterirdisch	υπόγειος
der Tunnel	σήραγγα
einst	άλλοτε, κάποτε
an/legen	[εδώ] κατασκευάζω
die Sicherheitslage	κατάσταση ασφαλείας, ασφάλεια
der Grabräuber, -n / die Grabräuberin, -nen	ο/η τυμβωρύχος
gegraben	σκαμμένος
äußerst	άκρως, εξαιρετικά
prekär	κρίσιμος, επισφαλής
voran/kommen*	προχωρώ
schwärmen von + DAT	μιλώ με ενθουσιασμό για ...
inspizieren	επιθεωρώ
auf/zeichnen	[εδώ] καταγράφω
das Vorzeigeprodukt, -e	υποδειγματικό προϊόν (που επιδεικνύεται με υπερηφάνεια)
viral	viral, ευρέως γνωστός
der Clip, -s	κλιπ
ein/topfen	βάζω σε γλάστρα
die Bewaffnung	εξοπλισμός
der Tablet-Controller, -steuern	μηχάνημα ελέγχου σε μορφή tablet
die Funktion, -en	κατευθύνω, ελέγχω, χειρίζομαι
das Zusatzmodul, -e	λειτουργία
autonom	πρόσθετη μονάδα
	αυτόνομος

der Arbeitsfluss  
die Scan-Mission, -en  
das Panoramabild, -er

ροή εργασιών  
αποστολή σάρωσης  
πανοραμική εικόνα

## Test 7 - Lesen, Teil 2

 S. 198

die Verbreitung  
verdanken  
die Funktionalität  
die Neuerung, -en  
die Abgrenzung  
die Begleiterscheinung, -en  
die Neuordnung  
das Merkmal, -e  
allmählich  
langfristig  
die Entstehung  
das Aufkommen  
entwerten  
verbreiten  
verwerfen\*  
nachahmungswürdig  
geltend  
die Nichtnutzung  
gesellschaftlich  
das Wagnis, -se  
die Bedrohung, -en  
die Randgruppe, -n  
propagieren  
der Status, -  
die Diffusion  
der Anpassungsprozess, -e  
das Denkmodell, -e  
die Errungenschaft, -en  
antik  
die Hochkultur, -en  
die Peripherie, -n  
verstreuen  
vormodern  
der Gebrauchsgegenstand, "-e  
  
der Brauch, "-e  
die Praktik, -en  
der Veränderungsprozess, -e

διάδοση  
οφείλω  
λειτουργικότητα  
καινοτομία  
διαχωρισμός, διαφοροποίηση  
συνοδευτικό φαινόμενο  
αναδιάταξη  
χαρακτηριστικό  
σταδιακά  
μακροπρόθεσμος  
δημιουργία  
εμφάνιση  
υποτιμώ  
διαδίδω  
απορρίπτω  
άξιος μίμησης, αξιομίμητος  
ισχύων  
μη χρήση  
κοινωνικός  
τόλμημα  
απειλή  
περιθωριακή ομάδα  
προπαγανδίζω  
θέση  
διάχυση  
διαδικασία προσαρμογής  
μοντέλο σκέψης  
κατόρθωμα, επίτευγμα  
αρχαίος  
υψηλός πολιτισμός  
περιφέρεια  
σκορπίζω  
προμοντέρνος  
αντικείμενο/είδος καθημερινής  
χρήσης  
έθιμο  
πρακτική, διαδικασίες  
διαδικασία αλλαγής

## WERKSTATT C1

die Archäologie	αρχαιολογία
jüngst-	πρόσφατος
verstärkt	περισσότερο, εντατικότερα
die Notwendigkeit	ανάγκη
spezifisch	ειδικός
die Rahmenbedingungen (Pl.)	συνθήκες, προϋποθέσεις
das Fundmaterial, -ien	ευρεθέν υλικό
anhand + GEN	βάσει ...
der Fund, -e	εύρημα
die Innovationsforschung	έρευνα (στον τομέα των) καινοτομιών
der Zeitraum, "-e	χρονικό διάστημα
über (lange Zeiträume) hinweg	για (μεγάλα χρονικά διαστήματα)
zeitlich	χρονικός
die Tiefe	βάθος
nach/spüren	ανιχνεύω, εντοπίζω
sich zusammen/setzen aus + DAT	αποτελούμαι, συνίσταμαι από ...
der Einblick, -e	ματιά, [εδώ] εικόνα
langwierig	μακροχρόνιος
die Formation, -en	σηματισμός
die Innovationsbereitschaft	προθυμία για καινοτομία
die Vorgeschichte	προϊστορία
die Innovationsphase, -n	φάση καινοτομιών
erfolgen	πραγματοποιούμαι, γίνομαι
neolithisch	νεολιθικός
bäuerlich	αγροτικός
v. Chr. (vor Christus)	π. Χ. (προ Χριστού)
der Abbau	εξόρυξη
das Erz, -e	μετάλλευμα
das Kupfer	χαλκός
die Weiterentwicklung	μετεξέλιξη, περαιτέρω ανάπτυξη
geprägt sein* von + DAT	χαρακτηρίζεται από ...
die Schlüsseltechnologie, -n	βασική τεχνολογία
die Bearbeitung	επεξεργασία
das Blei	μόλυβδος
das Silber	ασήμι, άργυρος
die Waffe, -n	όπλο
die Domestizierung	εξημέρωση
dagegen	από την άλλη, αντιθέτως
die Waage, -n	ζυγαριά
die Töpferscheibe, -n	αγγειοπλαστικός τόρνος
die Frühzeit	πρωτοϊστορία [η περίοδος μεταξύ της προϊστορίας και της ιστορίας]
dynamisch	δυναμικός
sich aus/breiten	εξαπλώνομαι

die Modifikation, -en  
 der Ursprungsort, -e  
 die Wissensvermittlung  
 wiederholt  
 vorhanden  
 zusammenbrechen\*  
 das System, -e

τροποποίηση  
 τόπος προέλευσης  
 μετάδοση γνώσης  
 επανειλημμένος, επαναλαμβανόμενος  
 υπάρχων  
 καταρρέω  
 σύστημα

## Test 7 - Lesen, Teil 3



ab/nehmen\*  
 die Betätigung  
 die Kalorie, -en  
 das Sitzen  
 das Stehen  
 das Liegen  
 der Anthropologe, -n / die Anthropologin, -nen  
 der Mythos, die Mythen  
 der Energieumsatz, "-e  
 der Mittwochmorgen  
 zerknittert  
 der Laborkittel, -  
 zurecht/rücken  
 das Labor, -s  
 durchsichtig  
 die Plastikhaube, -n  
 der Mathetest, -s  
 ab/ziehen\*  
 an/schreien\*  
 los/gehen\*  
 währenddessen  
 die Herzfrequenz  
 die Haube, -n  
 aus/atmen  
 das Lebenswerk, -e  
 biologisch  
 die Menschenaffen  
 energetisch  
 die Kindheit  
 entschlüsseln  
 der Stoffwechsel  
 permanent  
 die Fortpflanzung  
 vital

αδυνατίζω  
 απασχόληση, δραστηριότητα  
 θερμίδα  
 το να κάθεται  
 το να στέκεται  
 το να είσαι ξαπλωμένος  
 ο / η ανθρωπολόγος  
 μύθος  
 κατανάλωση ενέργειας  
 το πρωί της Τετάρτης  
 τσαλακωμένο  
 ποδιά, ρόμπα εργαστηρίου  
 προσαρμώζω  
 εργαστήριο  
 διαφανής  
 πλαστικός σκούφος  
 τεστ μαθηματικών  
 αφαιρώ  
 φωνάζω σε  
 ξεκινώ, αρχίζω  
 εν τω μεταξύ, ενώ  
 καρδιακή συχνότητα  
 σκούφος  
 εκπνέω  
 το έργο της ζωής  
 βιολογικός  
 ανθρωπίδες  
 ενεργειακά  
 παιδική ηλικία  
 αποκρυπτογραφώ  
 μεταβολισμός  
 συνεχώς  
 αναπαραγωγή  
 ζωτικός

## WERKSTATT C1

systematisch	συστηματικά
der Gesamtenergieverbrauch	συνολική κατανάλωση ενέργειας
der Lebensbereich, -e	τομέας της ζωής
der Jäger, - / die Jägerin, -nen	ο / η κυνηγός
sitzend	καθούμενος, αυτός που κάθεται
der Büroangestellte, - / die Büroangestellte, -nen	ο / η υπάλληλος γραφείου
das Abnehmen	αδυνάτισμα
der Diätwillige	αυτός που θέλει να κάνει δίαιτα
auf schlechte Ideen bringen	δίνω κακές ιδέες
der Abnehm-Pfad	πορεία απώλειας βάρους
ab/bringen*	απομακρύνω
die Evolution	εξέλιξη
die Kilokalorie, -n	κιλοθερμίδα
die Billion	τρισεκατομμύριο
die Zelle, -n	κύτταρο
der Grundumsatz	βασικός μεταβολικός ρυθμός
das Säugetier	θηλαστικό
unter Berücksichtigung + GEN	λαμβάνοντας υπόψη
die Körpermasse	μάζα σώματος
der Verbrauch	κατανάλωση
die Paläoanthropologie	παλαιοανθρωπολογία
der Energieaufwand	ενεργειακή δαπάνη
die Eingeweide	έντερα
das Organ, -e	όργανο
kompensieren	αντισταθμίζω
effizient	αποτελεσματικά
sich fort/bewegen	(μέτα)κινούμαι
die Vermutung, -en	υπόθεση, εικασία
unter die Lupe nehmen*	εξετάζω κάποιον/κάτι εξονυχιστικά
von vorne	απ' την αρχή
der Kalorienverbrauch	κατανάλωση θερμίδων
das Gehen	[εδώ] το περπάτημα
das Laufen	το τρέξιμο
das Laufband, "-er	διάδρομος γυμναστικής
das Nebenprodukt, -e	παραπροϊόν
CO2 (das Kohlendioxid)	CO2 (διοξείδιο του άνθρακα)
der Sauerstoff	οξυγόνο
ausgeatmet-	εκπνεόμενος
akut	οξύς
ermitteln	[εδώ] υπολογίζω, προσδιορίζω
mathegestresst	αγχωμένος για τα μαθηματικά, που έχει άγχος στα μαθηματικά



die Sozialökonomie  
 die Bildung  
 der Bildungsabschluss, "-e  
 den Weg ebnen  
 die Gestaltung  
 zugeschnitten  
 die Lebensführung  
 ausgebildet  
 die Fachkräfte  
 die Standortwahl  
 stärken  
 die Innovationskraft  
 die Volkswirtschaft  
 die Wirtschaftswachstum  
 unwesentlich  
 florierend  
 die Steuereinnahme, -n  
 die Sozialausgaben  
 die Zugangschance, -n  
 die Fortbildung, -en  
 der Träger, -  
 die Zielsetzung  
 komplex  
 entwickelnd  
 die Internationalisierung  
 der Anspruch, "-e  
 erworben  
 die Anforderung, -en  
 Schritt halten\*  
 im Sinne + GEN  
 verwendet-  
 gängig  
 die Formulierung, -en  
 die Wiederaufnahme, -n  
 die Bildungsphase, -n  
 der Kontext, -e  
 um/fassen  
 die Lernform, -en  
 formal  
 nonformal  
 informell  
 hauptsächlich

Κοινωνική Οικονομία  
 εκπαίδευση  
 επίπεδο προσόντων  
 διευκολύνω, ανοίγω το δρόμο  
 σχεδιασμός  
 προσαρμοσμένος  
 τρόπος ζωής  
 εκπαιδευμένος  
 ειδικευμένο εργατικό δυναμικό  
 επιλογή τοποθεσίας  
 ενισχύω, δυναμώνω  
 καινοτόμος δύναμη  
 (εθνική) οικονομία  
 οικονομική ανάπτυξη  
 επουσιώδης  
 ακμάζων  
 φορολογικό έσοδο  
 κοινωνικές δαπάνες  
 ευκαιρίες πρόσβασης  
 μετεκπαίδευση  
 φορέας  
 στοχοθέτηση  
 περίπλοκος  
 αναπτυσσόμενος  
 διεθνοποίηση  
 απαίτηση  
 επίκτητος, αυτός που έχει αποκτηθεί  
 απαίτηση  
 συμβαδίζω με  
 με την έννοια  
 που χρησιμοποιείται  
 κοινός, συνηθισμένος  
 [εδώ] φράση  
 επανάληψη  
 φάση εκπαίδευσης  
 [εδώ] πλαίσιο  
 (συμ)περιλαμβάνω  
 μορφή μάθησης  
 τυπικός  
 μη τυπικός  
 ανεπίσημος, άτυπος  
 κυρίως

## WERKSTATT C1

die Strukturiertheit	δομή
der Lernort, -e	τόπος μάθησης
angestrebt	επιδιωκόμενος
gelebt	ζωντανός
staatlich	κρατικός, από το κράτος
annerkannt	αναγνωρισμένος [εδώ] εγκεκριμένος
der Berufsberater, - / die Berufsberaterin, -nen	επαγγελματικός / επαγγελματική σύμβουλος
das Weiterbildungsangebot, -e	προσφορά μετεκπαίδευσης
erwartungsgemäß	όπως είναι αναμενόμενο
bezahlt	αμοιβόμενος
die Kurskosten	κόστος του μαθήματος
der Lehrgang, "-e	κύκλος μαθημάτων
berufsbezogen	που σχετίζονται με την εργασία / τη δουλειά
in die Hand nehmen*	παίρνω τον έλεγχο
die Sicherung	εξασφάλιση
abschließend	τέλος
der Nutzen	όφελος
jenseits	πέραν, πέρα από

### Test 8 - Lesen, Teil 1

 S. 224

freien Lauf lassen	δίνω διέξοδο σε, αφήνω ελεύθερο
der Wutraum, "-e	δωμάτιο θυμού
sich auspowern	ξεδίνω
der Einkaufsbummel	βόλτα για ψώνια
gefüllt	γεμάτο
das Elektronikgerät, -e	ηλεκτρονικές συσκευές
der Besucher, - / die Besucherin, -nen	επισκέπτης
sich aus/toben	ξεθυμώνω, ξεδίνω, εκτονώνομαι
das Porzellan	πορσελάνη
zertrümmern	σπάζω, συνθλίβω
das Sortiment	γκάμα, ποικιλία εμπορευμάτων
die Ästhetik	αισθητική
zersplittern	θρυμματίζω
krachen	βροντώ
die Voranmeldung	προεγγραφή
die Zerstörungslust	όρεξη για καταστροφή
das Brecheisen, -	λοστός
der Baseballschläger, -	μπαστούνι του μπέιζμπολ
die Schaufel, -n	φτυάρι
bearbeiten	[εδώ] χτυπώ
in Scherben legen	κάνω θρύψαλα, γκρεμίζω

buchstäblich  
 real  
 ausdrücklich  
 volljährig  
 nüchtern  
 der Gehörschutz  
 der Splitterschutz  
 umfangreich  
 die Schutzkleidung  
 kaputt/schlagen\*  
 der PC-Rechner, -  
 sich aus/lassen\* an + DAT  
 (das) gebucht(e) (Paket)  
 der Spender, - / die Spenderin, -nen  
 die Hausauflösung, -en  
 die Geschäftsauflösung, -en  
 die Kooperation, en  
 die Müllabfuhr  
 gewütet  
 sich heran/tasten  
 das Geräusch  
 zersplitternd-  
 die Befriedigung  
 ab/spielen  
 das Ausleben  
 brachial  
 geschützt  
 das Übertreten  
 aggressiv

κυριολεκτικά  
 πραγματικός, αληθινός  
 ρητά  
 ενήλικος  
 νηφάλιος  
 προστατευτικά ακοής  
 προστατευτικά θραυσμάτων  
 εκτεταμένος  
 προστατευτική ενδυμασία  
 σπάζω, χτυπώ μέχρι να σπάσει  
 υπολογιστής  
 ξεσπώ σε  
 (το πακέτο) που εχω κάνει κράτηση  
 δωρητής / δωρήτρια  
 εκκαθάριση σπιτιού  
 διάλυση επιχείρησης  
 συνεργασία  
 συλλογή απορριμάτων  
 οργισμένος  
 προσεγγίζω  
 ήχος, θόρυβος  
 που σπάει / θρυμματίζεται  
 ικανοποίηση  
 παίζω  
 έκφραση  
 άγριος, σκληρός  
 προστατευμένος  
 το να ξεπεράσω  
 επιθετικός

## Test 8 - Lesen, Teil 2

 S. 226

das Schenken  
 gekonnt  
 zu Gehör bringen\*  
 der Kunstgenuss  
 beschenkt  
 weit mehr als  
 beschenken  
 beglücken  
 das Wohlbefinden  
 Niedersachsen  
 die Chorklasse, -n  
 der Stimmbildungsunterricht, -e

το να δωρίζεις  
 με δεξιότητες  
 εκφράζω, [εδώ] ερμηνεύω  
 απόλαυση της τέχνης  
 προικισμένος  
 πολύ περισσότερο από  
 κάνω δώρα  
 ευχαριστώ  
 ευεξία  
 Κάτω Σαξονία  
 τάξη χορωδίας  
 μάθημα φωνητικής

## WERKSTATT C1

Altersgenosse, -n / die Altersgenossin, -nen  
der Musikunterricht, -e  
der Tonumfang  
erstaunlich  
der Laiensänger, - / die Laiensängerin, -nen

überdurchschnittlich

die Lebensqualität  
durchaus  
gewählt  
geschätzt  
verblüffend  
der die Forschende, -  
Großbritannien  
lokal  
der Chor, "-e  
die Cannabinoide  
das Belohnungssystem, -e  
der Zeitvertreib

der Therapiezweck, -en  
chronisch-obstruktiv Lungenerkrankung  
COPD (chronisch-obstruktiv Lungenerkrankung)

abgekürzt  
der / die Erkrankte  
die Singgruppe, -n  
die Atemstärke  
stabilisieren  
hochaltrig  
pflegebedürftig  
australisch  
dement  
die Pflegeeinrichtung, -en  
das Symptome, -e  
die Vergleichsgruppe, -n  
die Musiktherapie, -n  
altersbedingt

der Hörverlust  
das Störgeräusch, -en  
das Immunsystem  
die Speichelprobe, -n

συνομήλικος / συνομήλικη  
μάθημα μουσικής  
(μουσική) έκταση  
έκπληκτος, που προκαλεί έκπληξη  
ο / η ερασιτένης τραγουδιστής /  
τραγουδίστρια  
ανώτερος του μέσου όρου, πάνω απ'  
τον μέσο όρο  
ποιότητα ζωής  
ασφαλώς, αναμφίβολα  
που επιλέγω  
που εκτιμώ  
εκπληκτικό  
ερευνητής / ερευνήτρια  
Μεγάλη Βρετανία  
τοπικός  
χορωδία  
κανναβινοειδή  
σύστημα ανταμοιβής  
κάτι που κάνω για να περάσω το  
χρόνο μου  
θεραπευτικός σκοπός  
χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια  
ΧΑΠ (χρόνια αποφρακτική  
πνευμονοπάθεια)  
που συντομεύεται ως  
ο πάσχων / πάσχουσα  
ομάδα τραγουδιού  
αναπνευστική δύναμη  
σταθεροποιώ  
ηλικιωμένος  
που χρειάζεται φροντίδα  
αυστραλιανός  
που πάσχει από άνοια  
ίδρυμα περίθαλψης  
σύμπτωμα  
ομάδα σύγκρισης  
μουσικοθεραπεία  
λόγω ηλικίας, που σχετίζεται με την  
ηλικία  
απώλεια ακοής  
θόρυβος, ενοχλητικός ήχος  
ανοσοποιητικό σύστημα  
δείγμα σάλιου

der Kirchenchor	εκκλησιαστική χορωδία
die Probe, -n	πρόβα
zusammenfassend	συνοψίζοντας
vorbeugend	προληπτικά
die Krankheitsphase, -n	φάση ασθένειας
therapeutisch	θεραπευτικά
die Lungenfunktion	πνευμονική λειτουργία
verwunderlich	παράξενος, που προκαλεί έκπληξη
jeher	ανέκαθεν
die Trauer	πένθος
heraus/lassen*	αφήνω, απελευθερώνω
in die Wiege gelegt	με το οποίο είσαι γεννημένος
visuell	οπτικός
das Einprägen	απομνημόνευση
der Reim, -e	ρίμα
das Trällern	τερέτισμα
die Melodie, -n	μελωδία
eingängig	συναρπαστικός, πιασάρικος
der Rhythmus, die Rythmen	ρυθμός
Hand in Hand gehen*	πάω μαζί, συμβαδίζω
unbeschwert	ξέγνοιαστός, αμέριμος
kindlich	παιδικός
der Modus, die Modi	τρόπος
die Selektionsgesellschaft	επιλεκτική κοινωνία
den Ton treffen*	[μεταφ.] πατάω στη νότα, πιάνω τον τόνο
entmutigt	αποθαρρύνω
die Leichtigkeit	ελαφρότητα
(das) gemeinschaftlich(e) (Singen)	κοινός, το να (τραγουδάς) μαζί
der Nationalsozialismus	Εθνικοσοσιαλισμός
schändlich	αισχρά, επαίσχυντα
ideologisch	ιδεολογικά
miss/brauchen	καταχράζομαι, κακομεταχειρίζομαι
der Misskredit	ανυποληψία
die Musiktheorie	θεωρία μουσικής
die Komposition, -en	σύνθεση
nebenher	ταυτόχρονα, παράλληλα
der Musikkritiker, -	μουσικοκριτικός
unterkühlt	ψύχραιμα
der Musikpädagoge, -n / die Musikpädagogin, -nen	ο / η μουσικοπαιδαγωγός
verkennen*	παραβλέπω, εκτιμώ λάθος
das Aufwachsen	μεγάλωμα
das Solo, die Soli	σόλο



die Handynutzung  
weder Fluch noch Segen  
das Selbstwertproblem, -e  
hin/nehmen\*  
der Handygebrauch  
der Onlinemediengebrauch  
das Smartphone, -s  
die Altersempfehlung, -en  
  
die Online-Verweildauer  
  
interessanterweise  
Sorge tragen\* für + AKK  
überfordern  
das Datenschutzproblem, -e  
das Onlinemobbing  
dazu/gehören  
ab/halten\*  
ohnehin  
kindergerecht  
  
stundenlang  
versinken\*  
exzessiv  
das Handy-Spielen  
  
die Belästigung, -en  
der Betrug, "-e  
sich im Klaren sein\* über + AKK  
an sich  
die Unsicherheit  
erstmal  
die "Passt schon"-Methode  
das Verbot, -e  
ein/greifen\*  
die Mediennutzung  
erlernt  
die Hilflosigkeit  
online-süchtig  
achselzuckend  
apropos  
die Diagnose, -n

χρήση κινητού τηλεφώνου  
ούτε κατάρα ούτε ευλογία  
πρόβλημα αυτοεκτίμησης  
(απο)δέχομαι, [μεταφ.] καταπίνω  
χρήση κινητού τηλεφώνου  
χρήση διαδικτυακών μέσων  
smartphone, έξυπνο τηλέφωνο  
σύσταση κατάλληλης ηλικίας,  
συνιστώμενη ηλικία  
χρόνος/διάρκεια παραμονής στο  
διαδίκτυο  
είναι ενδιαφέρον ότι ...  
νοιάζομαι/φροντίζω για ...  
παραφορτώνω, [εδώ] κατακλύζω  
πρόβλημα προστασίας δεδομένων  
διαδικτυακός εκφοβισμός  
είναι αναπόφευκτο  
κρατάω μακριά / σε απόσταση  
έτσι και αλλιώς, ούτως ή άλλως  
φιλικό προς το παιδί, κατάλληλο για  
παιδιά  
με τις ώρες, για ώρες  
βυθίζομαι  
υπερβολικός  
gaming, το να παίζεις παιχνίδια στο  
κινητό  
παρενόχληση  
απάτη  
καταλαβαίνω κάτι πολύ καλά  
[εδώ] καθ' αυτή  
ανασφάλεια, αβεβαιότητα  
αρχικά  
η μέθοδος του «είναι εντάξει»  
απαγόρευση  
επεμβαίνω  
χρήση μέσων ενημέρωσης  
[εδώ] που έχουν μάθει/συνηθίσει  
αδυναμία, ανημποριά  
εθισμένος στο διαδίκτυο  
ανασηκώνοντας τους ώμους  
μιλώντας για, με την ευκαιρία  
διάγνωση

die Onlinesucht	εθισμός στο διαδίκτυο
die Handysucht	εθισμός στο κινητό τηλέφωνο
die Verharmlosung	υποτίμηση, σκόπιμη μείωση της σημασίας
schade	κρίμα
die Verteufelung	δαιμονοποίηση
die Zustimmung	έγκριση, συγκατάνευση
das Endgerät, -en	τελική (ψηφιακή) συσκευή
die (German) Rückständigkeit	(γερμανική) οπισθοδρομικότητα
ab/tun*	θεωρώ ασήμαντο, απορρίπτω
der Spießertum	μπουρζουαζία, μικροαστισμός
die Social Media (Pl.)	social media, μέσα κοινωνικής δικτύωσης
das Scrollen	scrolling, σκρολάρισμα
unzufrieden	δυσανεστημένος
die Psyche, -n	ψυχή
das Wichtigste	το πιο σημαντικό
sich wohl/fühlen	αισθάνομαι καλά
beschimpfen	προσβάλλω, βρίζω
der Grundsatz, "-e	(βασική) αρχή
hin/schauen	κοιτάζω προσεκτικά
das Handyverhalten	συμπεριφορά αναφορικά με τη χρήση του κινητού
starren	κοιτάζω σταθερά / με ακίνητο βλέμμα

## Test 8 - Lesen, Teil 4

 S. 230

das Medizinmanagement	ιατρική διοίκηση
die Uni (die Universität)	πανεπιστήμιο
die Ausweitung	διεύρυνση
die Verringerung	μείωση
der Gesundheitszustand	κατάσταση της υγείας
das Gesundheitsverhalten	συμπεριφορά αναφορικά με θέματα υγείας
sich manifestieren	εκδηλώνομαι χειροπιαστά
die Weichen stellen für + AKK	προκαθορίζω την εξέλιξη/πορεία ενός πράγματος
das Jugendalter	εφηβική ηλικία
gesundheitsbezogen	που σχετίζεται με την υγεία
das Verhaltensmuster, -	πρότυπο συμπεριφοράς
beruhen auf + DAT	βασίζομαι, στηρίζομαι
bis ... hinein	μέχρι ...
das Erwachsenenalter	ενήλικη ζωή
sozioökonomisch	κοινωνικοοικονομικός

## WERKSTATT C1

psychosozial	ψυχοκοινωνικός
die Zukunftsangst, "-e	φόβος για το μέλλον
die Ausgrenzungsangst, "-e	φόβος αποκλεισμού
resultieren aus + DAT	προκύπτω από ...
auf/weisen*	παρουσιάζω, εμφανίζω
übrig	υπόλοιπος
die Bevölkerung, -en	πληθυσμός
die Lebensbedingungen (Pl.)	συνθήκες διαβίωσης
die Teilhabechance, -n	ευκαιρία συμμετοχής
das Herkunftsland, "-er	χώρα καταγωγής
die Gesundheitsversorgung	υγειονομική περίθαλψη
ausschlaggebend	καθοριστικός
das Armutsrisiko	κίνδυνος φτώχειας
die Einkommensgruppe, -n	εισοδηματική ομάδα
die Bronchitis	βρογχίτιδα
die Einkommenshöhe	επίπεδο εισοδήματος
die Lebenserwartung	προσδόκιμο ζωής
die Sterblichkeit	θνησιμότητα
dienlich	χρήσιμος
die Charaktereigenschaft, -en	χαρακτηριστικό, ιδιότητα του χαρακτήρα
die Schulbildung	σχολική εκπαίδευση
stellvert. (stellvertretend)	[εδώ] αναπληρώτρια
die Gesundheitsökonomie	οικονομική διαχείριση της υγείας
die Fehlzeit, -en	απουσία, ημέρα απουσίας
die Arbeitsbelastung, -en	φόρτος εργασίας
der Berufsstatus	επαγγελματική κατάσταση
resultierend-	επακόλουθος
die Berufs(un)zufriedenheit	επαγγελματική (αν)ικανοποίηση
die Berufsstatusgruppe, -n	ομάδα επαγγελματικής κατάστασης
das Anzeichen, -	ένδειξη
belastet sein*	είμαι επιβαρυσμένος, επιβαρύνομαι
bleibend-	μόνιμος, διαρκής
das Gesundheitsproblem, -e	πρόβλημα υγείας
der/die Erwerbstätige, -n	εργαζόμενος, εργαζόμενη
das Beschäftigungsverhältnis, -se	θέση εργασίας, σχέση απασχόλησης
etwaig-	πιθανός, ενδεχόμενος
die Konsequenz, -en	συνέπεια
die Einkommenssituation	εισοδηματική κατάσταση
die Verminderung	μείωση
das Selbstwertgefühl	(αίσθημα) αυτοεκτίμηση(ς)
an/dauern	διαρκώ
die Wiedereingliederung	επανάταξη



Test 9 - Lesen, Teil 1

 S. 252

der Schlafbefehl, -e	εντολή ύπνου
indisch	ινδικός
der Mittagsschlaf	μεσημεριανός ύπνος
endlos	ατελείωτος
weg/nicken	με παίρνει ο ύπνος για λίγο
sich schämen	ντρέπομαι
der Manager, - / die Managerin, -nen	μάντζερ
die Autorität	κύρος, (υψηλή) θέση
Inemuri	inemuri, τέχνη του να κοιμάσαι στη δουλειά
der Büroschlaf	ύπνος στο γραφείο
das Nickerchen	υπνάκος
verordnen	επιβάλλω
das Gedächtnis	μνήμη
die Kreativität	δημιουργικότητα
die Produktivität	παραγωγικότητα
der Mitgründer, - / die Mitgründerin, -nen	συνιδρυτής / συνιδρύτρια
die Pandemie, -n	πανδημία
das Schläfchen	υπνάκος
leistungsfähig	ικανός, αποδοτικός, αποτελεσματικός
dazwischen/schieben*	βάζω ενδιάμεσα, στριμώνω
erlaubt	επιτρεπτός
die Nap Pods (Pl.)	καρέκλες ύπνου σε σχήμα κάψουλας
die Kapsel, -n	κάψουλα
das Raumschiff, -e	διαστημόπλοιο
erfrischt	ανανεωμένος
weiter/arbeiten	συνεχίζω να δουλεύω
der Schläfchenliebhaber, - / die Schläfchenliebhaberin, -nen	ο / η λάτρης του υπνάκου
argumentieren	επιχειρηματολογώ, [εδώ] υποστηρίζω
ein/schlafen*	αποκοιμάμαι, με παίρνει ο ύπνος
jedenfalls	σε κάθε περίπτωση, πάντως
das Burn-out	υπερκόπωση

Test 9 - Lesen, Teil 2

 S. 254

das Wirtshaus, "-er	πανδοχείο, ταβέρνα
der/das Biotop, -e	βιότοπος
die Volkskultur, -en	λαϊκή κουλτούρα
aus/trocknen	στερεύω
die Würdigung	εκτίμηση, αναγνώριση
die Institution, -en	θεσμός
der Unterhalter, - / die Unterhalterin, -nen	διασκεδαστής, διασκεδάστρια

## WERKSTATT C1

der Revolutionär, -en / die Revolutionärin, -nen	επαναστάτης / επαναστάτρια
etlich-	αρκετοί, μπόλικοι
der Kulturwissenschaftler, - / die Kulturwissenschaftlerin, -nen	πολιτισμολόγος
stumpfsinnig	χαμένος, αποχαυνωμένος
das Dahinbrüten	αποχώνωση
gestattet sein*	επιτρέπεται
apathisch	απαθής
die Teilnahmslosigkeit	απάθεια, [εδώ] αδράνεια
das Zeremoniell, -e	το τελετουργικό
sich hin/ziehen*	τραβώ, κρατώ (σε διάρκεια)
eine Weile	(για) λίγη ώρα
stehen bleiben*	σταματώ
untermauern	[εδώ] επιβεβαιώνω
die Melancholie	μελαγχολία
einstig-	ο κάποτε/άλλοτε
der Grundpfeiler, -	πυλώνας
das Dorfleben	ζωή του χωριού
gleichermaßen	στον ίδιο βαθμό
beispiellos	πρωτοφανής
der Exodus	έξοδος
weitsichtig	διορατικός
die Bauplanung	κατασκευαστικός σχεδιασμός
der Vorfahre, -n / die Vorfahrin, -nen	ο / η πρόγονος
die Ortschaft, -en	οικισμός, τόπος
(nur) einen Steinwurf entfernt	σε απόσταση αναπνοής
vereint sein*	είναι ενωμένος
der Stammtisch, -e	τραπέζι τακτικών πελατών / θαμώνων
der Altar, "-e	αγία τράπεζα
der Kirchgänger, - / die Kirchgängerin, -nen	εκκλησιαζόμενος / εκκλησιαζόμενη
der Gottesdienst, -e	θεία λειτουργία
die Symbiose, -n	συμβίωση
freilich	φυσικά, βέβαια
zu/sperrn	κλείνω
das Phänomen, -e	φαινόμενο
die Wirtshauskultur	κουλτούρα των πανδοχείων/ταβερνών
prägen	διαμορφώνω, βάζω τη σφραγίδα μου
das Politisieren	πολιτικολογία
das Traditionsgericht, -e	παραδοσιακό πιάτο
das Kartenspielen	χαρτοπαιξία
das Theaterspielen	θέατρο
die Bauernhochzeit, -en	χωριάτικος γάμος
das Vereinsfest, -e	γιορτή συλλόγου
das Dorfwirtshaus, "-er	πανδοχείο/ταβέρνα του χωριού
der Biertempel	[μεταφ.] ναός της μπίρας

die Weltruf	διεθνής φήμη
sich entzünden	ανάβω, [μεταφ.] φουντώνω
der Ruhm	δόξα
der Rausch, "-e	μέθη, μεθύσι
die Revolution, -en	επανάσταση
der Großrevolutionär, -e / die Großrevolutionärin, -nen	μεγάλος επαναστάτης / μεγάλη επαναστάτρια
sich pudelwohl fühlen	νιώθω πολύ χαλαρός / σαν στο σπίτι μου
das Übermaß an + DAT	υπερβολή σε ..., [εδώ] υπερβολικός
die Empathie	ενσυναίσθηση
das Unterhaltungstalent	ταλέντο διασκεδαστή
weg/kommen*	φεύγω
verharren	(παρα)μένω
angewurzelt	ριζωμένος
erbarmungslos	άσπλαχνος, ανελέητος
das Traditionswirtshaus, "-er	παραδοσιακό πανδοχείο, παραδοσιακή ταβέρνα
gefeit sein* gegen + AKK	είμαι απρόσβλητος (από κάτι)
die Abgeschlossenheit	μοναξιά, απομόνωση
erstklassig	πρώτης τάξης
die Informationsquelle, -n	πηγή ενημέρωσης
der Tratsch	κουτσομπολιό
mit/bekommen*	[εδώ] ακούω, παίρνει το αυτί μου
die Lokalzeitung, -en	τοπική εφημερίδα
das Herz aus/schütten	[μεταφ.] ανοίγω την καρδιά μου
der Seelenröster, - / die Seeletrösterin, -nen	παρηγορητής / παρηγορήτρια
der Psychologe, -n / die Psychologin, -nen	ο / η ψυχολόγος
der Lebensberater, - / die Lebensberaterin, -nen	life coach, σύμβουλος διαβίωσης
die Bedienung	εξυπηρέτηση, σέρβις
der Alltagsstress	καθημερινό άγχος
lindern	ανακουφίζω, μαλακώνω
der Schmelztiegel (der Gefühle)	[μεταφ.] χωνευτήριο (των συναισθημάτων)
die Therapiestätte, -n	χώρος θεραπείας, θεραπευτήριο
der Satiriker, - / die Satirikerin, -nen	σατιρικός/-ή συγγραφέας
die Heimstatt	οίκος, σπίτι
die Diversität	διαφορετικότητα
Kind und Kegel	συν γυναιξί και τεκνοίς
der Depp, -en / die Deppin, -en	χαζός, ανόητος / χαζή, ανόητη
der Gauner, - / die Gaunerin, -nen	απατεώνας / απατεώνισσα
der/die Intellektuelle, -n	ο διανοούμενος / η διανοούμενη
der Rückkehrer aus der Kriegsgefangenschaft	αιχμάλωτος πολέμου που επιστρέφει (στο σπίτι του)
durcheinander/wirbeln	ανακατεύω

## WERKSTATT C1

halten* für + AKK	θεωρώ
die Erziehungsanstalt, -en	αναμορφωτήριο
die Säule, -n	κολώνα
das Abendland	Δύση, δυτικός κόσμος
in kulinarischer Hinsicht	από γαστρονομικής άποψης
der TV-Starkoch, "-e / die TV-Starköchin, -nen	ο/η σεφ της τηλεόρασης
famos	ξακουστός, πασίγνωστος
der Wirtshauskoch, " -e / die Wirtshausköchin, -nen	μάγειρας / μαγείρισσα του πανδοχείου / της ταβέρνας
rar sein*	σπανίζω
die Wirtshausküche	[μεταφ.] κουζίνα της ταβέρνας
unvergleichbar	ασύγκριτος
die Beilage, -n	συνοδευτικό, γαρνιτούρα
zeugen	μαρτυρώ, αποδεικνύω
die Kochkunst	μαγειρική τέχνη
die Soße, -n / der Soss, -e	σάλτσα (στη βουαρικη διάλεκτο)
vorgefertigt	προκατασκευασμένος, έτοιμος, ετοιματζήδικος
laufend-	τρέχων
keimen (Hoffnung)	γεννώ (ελπίδα)
geschickt (geführt)	με επιδέξια (διαχείριση)
nach wie vor + Verb	συνεχίζω/εξακολουθώ να ...
brummen	βουίζω, [εδώ] σφύζω από ζωή
unübersehbar	προφανής
der Hang zu + DAT	τάση προς
das Alleinstellungsmerkmal, -e	unique selling point, μοναδικό σημείο υπεροχής
ab/hängen* von + DAT	εξαρτώμαι από ...
die Motivation, -en	κίνητρο
die Gastro-Generation, -en	γενιά της γαστρονομίας
der Wille	βούληση, θέληση
die Reglementierung, -en	ρύθμιση, υπαγωγή σε κανόνες
mildern	αμβλύνω
die Bereitschaft	προθυμία

### Test 9 - Lesen, Teil 3



S. 256

die Schlafgewohnheiten (Pl.)	συνήθειες ύπνου
das Ausmaß, -e	[εδώ] ποσότητα, διάρκεια
die Schlafdauer	διάρκεια του ύπνου
die Verteilungskurve, -n	καμπύλη κατανομής
die Schlafstunde, -n	ώρα ύπνου
der Durchbruch	(ξαφνική) επιτυχία, ξεπέταγμα
das Homeoffice	home-office, κατ' οίκον εργασία

die Telearbeit	τηλεργασία
starr	άκαμπτος
das Gerüst	σκελετός, κατασκεύασμα
der Nine-to-five-Job, -s	εργασία με ωράριο εννέα (το πρωί) με πέντε (το απόγευμα)
der Arbeitsmediziner, - / die Arbeitsmedizinerin, -nen	ο/η ιατρός εργασίας
das Arbeitszeitmodell, -e	μοντέλο ωραρίου εργασίας
der Rhythmus, die Rhythmen	ρυθμός
auf/zwingen*	επιβάλλω
das Kindesalter	παιδική ηλικία
das Rentenalter	ηλικία συνταξιοδότησης
der soziale Jetlag	κοινωνικό τζετ λαγκ / αίσθημα κούρασης
die Diskrepanz	ασυμφωνία, αντίφαση
das Schlafdefizit	έλλειμμα/έλλειψη ύπνου
aus/gleichen*	καλύπτω, εξισορροπώ
der Kurzschläfer, - / die Kurzschläferin, -nen	αυτός/αυτή που κοιμάται λίγο
bevorzugen	προτιμώ
der Frühaufsteher, - / die Frühaufsteherin, -nen	αυτός/αυτή που ξυπνάει νωρίς
vor/herrschen	κυριαρχώ
der Mythos, die Mythen	μύθος
aus Zufall	συμπτωματικά, από σύμπτωση, τυχαία
sich brüsten mit + DAT	καυχιέμαι με ...
der Vorstandschef, -s / die Vorstandschefin, -nen	ο διευθύνων / η διευθύνουσα σύμβουλος
der Weltkonzern, -e	παγκόσμια πολυεθνική εταιρεία
die App, -s (die Applikation, -en)	εφαρμογή
die Optimierung	βελτιστοποίηση
genetisch	γενετικά
bedingt	οφειλόμενος
der Chronotyp, -en	χρονότυπος
begrenzt	σε περιορισμένο βαθμό
die Gewöhnung	συνήθεια
frühmorgens	νωρίς το πρωί, τα χαράματα
ausgeschlafen sein*	έχω χορτάσει ύπνο
die Lerche, -n	κορυδαλλός
die Eule, -n	κουκουβάγια
restlich	υπόλοιπος
dazwischen	[εδώ] κάπου στη μέση, ενδιάμεσα
das Schlafbedürfnis	ανάγκη για ύπνο
das Lebensalter	ηλικία
der Säugling, -e	βρέφος
wiederum	από την άλλη

## WERKSTATT C1

die senile Bettflucht

treiben\*

das Ausgeschlafensein

die Müdigkeit

der Schlafmangel

die Schlaftiefe

die Folgenacht

die Arbeitszeit, -en

die Ansicht, -en

ein/gehen\* auf + AKK

der Power-Nap

die Wachheit

die Leistungsfähigkeit

die Tiefschlafphase, -n

verfallen\* in + AKK

eineinhalb

seicht

die Schlafphase, -n

erholt

die Frühschicht

das Aufstehen

versäumen

auf/holen

die Stimmungsschwankung, -en

verringert

die Konzentrationsstörung, -en

vereinbar sein\* mit + DAT

an/kämpfen gegen + AKK

die Schlafstörung, -en

riskieren

πρωινό ξύπνημα [χαρακτηριστικό  
ηλικιωμένων ανθρώπων]

οδηγώ (κάποιον)

το να έχεις χορτάσει ύπνο

κούραση

έλλειψη ύπνου

βάθος του ύπνου

επόμενη νύχτα

ωράριο εργασίας

[εδώ] άποψη

[εδώ] εξυπηρετώ

σύντομος ύπνος μέσα στη μέρα

εγρήγορση

αποδοτικότητα

φάση βαθέως ύπνου

πέφτω σε ...

μιάμιση

ρηχός

φάση ύπνου

ξεκούραστος

πρωινή βάρδια

ξύπνημα

χάνω

αναπληρώνω, καλύπτω

εναλλαγή διάθεσης

μειωμένος

διαταραχή συγκέντρωσης

συμβατός με ...

παλεύω με ...

διαταραχή ύπνου

ρισκάρω, διακινδυνεύω

### Test 9 - Lesen, Teil 4



S. 258

die Wichtigkeit

die Medienvielfalt

die Medienforschung

pluralistisch

die Gesamtbevölkerung

das Freiheitsrecht, -

basieren auf + DAT

die Sicherstellung

das Medienunternehmen, -

σημασία

πολυμορφία μέσωσν ενημέρωσης (MME)

έρευνα για τα MME

πλουραλιστικός

συνολικός πληθυσμός

δικαίωμα ατομικής ελευθερίας

βασίζομαι/στηρίζομαι σε ...

διασφάλιση

επιχείρηση του χώρου των MME

(μέσων ενημέρωσης)

der Produzent, -en / die Produzentin, -nen	ο/η παραγωγός
der Verteiler, - / die Verteilerin, -nen	ο/η διανομέας
der Medieninhalt, -e	περιεχόμενο ενημέρωσης
journalistisch	δημοσιογραφικός
das Informationsangebot, -e	προσφορά πληροφοριών
umfassend	εκτεταμένα
die Hintergrundinformation, -en	παρασκηνιακή πληροφορία
das Bildungsangebot, -e	εκπαιδευτική προσφορά
das Kulturangebot, -e	πολιτιστική προσφορά
das Unterhaltungsangebot, -e	ψυχαγωγική προσφορά
mit/prägen	συνδιαμορφώνω
die Spannung, -en	ένταση
wechselseitig	αμοιβαίος
das Werte-Spektrum	φάσμα αξιών
medienpolitisch	που αφορά την πολιτική απέναντι στα μέσα ενημέρωσης
das Doppelziel, -e	διπλός στόχος
die Fülle	αφθονία, πλήθος
selektieren	επιλέγω, διαλέγω
der Auswahlprozess, -e	διαδικασία επιλογής
angewendet	που εφαρμόζεται/χρησιμοποιείται
das Kriterium, die Kriterien	κριτήριο
die Präferenz, -en	προτίμηση
der Besitzer, - / die Besitzerin, -nen	ο ιδιοκτήτης, η ιδιοκτήτρια
redaktionell	συντακτικός
vor/geben*	ορίζω, καθορίζω
das Medienprodukt, -e	προϊόν MME
zu Wort kommen*	μιλώ, παίρνω/έχω το λόγο
die Medienanstalt, -en	ίδρυμα MME
das Defizit, -e	έλλειμμα
die Gesamtheit	σύνολο
das Medienangebot, -e	προφορά των MME
extern	εξωτερικός
der Ausgleich	ισορροπία, εξισορρόπηση
das Gesamtangebot, -e	συνολική προσφορά
entfallen* auf + AKK	αναλογώ, πέφτω σε ...
der Medienexperte, -n / die Medienexpertin, -nen	ο/η ειδικός στα μέσα ενημέρωσης
verschlechtern	χειροτερεύω
infolge + GEN	ως συνέπεια, σαν αποτέλεσμα
verständlicherweise	για ευνόητους λόγους
gewinnorientiert	προσανατολισμένος στο κέρδος
senken	μειώνω
festangestellt	μόνιμα απασχολούμενος
beziehungsweise	ή / και

## WERKSTATT C1

der Fernsehsender, -  
der Radiosender, -  
vermindert  
das Gegenargument, -e  
vor/bringen\*  
der Vielfaltsverlust  
die Tagesinformation, -en  
das Online-Angebot, -e  
die Internetwerbung  
bestenfalls  
kostendeckend

τηλεοπτικός σταθμός  
ραδιοφωνικός σταθμός  
μειωμένος  
αντεπιχείρημα  
προβάλλω  
απώλεια της διαφορετικότητας  
καθημερινή πληροφορία  
διαδικτυακή προσφορά  
διαφήμιση στο διαδίκτυο  
στην καλύτερη περίπτωση  
που καλύπτει τα έξοδα

### Test 10 - Lesen, Teil 1



S. 280

das Landkind, -er  
aufgefeilt  
der Orientierungssinn  
der Fachmann, Fachleute  
die Navigationsfähigkeit, -en  
sich orientieren  
das Videospiel, -e  
aufgewachsen  
das Stadtkind, -er  
variieren  
der Stadtbewohner, - / die Stadtbewohnerin, -nen  
der Nicht-Stadtbewohner, - / die Nicht-Stadtbewohnerin, nen  
sechsmal  
das Gefälle, -  
aufgebaut  
gitterartig  
das Straßennetz, -e  
verworren  
organisch  
gewachsen  
das Wegesystem, -e  
die Videospielebene, -n  
das Layout, -s  
das Spielfeld, -er  
die Stadtgestaltung  
die Gehirnfunktion, -en  
die Spielgewohnheiten (Pl.)  
das Studienergebnis, -se

παιδί της επαρχίας / του χωριού  
εξελιγμένος  
αίσθηση προσανατολισμού  
ο ειδικός  
δεξιότητα πλοήγησης  
προσανατολίζομαι  
βιντεοπαιχνίδι  
μεγαλωμένος  
παιδί της πόλης  
ποικίλλω  
ο/η κάτοικος της πόλης  
μη κάτοικος πόλης  
έξι φορές  
(μεγάλη) διαφορά επιπέδου  
χτισμένος, δομημένος  
δικτυωτός, σαν πλέγμα  
δίκτυο δρόμων  
μπερδεμένος, συγκεχυμένος  
οργανικά  
ανεπτυγμένος  
σύστημα δρόμων/οδών  
επίπεδο βιντεοπαιχνιδιού  
διάταξη  
περιβάλλον παιχνιδιού  
αστικός σχεδιασμός  
λειτουργία του εγκεφάλου  
συνήθειες παιχνιδιού  
αποτέλεσμα της μελέτης



der Tagtraum, "-e	ονειροπόληση
ab/schweifen	ξεφεύγω, [εδώ] περιπλανιέμαι
leistungsschwach	χαμηλής απόδοσης
ineffizient	αναποτελεσματικός
die Wachzeit, -en	ώρες εγρήγορσης / όπου είναι κανείς ξύπνιος
zumeist	κυρίως, κατά κανόνα
unterfordern	δε ζητώ πολλά, δεν επιβαρύνω
die Überforderung, -en	υπερβολική απαίτηση/επιβάρυνση
das Ventil, -e	βαλβίδα, [εδώ] διέξοδος
entkommen*	ξεφεύγω, διαφεύγω, δραπετεύω από ...
sich ab/wenden*	γυρίζω την πλάτη, στρέφω τα νώτα
die Übermüdung	υπερκόπωση
die Entspannung	χαλάρωση
das Nachdenken	σκέψεις, το να σκέφτεσαι
verschaffen	προμηθεύω, [εδώ] δίνω
das Denkgorgan, -e	όργανο σκέψης
ausgelastet	αξιοποιημένος
die Ressourcen (Pl.)	πόροι
anarchisch	άναρχος
sich haltend an + AKK	που τηρεί / συμμορφώνεται με ...
der Geist, -er	μυαλό, πνεύμα
überaus	εξαιρετικά, τρομερά
schöpferisch	δημιουργικός
die Inspiration, -en	έμπνευση
das Abschweifen	το να ξεφεύγεις
hierhin ... dorthin	εδώ και εκεί
das Vergangene	παρελθόν, αυτά που ανήκουν στο παρελθόν
das Künftige	μέλλον, αυτά που ανήκουν στο μέλλον
(genau) jene	(ακριβώς) εκείνος/-η/-ο
ungeahnt	που δε φαντάζεται κανείς
der Geistesblitz, -e	(ξαφνική) έμπνευση, φλασιά
hervor/bringen*	παράγω
assoziiieren	κάνω συνδέσεις, δημιουργώ συνειρμούς
scheinbar	φαινομενικά
vertan	χαμένος, που έχει σπαταληθεί
genial	ιδιοφυής
der Denkansatz, "-e	σκεπτικό, σκέψεις
vordergründig	επιφανειακά

## WERKSTATT C1

vermögen	είμαι σε θέση, μπορώ
bewusst	συνειδητός
verborgen	κρυμμένος
die Versuchsanordnung, -en	πειραματική διάταξη, [εδώ] πείραμα
nach/weisen*	αποδεικνύω
originell	πρωτότυπος
die Fragestellung, -en	ερώτημα, ζήτημα
ab/lenken	παρεκκλίνω από ..., αποσπώ την προσοχή
sich machen an + AKK	ασχολούμαι με ...
die Aufbereitung	επεξεργασία
der Einfallsreichtum	επινοητικότητα
die Probandengruppe, -n	ομάδα εθελοντών σε πείραμα
sich ab/wechseln	εναλλάσσομαι
das Multitasking	multitasking, ταυτόχρονη απασχόληση με πολλές εργασίες
sich befassen mit + DAT	ασχολούμαι με ...
hin und her	εδώ και εκεί, πέρα δώθε
die Hirnaktivität, -en	εγκεφαλική δραστηριότητα
die Annahme, -n	υπόθεση
rasch	ταχύς
rätseln	προβληματίζομαι
der Leerlauf	ανεκμετάλλευτος χρόνος
der Augenblick, -e	στιγμή
verknüpfen	συνδέω
das Unbewusste	το ασυνείδητο
sortieren	ταξινομώ
vernetzen	δικτυώνω
ungemein	ασυνήθιστα
der Nachtraum, "-e	νυχτερινό όνειρο
die Gedankenwanderung, -en	περιπλάνηση της σκέψης
das Selbstgespräch, -e	μονόλογος
aufmerksam machen auf + AKK	εφιστώ/τραβώ την προσοχή σε...
auf/muntern	ενθαρρύνω
demotivieren	αποθαρρύνω
schätzungsweise	κατ' εκτίμηση
lautlos	σιωπηλός
die Debatte, -n	(έντονη) συζήτηση
der Monolog, -e	μονόλογος
belauschen	κρυφακούω
die Tagträumerei, -en	ονειροπόληση
gezielt	στοχευμένα
lenken	κατευθύνω
die Konversation, -en	συνομιλία, κουβέντα

lauschen	ακούω προσεκτικά
versiert	έμπειρος
anspruchsvoll	απαιτητικός, [εδώ] καλής ποιότητας, εκλεπτυσμένος
der Schreibstil, -e	στυλ γραφής
kontraintuitiv	αντιδιαισθητικός
absichtlich	σκόπιμα
konzentriert	συγκεντρωμένος
schweifend	περιπλανώμενος
sich hin/geben*	αφιερώνομαι, [μεταφ.] παραδίνομαι

## Test 10 - Lesen, Teil 3

 S. 284

das Mittelmaß	μετριότητα
die Selbstverbesserung	αυτοβελτίωση
hin zu ...	προς ...
die Selbstoptimierung	αυτοβελτίωση
verzeichnen	σημειώνω, καταγράφω
heraus/holen	βγάζω (από μέσα προς τα έξω)
smart	έξυπνος
irgendwie	κάπως
die Selbstverbesserungsindustrie	βιομηχανία αυτοβελτίωσης
auf Hochtouren laufen*	βρίσκομαι σε πλήρη εξέλιξη
mit/machen	συμμετέχω
ambitionslos	αυτός που δεν είναι φιλόδοξος / στερείται φιλοδοξίας
vor/dringen*	προχωρώ
aus der Masse heraus/stechen	ξεχωρίζω από το πλήθος
hinterher/laufen*	κυνηγώ, τρέχω πίσω από ...
das Idealbild, -er	ιδανική εικόνα, [εδώ] είδωλο
verdammt	φοβερά
rundum	εντελώς
optimiert	βελτιστοποιημένος
mittelmäßig	μέτριος
der Intelligenzquotient, -en	δείκτης νοημοσύνης/ευφυΐας
unterdurchschnittlich	κάτω από το μέσο όρο
außergewöhnlich	ασυνήθιστα, εξαιρετικά
ein/bläuen	μαθαίνω κάτι σε κάποιον με το ζόρι
gefälligst	καλά θα κάναμε
sonderlich	ιδιαίτερα
der Mittelwert, -e	μέσος όρος
ab/weichen*	αποκλίνω
die Durchschnittlichkeit	το να είσαι/ανήκεις στον μέσο όρο
irgendwelch-	κάποιος

## WERKSTATT C1

der Erziehungsratgeber, -

bald

arrangieren

das Au-pair-Mädchen, -

zweisprachig

etwas (ganz) Besonderes

sich trauen

der Collegeprofessor, -/ die Collegeprofessorin, -nen

der/die Befragte, -n

andernfalls

die Durchschnittsdefinition

das Streben nach + DAT

bildlich

der Schwarm, "-e

die Geborgenheit

die Speerspitze, -n

zugig (sein\*)

der Windschatten

womöglich

exzellent

außergewöhnlich

der Begriff, -e

aus/legen

überambitioniert

das Maß, -e

der Hochleistungssport

à la

betreiben

das Erreichte

beschäftigt sein\*

die Schwäche, -n

aus/merzen

die Stärke, -n

ausgeglichen

βιβλίο με συμβουλές ανατροφής/  
εκπαίδευσης

σύντομα

κανονίζω

κοπέλα βοηθός / που συντροφεύει το  
παιδί

δίγλωσσος

κάτι (πολύ) ιδιαίτερο

τολμώ

καθηγητής/καθηγήτρια κολλεγίου

ερωτηθείς, ερωτηθείσα

διαφορετικά, σε αντίθετη περίπτωση

ορισμός του μέσου όρου

επιδίωξη

μεταφορικά

κοπάδι

ασφάλεια

αιχμή του δόρατος

φυσάει, κάνει ρεύμα

απάγκιο

ίσως

έξοχος, εξάίρετος

ασυνήθιστος

όρος

ερμηνεύω

υπερβολικά φιλόδοξος

μέτρο

αθλητισμός υψηλών επιδόσεων,  
πρωταθλητισμός

[εδώ] κατά την έννοια

ασκώ, κάνω

αυτό που έχει επιτευχθεί

είμαι απασχολημένος

αδυναμία

εξαλείφω

δύναμη, δυνατό σημείο

ισορροπημένος

### Test 10 - Lesen, Teil 4



S. 286

die Wissenschaftsfreiheit

juristisch

der Hochschulraum, "-e

leidenschaftlich

ακαδημαϊκή ελευθερία

νομικός

πανεπιστημιακός χώρος

παθιασμένος

der Verfechter, - / die Verfechterin, -nen	ο υπέρμαχος (υποστηρικτής), η υπέρμαχη (υποστηρίκτρια)
der Hochschullehrer, - / die Hochschullehrerin, -nen	καθηγητής/καθηγήτρια πανεπιστημίου
die Wissenschaftsorganisation, -en	επιστημονική οργάνωση
der Fachverband, "-e	επαγγελματική ένωση, σύλλογος ειδικών
zahllos	αμέτρητος, άπειρος
der Rundfunk	ραδιόφωνο
dokumentieren	τεκμηριώνω, δείχνω
die Warnung, -en	προειδοποίηση
auffällig	χτυπητός, εντυπωσιακός
die Parallele, -n	παραλληλισμός
das Konfliktthema, -themen	συγκρουσιακό ζήτημα
die Meinungsfreiheit	ελευθερία έκφρασης
das Kommunikationsgrundrecht, -e	θεμελιώδες δικαίωμα επικοινωνίας
die Debattenkultur	κουλτούρα συζήτησης
die Streitkultur	κουλτούρα διαφωνίας
der feste Bestand	αναπόσπαστο κομμάτι
freiheitlich	φιλελεύθερος
der Meinungspluralismus	πληθώρα/πλουραλισμός απόψεων
argumentativ	επιχειρηματολογικός, με επιχειρήματα
der Austausch	ανταλλαγή
die Gleichsetzung	εξίσωση, ταύτιση
die Meinungsäußerung	έκφραση γνώμης
verschwimmen	θολώνω
vielzitiert	πολυαναφερόμενος [τσιτάτο], που αναφέρεται συχνά
kontrovers	αμφιλεγόμενος
die Intention, -en	πρόθεση
in Anspruch nehmen*	χρησιμοποιώ
der Rechtsanwalt, "-e / die Rechtsanwältin, -nen	ο/η δικηγόρος
zwingend	επιτακτικά, υποχρεωτικά
die Einflussnahme	επιρροή
ab/zielen auf + AKK	στοχεύω
die Wissenschaftlichkeit	επιστημονικότητα
verfehlen	δεν πετυχαίνω (κάποιο στόχο)
der Kontrollmechanismus, -mechanismen	ελεγκτικός μηχανισμός
die Wissenschaftsgemeinschaft, -en	επιστημονική κοινότητα
die Ermittlung, -en	εξιχνίαση, αποκάλυψη
fehlerhaft	λανθασμένος, εσφαλμένος
der Forschungsansatz, "-e	ερευνητική προσέγγιση
unkonventionell	αντισυμβατικός
unfruchtbar	στείρος
die Hypothese, -n	(επιστημονική) υπόθεση

## WERKSTATT C1

missachten	παραβιάζω, αγνώ
gefährden	διακινδυνεύω, θέτω σε κίνδυνο
erkenntnisbezogen	που βασίζεται στη γνώση
anerkannt	αναγνωρισμένος
gefördert	προωθούμενος
die Wissenschaftsphilosophie	φιλοσοφία της επιστήμης
systematisiert	συστηματοποιημένος
die Wissensgewinnung	απόκτηση γνώσης
die Denkweise, -n	τρόπος σκέψης
das Gütekriterium, -kriterien	ποιοτικό κριτήριο
die Forschungstätigkeit, -en	ερευνητική δραστηριότητα
gewährleisten	εξασφαλίζω
methodisch	μεθοδολογικά
die Widerspruchsfreiheit	ελευθερία έκφρασης αντίρρησης / διαφωνίας
die Klarheit	σαφήνεια
die Genauigkeit	ακρίβεια
die Überprüfbarkeit	επαληθευσιμότητα
der Bestandteil, -e	συστατικό (στοιχείο)
die Autonomie	αυτονομία
die Unabhängigkeit	ανεξαρτησία, αυτονομία
zweifelhaft	αμφίβολα
knüpfen	συνάπτω
charakteristisch	χαρακτηριστικός
ethisch	ηθικός
die Tugend, -en	αρετή
der Band, -e	δεσμός
das Zusammenwirken	συνεργασία, αλληλεπίδραση
soziopolitisch	κοινωνικοπολιτικός
zu/kommen*	έχω να αντιμετωπίσω
die Schlussfolgerung, -en	συμπέρασμα
fruchtbar	γόνιμος
entfalten	αναπτύσσω, ξεδιπλώνω