

VOM VOLG FÜR CLEVERE MÄDCHEN UND SCHLAUE JUNGS

Volg

Januar/Februar 2012



Zauber-Punsch

Lawine:
Die weisse Gefahr

Fledermaus-Mütze
für die Fasnacht

Was geht ab?

fragen, raten, wissen

Die Gefahr in Weiss 4
Hey, schon gewusst, ... 23

lachen, hasteln, spielen

Witzecke 9
Comic 11
Fledermaus-Mütze
für die Fasnacht 12
Wettbewerb 15
Rätselcke 29

lesen, hören, sehen

Tierisches zum Lesen 25
Bau-Star: Ilja Schüler 30
HEY-Star: Lea 31

kochen, backen, essen

Rezept: Zauber-Punsch 35

schreiben, knipsen, zeichnen

Nur für euch 36



Geheimnisvolle 17 Raubkatze

Etwa 100 Luchse sind in der Schweiz zuhause. Doch kaum jemand sieht die Raubkatze je. Warum nur?

26 Interview mit einer Badenixe

Jennice (11) aus Azmoos ist Synchronschwimmerin. Sie schwimmt wie ein Fisch, ist beweglich wie eine Ballett-Tänzerin und kann fast 1 Minute den Atem anhalten.



32 Warum ist der Schwarztee schwarz?

Wächst Tee an einem Baum oder als Blume? Was ist der Unterschied zwischen Schwarz- und Grüntee? Volgi & Volgine haben nachgeforscht.



Von welcher Seite stammt dieser Bildausschnitt? Alle Rätselaufösungen und die HEY-Adresse findest du auf Seite 39.

Eine ganz besondere Eisbahn

Auf einem Wanderweg Schlittschuh laufen? Das kann man! Im Kanton Graubünden liegt ein 3 Kilometer langer Eisweg. Einmal angeben und losdüsen! Super!



**Skateline
Albula**
in Surava
Vom 24.12.11 bis
29.2.2012
www.skateline.ch

Diese Eisbahn ist ganz speziell. Sie ist kein viereckiges Feld, sondern eher eine Piste. Man fährt darauf nicht entlang der Banden im Kreis, sondern 3 Kilometer weit durch den Wald.

Diese besondere Eisbahn heisst Skateline. Sie liegt im Bündner Albulatal

und ist ein vereister Wanderweg. Im einen Dorf ist der Start, im nächsten Dorf das Ziel. Besonders cool: Die Skateline geht immer leicht bergab. Da muss man vor allem eins können: bremsen! Und wenn man im Ziel eingefahren ist, bringt einen ein Bus wieder an den Start.



Cool – auf Schlittschuhen unter Tannen durchdüsen.

Übrigens: Diesen Winter wird die Skateline 10 Jahre alt. Darum fahren am 15. Januar und 12. Februar 2012 alle Kinder gratis.

Spotlight!

Die Gefahr in Weiss

Krawumm! Volgi & Volgine hören ein lautes Donnern. Doch der Himmel ist wolkenlos. Wie geht denn das? In der Ferne entdecken die beiden die Antwort.



Eine weisse Wolke kracht weit weg über Felsen hinunter ins Tal. Es ist eine Lawine. Sie macht also solchen Lärm! Zum Glück ist das Tal unbewohnt. Denn manche Lawinen haben mächtig viel Kraft und können ganze Tannen und Häuser mitreissen.

Rutschender Schnee
Eine Lawine ist Schnee, der sich von einer Schneedecke löst und talwärts rutscht. Daher auch der Name: «Lawine» kommt vom lateinischen Wort «labina». Das bedeutet «das Rutschen». Aber warum kommt Schnee überhaupt ins Rut-

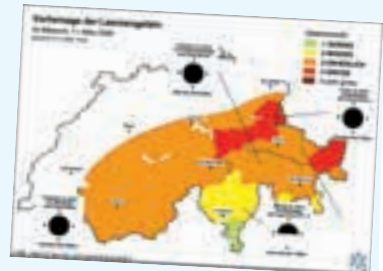
schen? Dafür gibt es mehrere Gründe. Lawinen entwickeln sich, wenn viel Schnee fällt, heftiger Wind den Schnee verfrachtet (also von einem Ort zum anderen zügelt), ein Hang sehr steil und schattig ist oder wenn die Temperatur plötzlich stark steigt.



Werden Menschen verschüttet, rücken Helfer und Hunde zur Suche aus.

Das Daheim der Schneeforscher

In einem Gebäude in Davos dreht sich alles um Schnee und Lawinen. Es heisst SLF – Institut für Schnee- und Lawinenforschung. Hier arbeiten viele Forscher. Sie untersuchen, wie gross die Lawinengefahr ist, und verfassen das Lawinenbulletin. Das Lawinenbulletin zeigt, wie hoch die Lawinengefahr ist. Grün bedeutet «gering», rot bedeutet «gross».



Die Forscher suchen aber auch nach Antworten auf Fragen wie «Wie schnell ist eine Staublawine?» oder «Wie schützt sich der Steinbock vor Lawinen?» www.slf.ch



Ein weiterer Auslöser kann der Schnee selbst sein. Denn eine Schneedecke besteht aus mehreren Schichten. Wenn diese nicht genug fest miteinander verbunden sind, reicht ein Auslöser (zum Beispiel ein Skifahrer) – schon löst sich ein Teil der

Schneedecke und rutscht los.

Überraschendes

In der Schweiz sterben jedes Jahr durchschnittlich 25 Menschen in einer Lawine. Fast alle Opfer waren abseits der Pisten unterwegs und haben die Lawine selbst

Vom Brett und vom Staub

Es gibt verschiedene Arten von Lawinen. Die wichtigsten heissen Schneebrett, Staub-Lawine, Nassschnee-Lawine, Lockerschnee-Lawine und Gleitschnee-Lawine.



Das Schneebrett

Das Schneebrett ist die gefährlichste Lawine für Wintersportler. Allein das Gewicht eines Skifahrers reicht: Die Schneedecke bricht ab und rutscht wie ein Brett ins Tal. Schon ein kleines Schneebrett kann einen Skifahrer verschütten.



Die Lockerschnee-Lawine

Sie entsteht an einem Punkt und breitet sich in Form einer Birne aus.



ausgelöst. Wann und wo genau eine Lawine zu Tal geht, weiss niemand im Voraus. Forscher können aber einschätzen, wie hoch die Gefahr ist. Sie erstellen im Winter 2 Mal am Tag ein Lawinenbulletin. In diesem Bericht bekommt jede Schweizer Bergregion eine Gefahrenstufe zugeteilt

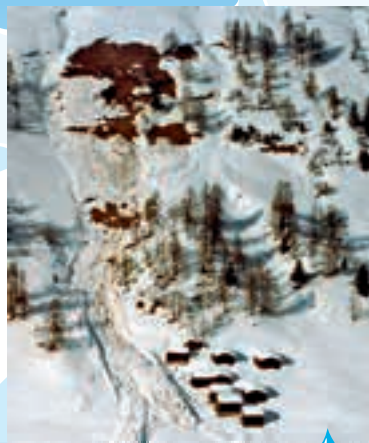
– von «gering» bis «sehr gross». Gilt in deinem Skigebiet die Gefahrenstufe «erheblich», sollte man unbedingt auf den präparierten Pisten bleiben.

In Sicherheit

Denn auf präparierten Pisten bist du so gut wie sicher vor Lawinen. Dafür sorgen Lawinen-

Überbauungen. Und wenn der Pisten dienst eine brenzlige Lawine vermutet, lässt er die Lawine in der Nacht sprengen. Die meist kleine Lawine donnert dann los, verletzt aber niemanden. Am anderen Morgen kannst du wieder unbesorgt lossausen.





Die Gleitschnee-Lawine

Eine ganze Schneedecke reißt ab und gleitet auf der rutschigen Wiese weg.



Die Nassschnee-Lawine

Nassschnee-Lawinen entstehen aus Schneebrettern oder Lockerschnee-Lawinen. Sie kommen häufig vor, wenn's schnell wärmer wird oder wenn's regnet.

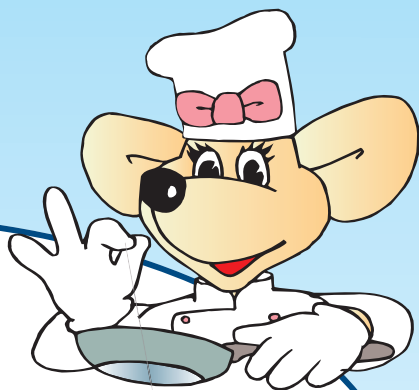


Die Staub-Lawine

Wenn ein Schneebrett über ein besonders steiles Gelände stürzt, vermischt sich der Schnee mit Luft. Es entsteht eine Staubwolke. Sie wird bis 100 Meter hoch und ist die Rakete unter den Lawinen: Gegen 300 km/h schafft sie! Darum schiebt die Staublawine eine enorme Druckwelle vor sich hin. Diese Welle drückt Tannen und Häuser nieder.



Volg
frisch und fründlich



Frischer Fisch *frisch* gefischt!

Volg-Fischsticks sind ganz knusprig, ganz ohne Gräten und ganz einfach zu kochen. Volgine kann sie sogar selber braten. Alle Kinder lieben sie, und Fisch ist sehr gesund!

*Volg Hausmarken.
Ist doch naheliegend.*



Erich fragt seinen
Lehrer: «Wissen Sie, warum
Elefanten rote Augen haben?»
Lehrer: «Nein, weiss ich nicht.»
Erich: «Damit sie sich besser im Kirschbaum
verstecken können.» Lehrer: «Aber Erich,
hast du schon mal einen Elefanten auf einem
Kirschbaum gesehen?» Erich: «Da sehen Sie,
wie gut sich Elefanten verstecken können!»
David (5) aus Wetzikon



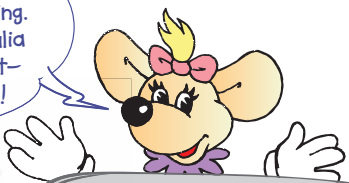
«Mama, schau, der ist mir nachgelaufen. Darf ich ihn behalten?»

Liegen 2 Steine
nebeneinander in
der Wüste. Sagt
der eine Stein:
«He du!» Sagt
der andere
Stein: «Psst!
Steine können
nicht sprechen.»
Moritz (9) aus
Therwil

Gast zum Kellner: «Bringen
Sie mir bitte ein Steak: gut
abgehangen, genau 240
Gramm, ohne Fett und nur
kurz gebraten.» Darauf der
Kellner: «Sehr wohl, der
Herr. Und welche Blutgruppe
soll das Rind haben?»
Noemi (9) aus Amlikon

Nina steigt mit ihrem
Vater in die Berge. Fragt der
Vater: «Bist du schwindelfrei?»
Antwortet Nina: «Nein, manchmal
schwinde ich schon ein bisschen.»
Vanessa (10) aus Pragg-Yenaz

Der Witz von Julia
(7) aus Staufen ist
unser neuer Liebling.
Darum gewinnt Julia
einen Einkaufsgut-
schein vom Volg!



Dr Sohn frägt dr
Ätti: «Wo ischt dr
Äquator?»
Dr Ätti antwortet:
«Fräg z Mueti, die
vrshotoret* geng alls!»
Remo (6) aus Grindelwald
* verräumt



Lieblingwitz
Sagt die Holzwurm-Mutter zu
ihren Kindern: «Es ist schon
spät. Ab ins Brettchen!»

GEWINNE!
*** www.hey-volg.ch ***
Jeder neue Lieblingwitz
wird mit einem 10-Fran-
ken-Einkaufsgutschein
vom Volg belohnt. Also
schick auch du HEY
deinen besten Witz und
leg ein Foto von
dir bei!
Kennwort: Witzecke



Für uns der Größte!

VIEL GLÜCK LIEBS MAMI!

Comic



Geht nicht zu weit, Kinder. Bald bringt Frau Tanner die Torte!

Komm, Volgine. Bis dann machen wir ein Spiel!



Ein guter Werfer.

Was bin ich, wenn ich von hier aus den Pfosten treffe?



Volltreffer!



O.k., richtig gut bist du aber erst, wenn du die Schaufel triffst!



Getroffen! Und was bin ich, wenn ich den langen Zaunpfahl treffe?

Das schaffst du nie!



Volltreffer! Die Torte fürs Mami ist futsch!

Die Flügel schwingen,
sobald sich Yanick
und Meret bewegen!


Fledermaus-Mütze für die Fasnacht

Hast du schon ein Kostüm
für die Fasnacht? Meret (7)
& Yanick (9) aus Davos
verkleiden sich als Fleder-
mäuse. Das ist ganz einfach.


Für 1 Fledermaus-Mütze brauchst
du 1 schwarze Mütze (keine
gestrickte), schwarzen und
weißen Moosgummi, einen weißen
Farbstift, Schere, Bostitch, Leim.

1. Als Erstes zeichnen Meret
& Yanick auf den schwar-
zen Moosgummi 2 Fleder-
mausflügel. Jeder Flügel
ist etwa 2 Hände lang.
Dann schneiden Meret &
Yanick die Flügel aus.







2. Nun zeichnet Meret 2 Ohren auf den schwarzen Moosgummi. Jedes Ohr ist etwa so lang wie der kleine Finger. Meret schneidet die Ohren aus.



3. Jetzt bostitchen Meret & Yanick vom Innern der Mütze her beide Flügel und Ohren an die Mützen. Yanick klemmt die Kante eines Flügels zwischen den Stoff der Mütze. Jetzt ist es wie ein Sandwich: Stoff, Moosgummi, Stoff.



4. Meret bostitcht das Sandwich zusammen. Gegenüber des befestigten Flügels bostitcht Yanick dann auch den anderen Flügel. Zwischen die beiden Flügel bostitcht er die Ohren.



5. Meret & Yanick schneiden 4 Kreise aus: 2 grössere aus weissem Moosgummi, 2 kleinere aus schwarzem Moosgummi. Sie bostitchen die weissen Kreise unter die Ohren an die Mütze. Zum Schluss kleben sie die schwarzen Kreise auf die weissen Kreise.

Kinder
lieben



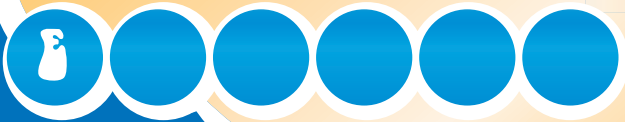
Wettbewerb: Was kommt zuerst?



Im Jahr 2012 dürfen wir uns auf viele Ereignisse freuen. Als Nächstes kommt die Fasnacht. Wie geht es weiter? Leg die Karten in die richtige Reihenfolge, so entsteht ein Lösungswort.



LÖSUNGSWORT:



GEWINNE!

*** www.hey-volg ***

Schicke das Lösungswort bis zum **17. Februar 2012** an HEY. Zu gewinnen gibt es 50 süsse Maoam-Überraschungs-Pakete.

Kennwort: Wettbewerb





Schwyzer Milch – auch im Winter cool

Schwyzer Milchhuus AG, CH-6430 Schwyz, www.milchhuus.ch





Geheimnisvolle Raubkatze

Gegen 100 Luchse streifen durch die Schweiz. Zu sehen bekommt sie aber kaum jemand. Man könnte fast meinen, die Raubkatzen seien unsichtbar.

Es wird langsam dunkel in der Schweiz. Die Läden schliessen, die Strassen leeren sich. Jetzt schleicht der Luchs aus seinem Versteck. Hier hat er den Tag über gedöst. Mit der Dämmerung beginnt für ihn der Tag.

Deckung im Holz
Geräuschlos schleicht der Luchs durch den Wald. Er streift einsam zwischen den Bäumen umher, springt von Fels zu Fels, überquert Bäche und schleicht durchs Gestrüpp. Im dichten

Unterholz fühlt sich der Luchs besonders wohl. Es bietet ihm gute Deckung. Hier und da knackt ein Ast. Manchmal ruft der Uhu. Sonst ist es im Wald mucks-mäuschenstill.

Der Luchs

Name: Eurasischer Luchs
(Lynx Lynx)

Familie: Katzen

Merkmale: Pinsel (Ohren-Haare), Barthaare, kurzer Schwanz mit schwarzer Spitze

Nahrung: am liebsten Rehe und Gämsen



Luchs-Pfoten sind breit und dicht behaart. Der Luchs kann mühelos über Schnee gehen.

Auf kleinem Raum

Der Luchs fühlt sich wohl in der Schweiz. Doch es gibt Probleme. Die Luchse breiten sich nämlich nicht aus. Dörfer, Autobahnen und Flüsse sind zu grosse Hindernisse. Die Luchse teilen die Reviere lieber untereinander auf, als neue zu erobern.

In der Westschweiz lebten immer mehr Luchse. In der Ostschweiz dagegen keine. Also siedelte man einige Luchse aus der West- in die Ostschweiz um. Ob sich die Luchse nun gleichmässiger ausbreiten, wird sich erst noch zeigen.

Sicher im Dunkeln

Inzwischen erkennt man die Bäume nicht mehr. Im Wald ist es stockdunkel. Doch der Luchs findet sich mühelos zurecht. Denn er sieht im Dunkeln 6 Mal besser als ein Mensch. Und er hört ein Reh schon aus 500 Metern Entfernung. Das schafft er unter anderem dank der Barthaare. An ihnen spürt der Luchs

Schallwellen. Schallwellen werden ausgelöst von Geräuschen. Oft liest man, dass auch die Pinsel (Härchen auf den Ohren) fürs bessere Hören dienen. Forscher zweifeln aber, ob das wirklich stimmt.

Jedem sein Revier

Der Luchs streift durch sein Revier. Das ist etwa 100 km² gross (also 10 km x 10 km).

Jeder Luchs hat sein eigenes Revier. Gibt es dort viel zu fressen für den Luchs, ist das Revier kleiner. Gibt es wenig zu fressen, ist es grösser. Denn der Luchs muss ja auch weiter umherziehen, um Beute zu finden.

Auf der Lauer

Nun kauert der Luchs reglos im Laub. Er wartet auf Beute. Am liebsten frisst der Luchs Rehe und



In Tierparks siehst du den Luchs oft auf Bäumen (oben). In der Wildnis aber bleibt er lieber am Boden. Seine Beute springt der Luchs aus dem Versteck an (unten).



Wie kommt man dem Luchs auf die Spur?

HEY fragte den Luchs-Experten Urs Breitenmoser.

Volgi: Weshalb sieht man so gut wie nie einen Luchs?

Urs Breitenmoser: Luchse sind sehr selten. Zudem wollen sie sich nicht verraten. Denn sie sind Überraschungsjäger.

V.: Besteht die Chance, einen freilebenden Luchs zu sehen?
U.B.: Das ist fast unmöglich. Dafür kann man ihn hören: Während der Paarungszeit im März hört man ihn manchmal «ma-u» rufen.

V.: Hinterlässt er Spuren?
U.B.: Ja, mit etwas Glück kann man seinen Pfoten-Abdruck im Schnee finden. Er sieht aus wie der einer Katze: eine runde Pfote mit 4 Zehen ohne Krallen. Der Abdruck ist etwa so gross wie der einer Hundepfote. Eine weitere Spur sind die Überreste seiner Mahlzeiten. Das Skelett der Beute bleibt meistens ganz. Knochen und umgestülptes Fell sind säuberlich abgenagt.



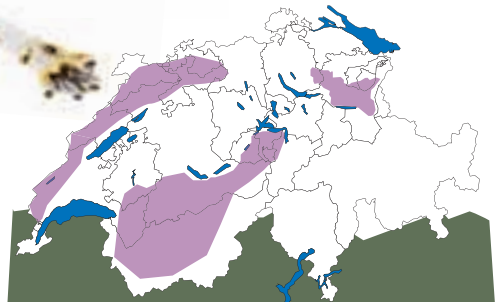
Einfach beobachten kannst du den Luchs in Tierparks.
www.wild.uzh.ch/lynx

Gämsen. Etwa eines dieser Tiere braucht er pro Woche, um satt zu sein.

Der Luchs ist ein Überraschungsjäger. Er hetzt seine Beute nicht, sondern lauert ihr auf. Dann schleicht er sich an und tötet das Tier mit einem Biss in den Hals. Der Luchs zerrt die Beute ins Gestrüpp und deckt es mit Laub und

Ästen zu. In den nächsten Nächten kehrt er zurück zum Fressen.

Doch noch wartet der Luchs auf seine Beute. Das kann Stunden, manchmal sogar mehrere Nächte lang dauern. Am anderen Morgen wird man davon nichts mehr sehen.



Wieder zurück

Vor etwa 100 Jahren wurde in der Schweiz viel Wald gerodet. Der Luchs verlor sein Zuhause und fand keine Nahrung mehr. Er verschwand. Vor

30 Jahren holte man einige Luchse aus der Slowakei und setzte sie in der Schweiz aus. Heute leben etwa 100 der Raubkatzen bei uns. Wo, siehst du oben auf der Landkarte.





Volg Ketchup
passt perfekt zu
fast allem!

Der Farbtupfer
für unser Menü!



... warum wir Fieber bekommen?

- Der Körper schützt sich.
- Der Körper will sich selber wärmen.
- Die Bakterien heizen den Körper auf.



Deine Stirne glüht, du fühlst dich hundeeelend! Vor Volgines Spritze brauchst du dich trotzdem nicht zu fürchten. Fieber selbst ist nämlich keine Krankheit. Fieber ist ein Zeichen, dass dein Körper gegen Viren oder Bakterien kämpft. Denn wenn dein Körper sich gegen diese Eindringlinge wehrt, steigt deine Körpertemperatur.

Hey, schon gewusst, ...

... wie man auf Englisch dem Ton eines Frosches sagt?

- Quak
- Ribbit
- Muuh



Man könnte ja meinen, dass Tierstimmen in allen Sprachen gleich sind. So ist es aber nicht. Bei uns macht der Frosch «quak», in Amerika macht er «ribbit». Weitere Beispiele: Das Kickerikii des Hahns heisst auf Englisch Cock-a-doodle-doo (sprich: Cock-a-dudl-duu) und das Wuff vom Hund heisst Ruff (sprich: Raff).

... woher die automatische Ansage im Bus weiss, welche Haltestelle als nächste kommt?

- Der Chauffeur drückt einen Knopf.
- Die Zeit wird gemessen.
- Das GPS löst die Ansage aus.



... was ein Flughund ist?

- Ein Verwandter der Fledermaus.
- Ein Hund, der per Flugzeug verreist.
- Eine bestimmte Dackelrasse, die besonders weit springen kann.

Der Flughund heisst so, weil sein Gesicht jenem eines Hundes gleicht. Aber eigentlich ist er eine Fledermaus. Der Flughund ist in Afrika, Asien und Australien daheim. Er frisst kein Fleisch. Und bellen kann er auch nicht. (Ein Flughund-Bild siehst du auf Seite 39.)



Joe Schmid von den Verkehrsbetrieben Zürichsee und Oberland kennt die Antwort: «Alle unsere Busse haben einen GPS-Sender. Dank diesem wissen wir von jedem Bus auf den Meter genau, wo er gerade ist. Kommt der Bus an einer bestimmten Stelle vorbei, wird automatisch die nächste Haltestelle angesagt.»

**„Mmmh... dieser
Schatz schmeckt ganz
schön lecker“**



**Knusprig und
köstlich, Poulet
Nuggets für echte
Schatzsucher!**

Der geheime Zoo

Noahs Schwester ist plötzlich verschwunden. Alles deutet darauf hin, dass sie im Zoo ist. Als sich Noah dorthin auf die Suche macht, warten die Tiere schon auf ihn. Wieso nur?



Rororo, 288 Seiten
ab 9 Jahren, Fr. 19.50

Mr. Poppers Pinguine

Als Mr. Popper 6 Pinguine erbt, gerät sein Leben drunter und drüber. Seine Luxuswohnung in New York verwandelt sich in eine Winterlandschaft – das Abenteuer beginnt!
Fox, DVD, ca. 90 Minuten
Fr. 19.90



Tierisches zum Lesen Hören, Sehen

Das tapfere Prinzlein und die sieben Zwergbären

Eines Tages entdecken die sieben Zwergbären eine Unbekannte in ihren Betten. Sie eilen zum tapferen Prinzlein. Es soll ihnen helfen. Doch das tapfere Prinzlein ist kein bisschen tapfer.
Carlsen, 32 Seiten
ab 10 Jahren, Fr. 14.90



3D Entdecker Dinosaurier

Klappe dieses Buch auf und lass dich in die Urzeit katapultieren! Die coolen Pop-ups zeigen, wie es in den Tagen des Tyrannosaurus & Co. zu und her gegangen ist.

Dorling Kindersley
32 Seiten, Fr. 21.90



GEWINNE!

*** www.hey-volg.ch ***

Volgi & Volgine verlosen 3 Bücher «Das tapfere Prinzlein und die sieben Zwergbären». Schicke HEY bis zum 17. Februar 2012 eine schöne Zeichnung, schon bist du bei der Verlosung dabei!
Kennwort: Prinz



schneller, höher, weiter

Die Badenixe heisst Jennice (11), kann im Wasser den Spagat machen und die ganze Länge des Hallenbads (25 Meter!) tauchen! Ihr Hobby: Synchronschwimmen.



Das ist Jennice

Jennice kommt aus Azmoos und gehört seit der 1. Klasse zu den Synchronschwimmerinnen des SC Flös in Buchs SG. Sie trainiert 4 Mal pro Woche. Zur Gruppe gehören 11 Mädchen. Auch Jungs wären willkommen.

Interview mit einer Badenixe



Volgine: *Wie lange kannst du die Luft anhalten?*

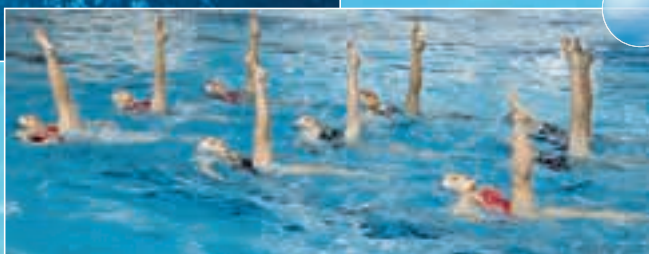
Jennice: 55 Sekunden. Aber das ist nicht das Schwierigste beim Synchronschwimmen.

Was dann?

Zwischen den Figuren schnell Luft zu holen.

Beim Synchronschwimmen schwimmst du eine Art Tanz zu Musik. Wie schaffst du es, passend zur Musik und gleichzeitig mit deinen Kolleginnen zu «tanzen»?

Jennice kann auch unter Wasser mit offenem Mund lächeln (oben). In der Gruppe müssen alle die Figuren gleichzeitig schwimmen (rechts).



Das gehört dazu

Jennice trägt einen Nasenklemmer, damit ihr kein Wasser in die Nase kommt. Fürs Training gehören auch Schwimmbrille und Badekappe zur Ausrüstung. An Wettkämpfen trägt Jennice ihr besonders schönes Badekleid mit Pailletten. Auch eine dicke Schicht Schminke gehört dann zum Outfit. Damit die Frisur im Wasser nicht kaputtgeht, schmiert Jennice aufgelöste Gelatine ins Haar. Das wirkt wie extra-starkes Haar-Gel.

Worum geht es?

Synchronschwimmen ist wie Ballett im Wasser. Die Schwimmerin zeigt einzeln oder in der Gruppe verschiedene Figuren zu Musik. Die Figuren müssen synchron sein zur Musik und zu den Bewegungen der anderen Schwimmerinnen.

Synchron =
gleichzeitig



An einem Auftritt trägt Jennice Schminke und hat Gelatine im Haar.

Wir sehen einander. Wir hören aber auch die Musik. Unsere Trainerin hängt eine wasserdichte Musikanlage ins Becken. Das Wichtigste aber ist, dass wir zur Musik mitzählen. Ich zähle für mich im Takt der Musik immer wieder auf 8. So weiss ich: auf 1 kommt das Bein rauf, auf 4 zieh ich es an ...

Das braucht ja riesige Konzentration! Allerdings. Synchronschwimmen braucht aber auch Muskeln,

denn wir paddeln ja ständig. Man muss beweglich sein wie im Ballett und sehr gut schwimmen können.

Wow!

Es ist ein sehr harter Sport. Zum Aufwärmen schwimmen wir 1 Kilometer weit und 1 Mal im Monat gibt's einen kleinen Test. Da messen wir zum Beispiel, wie schnell wir 200 Meter weit schwimmen können, wie viele Rumpfbeugen wir schaffen und wie viele Zentimeter bis zum Spagat noch fehlen.



Beweglich wie eine Ballett-Tänzerin: Synchronschwimmerin Jennice.



Selber probieren

Leg dich auf dem Rücken ins Wasser. Unter deinem Po bewegst du die Arme wie ein Scheibenwischer. Jetzt ziehst du ein Bein an, bis der Fuss beim Knie ist. Dieser Figur sagt man Beugeknie.

www.scfloesbuchs.ch
Jennices Verein
www.fsn.ch

Liste mit Synchronschwimm-Vereinen

Eine Packung - so gross wie unsere Familie!

Gummibärli von
Volg Familienpreis:
grosse Packung
zum kleinen Preis!



Welcher Schatten passt zum Schneemann?



(A)

(B)

(C)

(D)

Wie weiter?

3, 6, 9, 12, 15, __

2, 6, 10, 14, 18, __

4, 4, 8, 12, 20, __

1. 2. 3. 2. 3. 4. 3. 4. 5. __

Schnee-Wörter

Im Schneesturm haben sich 8 Wörter versteckt. Stellst du sie vor oder hinter das Wort «Schnee», entsteht ein neues Wort. Achtung: 1 Wort passt nicht vor oder hinter «Schnee». Welches?



Handschuhe gesucht

Volgine vermisst ihre Handschuhe. Findest du sie?



Ich suche meine Handschuhe!
So sehen sie aus: rot, mit blauem Daumen, einer grünen Rose.
Danke für jeden Tipp, Volgine

Treffen im Schnee

Wie viele verschiedene Tiere haben im Schnee ihre Spuren hinterlassen?



lesen, hören, sehen

Ilja Schüler baut die Modelle nach einem ganz genauen Plan.

Name: Ilja Schüler
Beruf: Modelshop Manager
im Legoland
Traumfigur: Kolosseum in Rom



Bau-Star: Ilja Schüler

Hast du dich auch schon gefragt, wer all die Figuren und Gebäude im Legoland baut? Modellbauer Ilja Schüler (42) zum Beispiel. Er baut wochenlang an einem Modell!



Ilja Schülers liebstes Modell ist das Brandenburger Tor.

«Ich spiele den ganzen Tag mit Lego», sagt Ilja Schüler. Da hat er natürlich ein bisschen geschummelt. Denn Herr Schüler baut die Modelle fürs Legoland nicht frisch von der Leber weg.

Als Erstes zeichnet er einen ganz genauen Plan des Modells. Dann berechnet Herr Schüler, wie viele Steine in welchen Farben und Formen

er für das Modell braucht. Und erst danach beginnt das Bauen. Herr Schüler verklebt die Steine miteinander, damit das Modell länger hält. Am Schluss besprüht er das Kunstwerk mit einem speziellen Lack, der die Steine vor dem Verbleichen schützt. Herr Schülers liebstes Modell ist das Brandenburger Tor. Rate mal, wie lange er daran gebaut hat.

390 Stunden! Das sind fast 4 Arbeitswochen!

Herr Schüler baut aber nicht nur neue Modelle. Er und die anderen 15 Modellbauer im Legoland putzen und reparieren auch ältere Bauten – besonders jetzt im Winter, wenn das Legoland geschlossen ist.

Der Weg zum Modellbauer

«Als Modellbauer braucht man Fantasie, Ausdauer und räumliche Vorstellungskraft», sagt Herr Schüler. Eine Ausbildung zum Modellbauer gibt es aber nicht. Herr Schüler arbeitete noch in einem Büro, als er sich als Modellbauer im Legoland bewarb.



Karateka Lea hat an Wettkämpfen schon 6 Medaillen abgeräumt.

Name: **Lea**
 Wohnort: **Dürnten**
 Geburtsdatum: **8 Februar 2000**
 Hobbys: **Karate / Mit Freunden spielen**
 Lieblingsfach: **Sport / Handarbeit**
 Unterschrift:

HEY-Star:

Lea

In Deckung, Freunde. Hier kommt Lea (11) aus Dürnten. Sie hat den grünen Gurt in Karate!



Auch nach dem Training ist Lea voller Power.

Von weiss bis schwarz

Die Farbe des Gurtes sagt, wie fortgeschritten ein Karateka ist. Anfänger tragen einen weissen Gurt. Dann folgt der gelbe, orange, grüne, blaue, braune und schwarze Gurt. Die Prüfung für den schwarzen Gurt darf man erst mit 18 Jahren antreten.



Lea zieht ein letztes Mal ihren Gurt fest, dann legt sie los. Pfeilschnell holt sie mit den Armen aus, zerschneidet mit den Händen die Luft, dann ein Fusstritt, ein grosser Schritt nach vorne, wieder ein Fusstritt, ein lautes «Kiai!». Alles blitzschnell. Alles mit ernster Miene. Lea steht versteinert da. Dann entspannt sie sich und lächelt wieder.

«Das war eine Kata», erklärt Lea etwas ausser Atem. «Eine Kata ist eine Abfolge aus mehreren Karate-

Techniken. Sie müssen in genauer Reihenfolge gemacht werden. Für eine Kata braucht man keinen Partner.»

Lea weiss Bescheid: Sie ist seit 2 Jahren eine Karateka (Karate-Kämpferin). «Im Karate kann ich meine Wut rauslassen und halte mich fit», sagt Lea. «Nach einem Training bin ich nicht k.o., sondern voller Energie!», sagt Lea und holt schon aus für die nächste Kata.

MACH MIT!
 ** www.hey-volg.ch **
 Was ist deine Spezialität? Schreibe es HEY, dann ist auf dieser Seite vielleicht schon bald ein Bericht über dich!
 Kennwort: HEY-Star

Schwarztee wächst als grünes Blatt. Schwarz wird erst in der Teefabrik.

Warum ist Schwarztee schwarz?

1 In den Hügeln Indiens, dort wo es immer um etwa 19 Grad warm ist, liegen weite Teefelder. Auch in Afrika und Sri Lanka wird Tee für Schwarztee angebaut.



2 Tee wird aus Teeblättern gemacht. Sie wachsen an einem Strauch. Der ist das ganze Jahr über voller grüner Blätter.

Schwarztee putscht auf. Denn er enthält Koffein. Dieser Wirkstoff kommt auch in Kaffee vor.

Schwarz- und Grüntee werden aus den Blättern der gleichen Pflanze gewonnen. Der Unterschied: Die Oberflächen der Grüntee-Blätter werden nicht aufgerissen. Der Saft bleibt in den Blättern.

Der Schwarztee Darjeeling hat seinen Namen von einer Region in Indien.

«Ich lass dich nicht hängen»

Ein heißes Mitbringsel: aus Papier Kärtchen schneiden (ca. 3 x 3 cm), Text draufschreiben (z.B. «Ich lass dich nicht hängen»), Kärtchen mit Poststich an den Zettel am Schnur-Ende heften.



EINLADUNG
ZUM
ZVIERI
16.1.12
16:00 Uhr

3 Frauen pflücken die jungen Teeblätter. Sie legen die Blätter in einen Sack, den sie um den Kopf tragen. Die Frauen bringen den Sack in die Teefabrik.



4 In der Teefabrik lässt man die Blätter welken (Bild oben). Dann werden sie in einer Maschine gerollt. Das Rollen reisst die Oberfläche der Blätter auf. Der Saft tritt aus den Blättern und trocknet an den Blatt-Oberflächen an. So erhalten die Blätter die dunkelrote Farbe. Dieser Vorgang heisst Fermentierung. Schliesslich werden die Blätter getrocknet. Jetzt verfärben sie sich schwarz. Der angetrocknete Saft löst sich erst, wenn wir den Tee in heisses Wasser geben. Er verfärbt das Wasser dunkel.

Verfärbt Tee kaltes Wasser?

Die Tasse links ist mit heissem Wasser gefüllt, die Tasse rechts mit kaltem Wasser. Ins heisse Wasser hat Volgi einen Teebeutel gehängt. Das Wasser verfärbte sich rasch. Jetzt hängt Volgi auch ins kalte Wasser einen Beutel. Was passiert?



Das Wasser verfärbt sich nur langsam. Denn Wasser besteht aus vielen kleinsten Teilchen, sogenannten Molekülen. Sie bewegen sich ständig. Besonders zackig sind die Moleküle unterwegs,

wenn sie erwärmt werden. Dann stossen sie ständig aneinander und können Informationen schnell weitergeben. Darum löst sich der Wirkstoff im heissen Wasser rasch auf und verteilt sich.

In kaltem Wasser bewegen sich die Moleküle langsamer (aber immer noch mit 500 Metern pro Sekunde!). Das Verfärben dauert länger.

Noch mehr zum Experimentieren gibt's im Technorama in Winterthur. www.technorama.ch



*Schnapp dir
die Erfrischung
des Frühlings.*



**NEU IM
KÜHLREGAL**

Ein schaumig frischer Mix aus bester
Schweizer Milch und ausgesuchten
Zutaten. Lass dich verzaubern:

*Milk Shake Erdbeere
von Emmi.*



Zauber- Punsch



30 Minuten



einfach

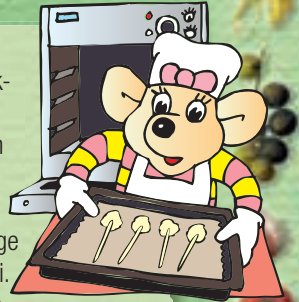
Für 2 Tassen Zauber- Punsch brauchst du:

5 harte Täfel (z.B. Ricola Zitronenmelisse), 1½ Tassen Wasser, Früchtetee, ½ Tasse Orangensaft, 1 Zimt-Stange, 3 Teelöffel Vanillezucker.



1. Wir starten mit den Zauberstäben. Lasst uns im Mörser 5 Täfel zermahlen!

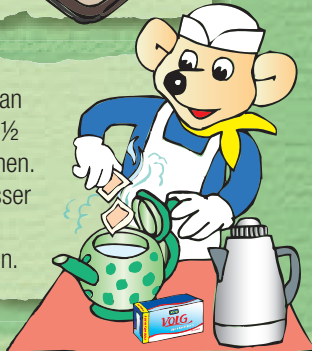
2. Ich belege ein Blech mit Backpapier. Darauf streue ich mit dem Täfel-Pulver 4 Häufchen. Auf jedes Häufchen lege ich ein Holzspiessli. Ich heize den Ofen auf 200 Grad vor.



3. Jetzt schiebe ich das Blech in den Backofen und zähle bis 20. Das Täfel-Pulver schmilzt! Ich zieh das Blech vorsichtig aus dem Ofen und lasse die Zauberstäbe auskühlen.

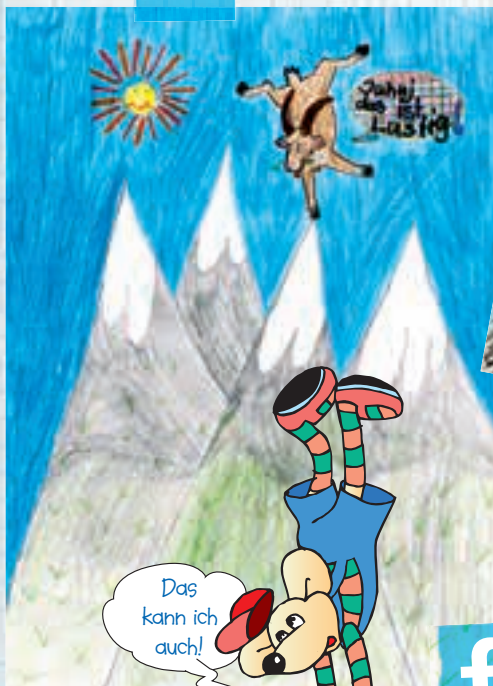


4. Jetzt machen wir uns an den Punsch! Ich bringe 1½ Tassen Wasser zum Kochen. Dann giesse ich das Wasser in einen Krug und gebe 2 Beutel Früchtetee hinein.



5. Nach 5 Minuten ziehe ich die Teebeutel aus dem Krug. Ich rühre ½ Tasse Orangensaft, 1 Zimtstange und 3 Teelöffel Vanillezucker in den Tee. Ich giesse den Punsch in 2 Tassen und rühre mit je 1 Zauberstab darin.





Das kann ich auch!

Kaja (8) aus Zäziwil



Nils (9) aus Elm

Nur für euch

Hallo Volgi und Volgine! Ich bin Sonja.

Ihr seid lustige Mäuse!

Ich heiße Carla. Wie gehts euch? Hoffentlich gut.

Sophie (12) aus Schwanden

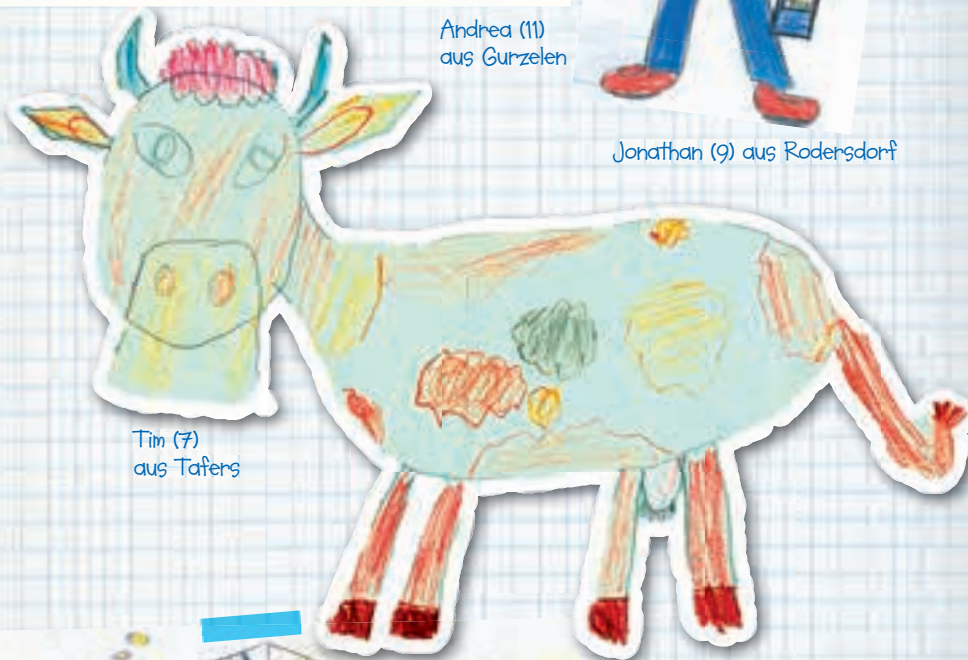




Andrea (11)
aus Gurzelen



Jonathan (9) aus Rodersdorf



Tim (7)
aus Tafers



Sita (12) aus Bäretswil



MACH MIT!
*** www.hey-volgi.ch ***

Diese Seiten sind nur für
euch reserviert! Volgi &
Voline freuen sich riesig
über eure Post.
Kennwort: Nur für euch



Caramelisierte Chiquita Bananen im Kokos-Reis



So wirds gemacht!

Rezept für 4 Personen

Zutaten

- 2 Chiquita Bananen
- ½ Vanilleschote
- 5 dl Kokosmilch
- 2½ dl Wasser
- 150 g Milchreis
- 1 EL Rohrzucker für den Reis
- 1 EL Rohrzucker zum Caramelisieren der Banane
- ½ TL Zimt
- 1 EL Butter

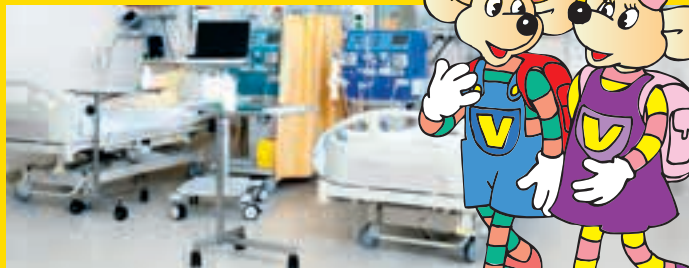
Zubereitung

Vanilleschote der Länge nach aufschneiden. Zusammen mit der Kokosmilch und dem Wasser aufkochen. Den Reis unter Rühren einrieseln lassen und auf mittlerer Stufe weich kochen. Die Vanilleschote entfernen. 1 EL Rohrzucker unterrühren. Chiquita Bananen schälen und in Scheiben schneiden. 1 EL Rohrzucker mit Zimt mischen und die Chiquita Bananen damit bestreuen. Die Chiquita Bananen in eine erhitzte Pfanne legen und so lange braten, bis der Zucker caramelisiert ist. Die Herdplatte ausschalten, die Chiquita Bananen wenden und die Butter beifügen. Die Chiquita Bananen in der Butter leicht schwenken. Den Kokos-Reis auf vier Dessertschalen verteilen und die caramelisierten Chiquita Bananen darauf anrichten.

Chiquita wünscht gutes Gelingen! Weitere tolle Rezepte gibt es auf chiquita.ch.

Vorschau

Im nächsten HEY gehen Volgi & Volgine ins Spital. Nein, ihnen fehlt nichts. Aber sie haben gehört, dass es dort eine Schule gibt. Wer besucht sie? Gibt es dort auch eine grosse Pause? Und müssen die Lehrerinnen weisse Kittel tragen? Hol dir im Volg ab dem **5. März 2012** kostenlos das druckfrische HEY – da erfährst du alles.



Lies mehr über mich auf Seite 23.

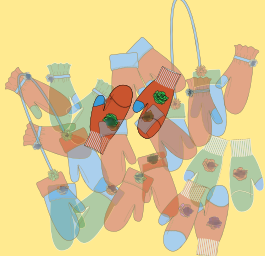


Auflösungen

Seite 2:
Der Bildausschnitt stammt von Seite 17.

Seite 29:
Schatten **D** passt zum Schneemann.

Das sind Volgines Handschuhe:



Das Wort **Feuer** passt nicht zu Schnee.

Im Schnee tummelten sich **9** Tiere.

Diese Zahlen folgen: **18, 22, 32, 4.**

Impressum

HEY erscheint 6-mal pro Jahr und ist in allen Volg-Läden kostenlos erhältlich.

Herausgeber: Volg Konsumwaren AG, Postfach 344, 8401 Winterthur, hey@volg.ch, www.volg.ch/volg-magazine

Idee, Konzept, Realisation: WRITE NOW Zürich, Corporate & Brand Publicity

Auflage: 100 000 Ex.

© WRITE NOW GmbH

Bilder

- S. 02: Photohunter/Fotolia.com; Dmitrii Designer/iStockphoto.com
- S. 03: Skateline Albula
- S. 04: WSL – Institut für Schnee- und Lawinenforschung SLF
- S. 05: SAC – Schweizerischer Alpenclub
- S. 06: Nikki Bidgood/iStockphoto
- S. 07: WSL – Institut für Schnee- und Lawinenforschung SLF; Ginger Ale/Fotolia
- S. 09: Godfrey Mark/Cartoonstock
- S. 15: Cruspi
- S. 17: Hendrik Fuchs/iStockphoto
- S. 18: Willi Rolfes/Zoonar
- S. 19: Anna Yu/iStockphoto; Eric Isselée/Fotolia
- S. 20: Christian Heinrich/Mauritius Images
- S. 23: Hans-Jürgen Krahl, Iiusa/Fotolia; VZO
- S. 29: Elena Kalistratova, Haze McElhenny, Robert Adrian Hillman/iStockphoto
- S. 30: Legoland
- S. 32: Anandha Krishnan, Dmitrii Designer/iStockphoto
- S. 33: Bartosz Hadyniak/iStockphoto; Bernd Jürgens/Fotolia, Sandra Kruse
- S. 39: Amrphoto, Craig Dingle/iStockphoto

In jede Post gehören immer auch Name, Adresse und Alter von dir!

ADRESSE

*** www.hey-volg.ch **

hey@volg.ch oder
Volg Konsumwaren AG
Kennwort €...
Postfach 344
8401 Winterthur



Knorrli Suppe*

für Gross und Klein,
ist im Winter immer fein

Jetzt mit 1 von 6 Knorr Magneten



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich