

Ein Hund – der beste Fitnessfreund des Menschen



(1) Hunde gelten nicht nur als beste Menschenfreunde. Sie könnten auch ein entscheidender Faktor für die Fitness und damit Gesundheit ihrer Halter sein. Das ist zumindest das Ergebnis einer Studie der Universität von Liverpool. Den britischen Wissenschaftlern zufolge gelingt es
5 Hundebesitzern mit viermal höherer Wahrscheinlichkeit, das allgemein empfohlene Pensum für körperliche Aktivitäten zu schaffen.

(2) Wer sich regelmäßig bewegt, lebt gesünder und hat ein geringeres Risiko für chronische Erkrankungen. Deswegen sollten sich laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) Erwachsene beispielsweise
10 mindestens 150 Minuten pro Woche moderat bis intensiv bewegen. Doch längst nicht alle Menschen erreichen diese zweieinhalb Stunden.

(3) Bewegungsmuffel sollten indes über die Anschaffung eines Hundes nachdenken. Denn dass die Tiere zu mehr Bewegung im Alltag animieren und gesünder machen können, haben bereits mehrere Studien
15 nahegelegt. So ergab etwa 2017 eine schwedische Untersuchung, dass Hundebesitzer länger leben und seltener an Herz-Kreislaufleiden erkranken. Laut einer britischen Untersuchung aus dem gleichen Jahr bewegten sich Menschen mit Vierbeinern selbst bei äußerst schlechtem Wetter mehr als Nicht-Hundebesitzer bei schönem Wetter. Unklar war
20 bislang allerdings, ob das Ausführen des Hundes andere Formen sportlicher Aktivitäten ersetzt.

- (4) Ein Team an der Universität Liverpool nahm nun das Verhalten von 191 Erwachsenen mit einem Hund im Haushalt, 455 Erwachsenen aus Haushalten ohne Hund und 46 Kindern unter die Lupe. Das Resultat: Bei Hundehaltern war es viermal wahrscheinlicher, dass sie sich die empfohlenen 150 Minuten pro Woche bewegten. Auch Kinder in Haushalten mit Hund waren durchschnittlich körperlich aktiver, wie die Wissenschaftler im Fachblatt *Scientific Reports* berichteten. Zudem legte die Untersuchung nahe, dass das Gassigehen zusätzlich und nicht anstelle von anderen sportlichen Aktivitäten wie Joggen erfolgte. Insgesamt gingen die Hundebesitzer auch öfter mit ihren Tieren vor die Tür, anstatt weniger längere Spaziergänge zu unternehmen – was den Studienautoren zufolge zur WHO-Empfehlung passt, sich regelmäßig zu bewegen und vor allem längere Sitzphasen zu vermeiden.
- (5) Unter den Teilnehmern gab es allerdings auch einen kleinen Anteil (zehn Prozent), der zwar einen Hund besaß, diesen aber nicht ausführt, weil das Tier etwa draußen lebt. Diese Hundehalter bewegten sich den Forschern zufolge noch weniger als Nicht-Hundebesitzer. Unklar bleibt allerdings, ob ein Hund seine Halter zu mehr Bewegung motiviert, oder ob sich eher Menschen einen vierbeinigen Freund zulegen, die ohnehin schon aktiver sind.
- (6) Alles in allem untermauert die Studie jedoch, dass ein Leben mit Hunden gesünder mache. „Das sollte allerdings nicht als Empfehlung dafür verstanden werden, sich nur für seinen eigenen Vorteil einen Hund anzuschaffen“, schreiben die Forscher, an das Wohl der Tiere sollte vorher auch gedacht werden. Stattdessen sehen sie in ihren Ergebnissen eine Anregung dafür, etwa in der Stadtentwicklung an hundefreundliche Umgebungen und einen entsprechenden Wohnungsbau zu denken, um das Aktivitätslevel der Bevölkerung nicht negativ zu beeinflussen.

naar: *bdi.de*, 08.05.2019

Tekst 3 Ein Hund – der beste Fitnessfreund des Menschen

“Halter” (regel 3)

- 1p 6 **Citeer het woord** uit alinea 1 waarmee hetzelfde wordt bedoeld.
- 1p 7 Was hat eine Studie an der Uni Liverpool in Bezug auf Hundebesitzer ergeben? (1. Absatz)
- A Sie bekommen anscheinend öfter als andere Menschen genug Bewegung.
 - B Sie haben eine hohe Lebenserwartung, weil sie oft an die frische Luft gehen.
 - C Sie sind viel seltener krank als Menschen ohne Hund.
 - D Sie treiben wenig Sport, weil sie sich mit dem Hund schon genug bewegen.

Eine Empfehlung, die auch hierzulande vom Bundesgesundheitsministerium verbreitet wird.

Dieser Satz ist aus dem 2. Absatz herausgeschnitten.

- 1p 8 An welche Stelle gehört er?
- A nach „chronische Erkrankungen“ (Zeile 8)
 - B nach „intensiv bewegen“ (Zeile 10)
 - C nach „zweieinhalb Stunden“ (Zeile 11)
- 1p 9 Wat is de verrassende uitkomst van het Britse onderzoek uit regel 17?
- „ob das Ausführen des Hundes andere Formen sportlicher Aktivitäten ersetzt“ (regel 20-21)
- 1p 10 Wordt dit in alinea 4 duidelijk?
Zo ja, **citeer** de eerste twee woorden van de zin waarin dit staat.
Zo nee, antwoord ‘nee’.
- 1p 11 Welche Aussage stimmt mit dem 5. Absatz überein?
- A Die Forscher sind überrascht, dass ein Hund einen solchen Unterschied im Lebensstil des Menschen ausmacht.
 - B Hundebesitzer führen ein aktiveres Leben als Menschen ohne Hund.
 - C Ob ein aktiver Lebensstil mit dem Anschaffen eines Hundes zusammenhängt, ist nicht ganz deutlich.
 - D Von allen Teilnehmern an der Studie bewegen sich Menschen ohne Hund am wenigsten.
- Im letzten Absatz erteilen die Forscher einen Rat.
- 1p 12 An wen richten sie sich mit diesem Rat?
- A an Architekten und Stadtplaner
 - B an Hundebesitzer und andere Tierliebhaber
 - C an Tierärzte und Tierheime

Bronvermelding

Een opsomming van de in dit examen gebruikte bronnen, zoals teksten en afbeeldingen, is te vinden in het bij dit examen behorende correctievoorschrift.