

VOM VOLG FÜR CLEVERE MÄDCHEN UND SCHLAUE JUNGS

HEM

Volg

September/Oktober 2015

Lesend rennen

Tempo, Tempo!

**Comic:
Alpabzug mit
Umwegen**



Was geht ab?

forschen, fragen, wissen

Mäusemail	3
Tempo, Tempo!	7
Lesend rennen	28
Hey, schon gewusst	31

spielen, machen, basteln

Fastfood – schnelles Essen	12
Star: Marcel Fässler	24
HEY-Star: Fabrizio	25
Nur für euch	36

lachen, raten, tüfteln

Rätlecke	11
Witzecke	23
Wettbewerb	27
Comic: Alpbazug mit Umwegen	32
Gewinner	32
Zeichnungswettbewerb	35



Wir basteln mit Lea eine «schaurig» herzige Fledermaus zu Halloween.



4

«Schaurig»

herzige Fledermaus



Marroni wachsen auf grossen Bäumen. Sie schmecken aber nicht nur gut vom «Marroni-Mann», man kann mit ihnen auch Brot backen. Volgi & Volgine zeigen wie – heiss, ganz heiss!



15

Brot vom Baum

Woher stammt dieser Bildausschnitt? Die Auflösung für dieses und alle anderen Rätsel sowie die HEY-Adresse findest du auf Seite 39.



Wer hat Angst vor ...

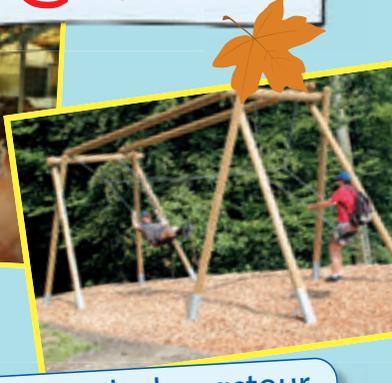
17



... dem Wolf? Die Raubtiere gibt es nicht nur im Märchen, wenige leben auch wieder in der Schweiz. Was ist Märchen, was ist wahr über den Wolf?



Da ist immer
etwas zu sehen!
4 Erlebniswelten in
der Schweiz, mit vielen
Veranstaltungen:
www.naturena.ch



● ● ● Mit allen Sinnen auf Entdeckungstour

Von: hey@volg.ch
Betreff: Mit allen Sinnen auf Entdeckungstour
Datum: bis im Oktober 2015
An: ALLE HEY-KIDS



Wandern, Landwirtschaft und die Natur erleben?
Hey, das macht Spass!

Extra für die ganze Familie gibt es in der Schweiz 4 Volg NATURENA-Erlebniswelten. Sie bestehen aus einem Erlebnisbauernhof, einem Sinnespfad zum Wandern und einem Naturprojekt. Auf dem Erlebnishof darf man sich als Besucher auf einem Bauernhof umsehen und es gibt viele Tiere. Auf dem Sinnespfad lassen sich an verschiedenen Stationen die Sinne testen und erforschen. Das Naturprojekt zeigt den Lebensraum für eine Vielzahl von Tieren und Pflanzen. Das sind Ausflüge für den ganzen Tag. Eine von vier Volg NATURENA-Erlebniswelten liegt bestimmt in eurer Nähe!

Liebe Grüsse
Eure Volgi & Volgine





SCHAURIG

«HERZIGE»

FLEDERMAUS

Für eine Fledermaus brauchst du:

- 1 Holzstecken aus dem Garten oder Wald
- Zeitungspapier, Alufolie
- schwarze Stoffreste
- 1 Bogen schwarzes Moosgummi
- 1 weisses Blatt Papier
- Schnur
- 1 schwarzen und weissen Stift
- Schere
- Bastelkleber

Rechtzeitig für Halloween am 31. Oktober bastelt Lea (7) aus Maladers eine schaurig «herzige» Fledermaus als Deko.



1

Lea nimmt ein Blatt Zeitungspapier und knüllt es zu einer Kugel. Diese umwickelt sie mit einem Stück Alufolie.



2

Aus Stoffresten schneidet Lea ein Viereck aus und bindet dieses mit Schnur um die Kugel am Holzstecken fest. Mit etwas Hilfe geht das am besten!



Die Papier-Alufolien-Kugel öffnet Lea noch mal etwas, macht ein Loch und gibt etwas Bastelkleber hinein. Damit klebt sie den Holzstecken hinein und wartet etwas, bis es trocken ist.

Tipp: Mach in die herunterhängenden Stoffzipfel Knöpfe, so sieht es wie Füße aus!



4

Die Flügel: Lea malt zwei Fledermausflügel mit einem weissen Stift auf das schwarze Moosgummi, schneidet sie aus und klebt sie links und rechts an die Fledermaus.



5

Ganz nach ihrer Fantasie schneidet Lea aus weissem Papier Augen und Nase aus, malt mit einem schwarzen Stift Pupillen und klebt diese auf.



6

Noch die Flügel mit einem weissen Stift etwas bemalen und verzieren und fertig ist unsere Fledermaus!



8

Die Fledermaus kannst du nun in eine Vase stellen, in einen Blumentopf stecken oder an einem Faden aufhängen. Halloween kann kommen!



7

Aber nein halt! Etwas fehlt noch... die Ohren! Dafür zwei kleine Dreiecke aus dem Moosgummi ausschneiden, mit einem Stift verzieren und am Fledermauskopf anleimen.



ALLE ANDEREN SIND WÜRSTCHEN

Die Nr. 1 in der Schweiz — 100% Schweizer Qualitätsfleisch

minipic
the alpine snack



[f / minipic.original](#)

www.minipic.ch



Auf kurzen Strecken rennt der Gepard über 100 km/h schnell.

Ein normaler Mensch geht mit etwa 5 km/h. Wenn er rennt, kann er mehr als 30 km/h erreichen.



Die schnellste Art der menschlichen Fortbewegung vor der Eisenbahn war das Reiten. Ein galoppierendes Pferd erreicht etwa 60 km/h.

Schnell und schneller. Der Schnellste gewinnt. Tempo ist eine der wichtigsten Eigenschaften, die es gibt. Volgi & Volgine haben nachgeforscht, was da alles so ungeheuer schnell unterwegs ist, und wo die Grenze der Geschwindigkeit liegt.

Tempo – Tempo. schneller, immer schneller

Schneller = besser ?

Geschwindigkeit ist wichtig: Ist ein Beutetier schneller als das Raubtier, überlebt es. Damit ein Raubtier zu essen bekommt, muss es schneller rennen als seine Beute. Wie ein Gepard, der mit bis zu 110 km/h rennt. Der schnellste Mensch der Welt, 100-Meter-Rekordhalter Usain Bolt, rennt «nur» rund 37 km/h schnell. Schnell genug aber, um ihn zum Star zu machen.

Noch schneller auf vier Beinen

Schneller? Dann brauchts ein «Hilfsmittel», ein Reitpferd zum Beispiel. Das kann gegen 60 km/h erreichen, nur nicht sehr lange. Ähnlich schnell sind auch Kamele. Das war für Jahrtausende das Tempolimit für Menschen – ausser beim Runterfallen. Mehr Tempo brachte die Erfindung von Maschinen.

Maschinenkraft

Maschinen werden nicht müde. So wie die Eisenbahn. 40 km/h schnell fuhr 1829 die englische Lokomotive «Rocket». Ärzte behaupteten, diese Geschwindigkeit sei ungesund. Wenig später rasten in Frankreich Dampflok mit über 100 km/h über die Schienen. Das war unvorstellbar schnell – und ein Eisenbahn-Billet für normale Leute noch viel zu teuer.



Die «Crampton»-Loks erreichten schon vor 160 Jahren Geschwindigkeiten von mehr als 120 km/h. Ein solches Tempo war damals für viele Menschen kaum vorstellbar.



Die Erfindung des «Sicherheitsfahrrads», des modernen Velos, um 1885 brachte mehr Tempo.

Velo: 5 x schneller

Ein Erwachsener läuft mit der Energie eines Jogurts rund 6 Kilometer weit mit etwa 4 km/h. Ein Auto fährt damit einige hundert Meter. Ein Mensch auf dem Velo kommt 4-mal weiter: 24 Kilometer mit rund 20 km/h. Velos brachten vielen Menschen erstmals die Möglichkeit, sich schneller auf einer Strasse zu bewegen als zu Fuss und Ausflüge in andere Dörfer, Städte oder Kantone zu machen.

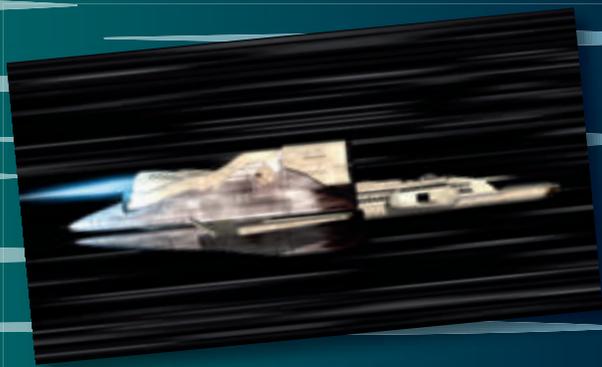
LANGSAM, VIEL ZU LANGSAM

Strasse, Schiene, Luft – am schnellsten sind wir im Flugzeug unterwegs, mit gegen 900 km/h im Linienjet. Ein Tag reicht, um jeden Punkt der Welt zu erreichen. Aber wenn wir noch weiter wollen? In den Weltraum? Dort sind wir lahme Enten! Die Raumkapsel Apollo 10 war zwar das schnellste Fortbewegungsmittel mit Menschen an Bord. Sie hat auf einer Reise um den Mond 39 897 km/h erreicht. Aber im Weltraum heisst es: «Sorry, das reicht hier nicht weit!»





Die Crew der Weltraummission Apollo 10 flog 1969 mit fast 40 000 km/h um den Mond. Seither war kein Mensch mehr schneller. Ihr «Raumschiff Charly Brown» befand sich in der obersten Spitze der über 100 Meter hohen Saturn 5 Rakete.



Raumschiffe wie die «Enterprise» oder wie in Star Wars erreichen fantastische Geschwindigkeiten. Die Wissenschaft sagt jedoch, dass es nicht möglich ist, schneller als das Licht zu fliegen. Dank unserer Fantasie aber reisen wir in kürzester Zeit bis zum Ende des Universums.

Die Grenzen der Geschwindigkeit

Am schnellsten ist das Licht. Es bewegt sich mit 1 079 251 200 km/h fort – über eine Milliarde Stundenkilometer. Nur, im Weltraum ist selbst DAS quälend langsam. Schockierend nicht? Tatsache ist: Bis zum nächstgelegenen Stern Alpha Centauri braucht das Licht schon 4,2 Jahre. Schlimmer noch: Auch ein Funkspruch von dort könnte man hier erst nach 4,2 Jahren hören. Radiowellen bewegen sich auch «nur» mit Lichtgeschwindigkeit. Aber: ein Raumschiff wird die Lichtgeschwindigkeit gar nie erreichen! Der schlaue Albert Einstein hat errechnet, dass dazu unendlich viel Energie nötig wäre. Kein Geschwindigkeitslimit gibt's aber in der Fantasie! Damit können wir in kürzester Zeit die unglaublichsten Orte erreichen – und auch wieder zurück. Toll oder?



Die richtige Wahl für alle grossen
und kleinen MAOAM-Fans!



www.maoam.ch

Kabelsalat

Billy Rocky mag laute Musik und möchte seine Gitarre mit dem Verstärker verbinden. Welcher Stecker führt zum Ziel?



Rätsel GCKG



Passt – passt nicht!

Viele Schlüssel, aber nur einer passt, welcher?



Finde den Unterschied

Diese zwei Imbissstände gehören den Zwillingen Marla und Carla. Die Zwillinge sehen fast gleich aus und machen auch alles gleich. Ihre beiden Imbissstände haben aber einige kleine Unterschiede. Es sind 5 insgesamt.



Wie gut ist

Fast Food?

Schnell, schneller. Die Essenszeit passt manchmal gar nicht. Zum Beispiel beim Spielen, wenn man «nur» wegen dem Essen damit aufhören soll. Das geht Erwachsenen genau gleich beim Arbeiten: Keine Zeit und keine Lust, richtig zu essen. Oder sie sind irgendwo unterwegs. Dann gibt es «Fast-Food» – schnelles Essen.

Ein Jäger aus der Steinzeit auf einem Höhlenbild. Ob er in seinem «Rucksack» auch etwas zu essen für unterwegs mitgenommen hat?

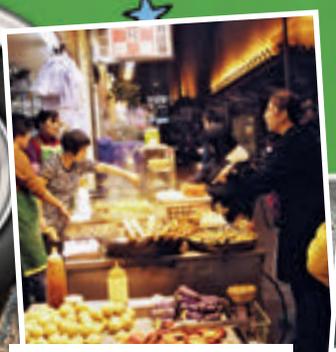
Ur-alt

Schnell gegessen haben vermutlich schon die Urmenschen. Auf der Jagd blieb ihnen keine Zeit, um Essen zu kochen. «Fast Food» ist dennoch zuerst in den Städten aufgetaucht. Auf der Strasse zubereitetes Essen zum Mitnehmen gehört zu einer richtigen Stadt dazu – schon immer. Bereits bei den Römern kannte man Garküchen, wo es Essen «über die Gasse» gab. Rund um die Welt essen heute Hunderte von Millionen Menschen jeden Tag eine Mahlzeit auf diese Weise.

Es geht auch gesund!

Hamburger und Pommes frites sind bei uns der bekannteste Fast Food. Deswegen gilt er als ungesund. Gemüse, Salat, Früchte, Fleisch oder Fisch kann aber ebenso Fast Food sein. Es gibt also ganz viele Möglich-

keiten, schnell UND gesund etwas zu essen: An Salatbars und in speziellen Imbissrestaurants gibt's hochwertiges, natürliches Essen wie frisch gemachte Vollkorn-Sandwiches, feine Suppen, Pasta zum Mitnehmen und so weiter. Wer





Hamburger gelten als typischer Fast Food. Gesundes Essen, ganz schnell zum Mitnehmen, gibt es aber in vielen Variationen: als frischer, knackiger Salat oder asiatisches Essen wie hier mit Nudeln und Poulet.

In Asien findet man überall auf den Strassen der Städte kleine Garküchen mit allerlei Köstlichkeiten zu essen.



gerne asiatisch isst, findet auch in asiatischen Take-aways gesunde Mahlzeiten. In Asien gibt es eine lange Tradition, gesundes Essen schnell und direkt auf der Strasse zu kochen und zu essen.

Nimm dir Zeit!

- Gemeinsam essen ist gut für den Familienzusammenhalt. Am Tisch lassen sich alle Dinge besprechen.
- Feste feiern ohne Essen, das geht nicht! Essen ist ein wichtiger Teil unserer Kultur.
- In Ruhe essen ist gut für die Verdauung und damit für die Gesundheit. Eine Pause tut immer gut.
- Die Abwechslung macht's! Wer immer nur Salat isst, wird auch nicht gesünder!
- Zum fit sein braucht's nebst gesundem Essen auch Bewegung.



Traditionelles Schweizer Gebäck

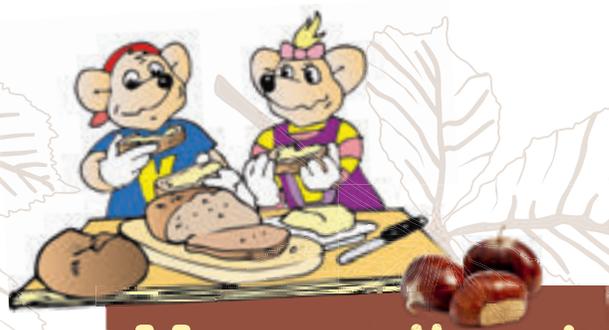




20 Minuten
Zubereitung +
ca. 1 Std. aufgehen
lassen + ca.
30 Min. backen



mittel



Marronibrot

Für 2 Marronibrote brauchst du:

- 400 g Ruchmehl
- 1 EL Salz
- 1/2 Hefewürfel
- 3 dl Milchwasser (halb-halb)
- 100 g Marronipüree, aufgetaut
- 150 g gefrorene Marroni, ganz, aufgetaut
- Mehl zum Formen

1

Mische Mehl und Salz in einer Schüssel. Drücke in der Mitte eine Vertiefung ein. Hefe mit wenig Milchwasser auflösen und begeben.



2

Verrühre das Marronipüree mit der restlichen Milch und giesse es dazu. Jetzt kannst du alles zu einem Teig zusammenfügen.



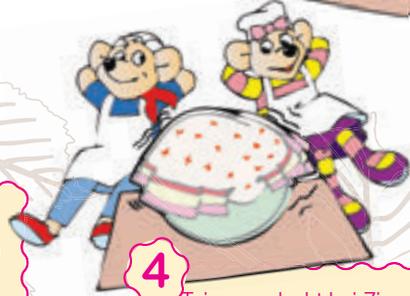
3

Kneten, kneten, kneten. Du musst den Teig gut kneten. Jetzt die Marroni grob schneiden und unter den Teig kneten.



4

Teig zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 1 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen.



5

Ofen auf 200 °C vorheizen. Teile den Teig, forme daraus zwei runde Brote und lege sie auf ein mit Backpapier belegtes Blech. In der unteren Ofenhälfte 30-40 Min. backen. Abkühlen lassen und fertig ist das Marronibrot.



„Mmmmh... dieser Schatz schmeckt ganz schön lecker“



Knusprig und köstlich, Poulet Nuggets für echte Schatzsucher!



WER HAT ANGST VOR DEM WOLF?

Früher hatten die Menschen grosse Angst vor dem Raubtier und es ausgerottet. Heute sorgt er wieder für Diskussionen. Die einen wollen, dass er wieder bei uns lebt, die anderen finden, die Schweiz sei zu klein für ein so grosses Raubtier. Grund genug, den Wolf etwas näher kennen zu lernen.

Zu keinem anderen Tier hat der Mensch eine so enge Beziehung, wie zum Hund. Er ist das erste Haustier des Menschen überhaupt. Umso erstaunlicher ist: Der Wolf, der allernächste Verwandte des Hundes, ist bei uns ein Inbegriff für das Böse. Warum nur?

Schlauer Räuber

Wölfe jagen gemeinsam. Oft trennen sie so ein Beu-

tetier von der Herde ab, damit sie es reissen können. Das verlangt ein gutes Zusammenspiel der einzelnen Wölfe. Eine Wolfsgruppe heisst Rudel. Alle Wölfe im Rudel sind miteinander verwandt. Das Leittier, der Chef des Rudels, nennt man Alpha-Tier. Wölfe findet man fast überall auf der Welt. Seit Kurzem auch wieder bei uns.

Ein Wolfsrudel besteht aus den Elterntieren und ihrem Nachwuchs. Es sind somit Wolfsfamilien, die gemeinsam auf Jagd gehen.



Familienbande

Ein Wolfsrudel ist nichts anderes als die Wolfse Eltern mit ihren Kindern. Ein Wolfspaar bleibt zeitlebens zusammen. Zu Beginn des Sommers bringt Mama-Wolf sechs bis sieben Welpen in einer Höhle zur Welt. Wolfbabys sind die ersten zwei Wochen blind. Nach etwa drei Wochen gehen die Kleinen zum ersten Mal nach draussen. Nach einem Monat gibt es erstmals Fleisch. Zwei bis drei Jahre bleiben die Jungtiere danach bei ihren Eltern. Dann

ziehen sie los, um ein eigenes Rudel zu gründen.

Langläufer

Wölfe haben ein festes Revier, darin ziehen sie auf der Suche nach Nahrung umher. Dabei legen sie 20 bis 30 Kilometer zurück. Auf der Suche nach einem neuen Revier schaffen sie auch mal 60 Kilometer am Tag. So ist es auch zu erklären, dass unsere Wölfe aus Italien bis zu uns gewandert sind. Heute leben vermutlich 20 bis 30 freilebende Tiere in der Schweiz.



Wölfe können weite Strecken zurücklegen. So hat der Wolf auch den Weg in unser Land wieder gefunden, nachdem er vor über 100 Jahren ausgerottet worden ist.



Drei Wochen nach ihrer Geburt dürfen die kleinen Wölfchen erstmals die Umgebung ihrer Höhle erkunden.





Schutz für alle

Erwachsene Wölfe fressen pro Tag vier bis fünf Kilogramm Fleisch. Da sie im Rudel jagen, können sie auch grosse Tiere wie einen Hirsch erlegen. Oder sie holen sich ihr Fressen ganz bequem bei den Menschen, zum Beispiel von der Schafweide. Das macht Schafzüchter verständlicherweise wütend. Die Wolfsgegner wollen deshalb den Räuber wieder loswerden. Tierschützer hingegen finden, die Schafe brauchen einfach besseren Schutz, denn der Wolf habe ein Recht, hier zu leben. Jetzt, wo er wieder da ist, wird er ein Thema bleiben. Und die Angst? Der Wolf hat nur vor einem Angst: dem Menschen!

Eine Schaf- oder Ziegenherde ohne schützenden Hütehund ist für Wölfe nur eines: eine feine Mahlzeit – sehr zum Ärger der Bauern und Tierhalter.



WOLF-FACTS:

- Wölfe gibt es in Europa, Asien und Nordamerika.
- Wölfe werden bis 80 cm hoch und 80 kg schwer.
- Wölfe sind die direkten Vorfahren der Haushunde.
- In Gefangenschaft werden Wölfe bis 18 Jahre alt.
- 1890 wurde der Wolf in der Schweiz ausgerottet.
- Vor etwa 20 Jahren ist der Wolf aus Italien in die Schweiz zurückgekehrt.
- In der Schweiz leben ca. 30 Wölfe in freier Natur.







Entdecke die Welt von evian
und werde das coolste Baby
am Strand!



Scan jetzt den Code
und spiele mit den
evian Babys!

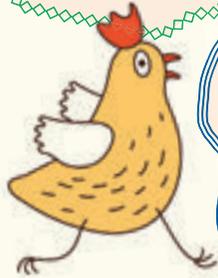
Ein junges Ehepaar sitzt beim Abendessen. Der Mann erkundigt sich: «War das Essen schon wieder aus der Dose?» «Ja, mein Schatz und stell dir vor, es war so ein süsser Hund darauf abgebildet und daneben stand: für Ihren Liebling.»

Julia (9), Hünenberg



Der Bauer sagt zu seinem Feriengast: «Bei uns wird man vom Hahn geweckt!» «Wunderbar! Dann stellen Sie ihn doch bitte auf 10 Uhr!»

Jan, Nesslau



Huhn Alma fragt Huhn Sofia: «Warum hast du dein Ei in das Kinderbassin gelegt, statt in dein Nest?» Sofia meint: «Weil es heute so heiss ist, dass das Ei sonst schon gekocht würde nach dem Legen.»

Joshua (7) Lupsingen

Ein Pferd steht auf einer Weide. Am Zaun hängt ein Schild: «Bitte das Pferd nicht füttern! Der Besitzer.» Darunter klebt ein kleiner Zettel: «Bitte das Schild nicht beachten! Das Pferd.»

Aaron (11), Rüeggisberg



Fragt der Lehrer den Schüler in der hintersten Reihe: «Hast du auch ein Lieblings-Instrument?» Darauf der Schüler: «Ja, den Pausengong.»

Alina, Thun

Der Witz von Hanna aus Thundorf ist unser neuer Liebling.



Lieblingwitz

Treffen sich zwei fremde Tiere im Wald. Sagt das eine zum anderen: «Was bist du denn für ein Tier?»
«Ich bin ein Wolfshund.»
«Wie kommt das denn?»
«Ja, mein Vater war ein Wolf und meine Mutter ein Hund. Was bist du denn für ein Tier?»
Sagt das andere ganz verlegen: «Ich bin ein Ameisenbär.»

*** hey@volg.ch ***

MACH MIT!

Hast auch du einen Witz für Volgi & Volgine? Schicke ihn an HEY. Schafft er's zum neuen Lieblingwitz, gewinnst du einen 10-fränkigen Volg-Einkaufsgutschein!
Kennwort: Witzecke



Star am Lenkrad: Marcel Fässler

Worin sind Sie richtig gut?

Schnell Rennauto fahren, shoppen in Amerika

Wenn Sie ein Tier wären, welches wären Sie dann? Warum?

Ein Stier, ein schönes kraftvolles Tier, welches gemütlich auf der Weide sonnen kann.

Was wollten Sie werden, als Sie ein Kind waren?

Trucker-Fahrer in den USA, danach Rennfahrer

Was ist Ihr Lieblingsessen?

Pizza, Rib-Eye-Steak

Mit wem möchten Sie auf dem Sessellift stecken bleiben? Warum?

Mit einem Wanderer, der hat sicher was zu essen dabei.

Was macht Sie traurig?

Schicksalsschläge aus Familien- und Bekanntenkreisen wie z.B. unheilbare Krankheiten.

Was würden Sie gerne besser können?

Gitarre spielen

Was war Ihr Lieblingsfach in der Schule?

Turnen, Geometrie

Was würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

Schweizer Sackmesser

Was müsste Ihrer Meinung nach noch erfunden werden?

Eine «Spesenzettel-Sortiermaschine»

Was ist Ihrer Meinung nach das Beste, das bisher erfunden wurde?

Die Abwaschmaschine

Marcel Fässler ist Autorennfahrer. Als er 19 Jahre alt war, wurde es sein Beruf. Seine Spezialität sind Langstreckenrennen. Das berühmteste von allen ist das 24-Stunden-Rennen von Le Mans. Marcel Fässler hat das Rennen, zusammen mit seinen Team-Fahrern André Lotterer und Benoît Tréluyer, schon 3-mal gewonnen. Dieses Jahr ist er auf den 3. Rang gefahren. Seit 2010 ist Marcel Fässler Audi-Werkspilot.



Marcel Fässler ist 39 Jahre alt. Er wohnt mit seiner Familie in Einsiedeln und hat vier Töchter. Sein Berufswunsch war schon als Kind klar: Rennfahrer werden!



Mit dem Audi R18 e-tron quattro fährt Marcel Fässler in der FIA* Langstreckenmeisterschaft. Dieses Jahr haben er und sein Team die ersten beiden Rennen in Silverstone und Spa gewonnen. Der Rennwagen besitzt einen Dieselmotor und einen zusätzlichen Elektromotor als Antrieb. Er ist eines der technisch kompliziertesten Rennautos der Welt.

HEY-Star: Fabrizio



Fabrizio (12) ist schon von klein auf ein begeisterter Ländlermusik-Fan. Vor allem das Schwyzerörgeli hat es ihm angetan, weshalb er unbedingt lernen wollte, wie man es spielt. Seit der 1. Klasse spielt er nun auf seinem Lieblingsinstrument und tritt mittlerweile sogar an Anlässen auf. Da zählt sich sein tägliches Üben aber aus!

Worin bist du richtig gut?

Schwyzerörgeli spielen, landwirtschaftliche Tätigkeiten

Wenn du ein Tier wärst, welches wärst du dann?

Ein Bartgeier

Was wirst du sein, wenn du gross bist?

Landwirt oder Musiker

Was ist dein Lieblingsessen?

Fleisch

Mit wem möchtest du auf dem Sessellift stecken bleiben?

Melanie Oesch

Was macht dich traurig?

Wenn etwas kaputt geht.

Was würdest du gerne besser können?

Mathe und Sprache in der Schule

Was ist dein Lieblingsfach in der Schule?

Turnen

Was würdest du auf eine einsame Insel mitnehmen?

Örgeli, Sackmesser, Feuerstahl

Was müsste deiner Meinung nach noch erfunden werden?

Ein Roboter, der das Zimmer aufräumt und putzt.

Was ist deiner Meinung nach das Beste, das bisher erfunden wurde?

Das Schwyzerörgeli



Fabrizio ist 12 Jahre alt und wohnt in den schönen Bündner Bergen. Schon jetzt weiss er ganz genau, was er später mal werden will: Landwirt oder Musiker!



*** hey@volg.ch ***

MACH MIT!

Zeige auch du, was deine Stärke ist und bewirb dich noch heute als HEY-Star!
Kennwort: HEY-Star



TORTELLONI: ♥♥
kinderleicht

»» GENIESSEN! ««



FÜR BESSERES.



Koche für deine Freunde
Tortelloni mit Erbsen-Tomatensauce



- 1 Packung Tortelloni
- 1 Glas Tomatensauce mit Basilikum
- 1 handvoll Erbsen
- 1 handvoll gewürfelte gekochten Schinken

So einfach geht's:
Erbsen und Schinken in wenig Butter kurz in einem Topf anbraten. Die Sauce dazugeben und köcheln lassen. Die Tortelloni in der fertigen Sauce ca. 2 Minuten in der erwärmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fertig!





Wettbewerb: PEZEn für Volgi & Volgine

*** hey@volg.ch ***
GEWINNE!
 Schicke die Lösung bis zum 16. Oktober 2015 an HEY. Zu gewinnen gibt es 50-mal je 1 tolles PEZ-Set von Cruspi SA.

PEZ sind kleine Zeltti, die in einem Dispenser stecken. Doch irgendwer stibitzt den beiden Mäusen die kleinen PEZ weg, wer ist es? Finde es heraus und PEZe es Volgi und Volgine.





Wo geht's durch? Das sagt uns meistens das Navigationsgerät. Eine Sportart, in der das, wie früher, eine Karte sagte, ist der Orientierungslauf (OL). HEY hat sich in einem Wald bei Arisdorf einen Orientierungslauf angeschaut.

Karte lesen und rennen

Schulhaus Arisdorf, Kinder und Erwachsene schreiben sich für den Sommer-Orientierungslauf des OL-Vereins Baselland (www.olv-baselland.ch) ein. Wir treffen Lea Mina, Lena, Lorena und Noëlle. Sie sind zwischen 10 und 14 Jahren alt und im OL-Verein dabei. Mit der Startnummer, einer



OL ist Familiensport, in Arisdorf trafen wir Läuferinnen und Läufer aller Altersklassen.



Karte und einem «elektronischen Finger» geht es an den Start. Dieser liegt etwa 2 Kilometer entfernt – kein Problem für die OL-Kinder. Die Strecke dient ihnen gleich zum Aufwärmen.



Mit diesem «elektronischen Finger» bestätigt man, dass man den Posten gefunden hat. Dazu wird er in das Kästchen gesteckt. Er speichert auch die Laufzeit.

Von Posten zu Posten
Am Start müssen alle auf ihrer Karte die Posten von der dort aufliegenden Karte übertragen. Jeder Posten hat eine Nummer und jede Läuferin

muss die Posten in anderer Reihenfolge anlaufen. Einziges Hilfsmittel ist ein Kompass, um die Karte nach Nor-



Die Posten müssen genau auf die persönliche Karte übertragen werden. Das Aussehen der OL-Karten ist reglementiert.

den auszurichten. Am Posten muss man den elektronischen Finger in das Gerät halten. Damit ist registriert, dass die Läuferin oder der Läufer den Posten gefunden hat, und zu welcher Zeit.

Im Wald oder in der Stadt

Orientierungslaufen gibt es nicht nur im Wald, sondern auch in der Stadt. Der Unterschied ist der Boden, auf dem



Da, der erste Posten! Und gleich geht's zum nächsten.

man rennt: Asphalt, und es gibt kein hinderliches Unterholz. In der ganzen Schweiz existieren OL-Vereine. Wie beliebt der Sport ist, zeigt sich bei den Erfolgen der Schweizer im internationalen Vergleich. An Weltmeisterschaften haben Schweizer schon 39-mal gesiegt und insgesamt über 90 Medallien gewonnen.

Zieleinlauf

Lea Mina, Lena, Lorena und Noëlle haben es geschafft. In erstaunlich kurzer Zeit haben sie alle Posten angelaufen. Der Letzte ist das Ziel. Nochmals gilt es, mit dem elektronischen Finger die Ankunft zu bestätigen. Geschafft!

An einem heissen Tag wie diesem, es ist über 33 Grad warm, war es im Wald schön kühl und angenehm. Zwar bleibt wenig Zeit, die Natur zu geniessen, aber Sport treiben in der frischen Luft ist doch etwas Fantastisches!



Der Zielposten! So macht Rennen im Wald richtig Spass.

Orientierungslauf, ein Sport für die ganze Familie

OL, das geht mit der ganzen Familie! Als Team rennt man gemeinsam. Hast du Lust auf ein Probetraining? Die Kontaktadressen und Trainingszeiten findest du im Internet. Viele OL-Vereine organisieren zusammen mit den Eltern den Transport zu den verschiedenen OL-Bahnen, denn schliesslich will man ja nicht dauernd in demselben Wald herumrennen.

Alle Vereine findest du hier:

www.swiss-orienteeing.ch/de/verband/vereine



WASSER IST LEBEN

Tipps für eine gesunde Flüssigkeitszufuhr

Trinke regelmässig über den Tag verteilt

Regelmässiges Trinken ist für Kinder besonders wichtig, weil sie im Vergleich zu ihrem Körpergewicht eine grössere Körperoberfläche haben als Erwachsene und daher auch mehr Wasser über ihre Haut verlieren. Kinder vertragen zudem Hitze schlechter als Erwachsene.

Casa et al, 2005; 4: 115-127.
Current Sports Medicine



Antwort: C

Unterwegs

Hilf Alex dabei, den Weg zur Wasserflasche zu finden. Aber Achtung: Er muss an 8 Gläser** Wasser vorbeikommen. Genau so viel solltest du jeden Tag trinken***, damit du fit bleibst.

Mach die Augen auf

Nur ein Schatten zeigt Nina, die eine Flasche Wasser trinkt. Welcher ist das?



Antwort: A

* Dies gilt für ein oft sitzendes, gesundes und in gemässigtem Klima lebendes Kind, das sich abwechslungsreich und ausgewogen ernährt und einen gesunden Lebensstil hat.

** 1 Glas = 150 ml

*** Der tägliche Wasserbedarf (aus Getränken) hängt von deinem Alter und Geschlecht ab:

Altersgruppe	Wasserbedarf (l/Tag)	
	Europa	
	Junge	Mädchen
6-8 Jahre	1.1	1.1
9-13 Jahre	1.5	1.3

Jéquier et al. Water as an essential nutrient: The physiological basis of hydration. Eur. J. Clin. Nut. 2010; 64, 115-123.
Bild: Maelle Cheval



HEY, SCHON GEWUSST, ...

...WARUM BLÄTTER IM HERBST FARBIG WERDEN?

Wenn die Blätter der Bäume ihre Farbe von Grün in Rot, Gelb oder Braun wechseln, ist klar: Der Herbst ist da. Aber warum passiert dies jedes Jahr – und wie?



Blattgrün macht Energie

Die grüne Farbe im Blatt heisst Chlorophyll, ein wichtiger Nährstoff für die Bäume. Sie stellen es aus Sonnenlicht her, das auf die Blätter fällt. Im Herbst und Winter nimmt das Sonnenlicht ab und so auch das Chlorophyll in den Blättern, da der Baum es in seine Wurzeln als Nahrung weiterleitet. Sichtbar wird jetzt der gelbe Nährstoff namens Karotin, welcher auch in Rüebli enthalten ist. Die rote Farbe hingegen ist eine Art Sonnenschutz. Sie schützt die Blätter

vor zu viel Sonne, so ähnlich, wie wenn wir uns mit roter Sonnencreme einreiben würden. Aber nicht nur. Das Rot soll auch ein Warnsignal für Insekten sein und wirkt als eine Art rotes Lichtsignal. Dies soll sie davon abhalten, Eier darauf abzulegen, da das Blatt bald abstirbt.

Winterschlaf

Ein Laubbaum hält eine Art Winterruhe und arbeitet dann so wenig wie möglich. Deshalb hat er auch keine Blätter, diese wirft

er nämlich zu seinem eigenen Schutz ab. Das Wasser in den Adern der Blätter würde nämlich gefrieren und diese aufreißen. Die neuen Blattknospen sind aber bereits vorbereitet und sobald im Frühling die Tage länger und sonniger werden, spriessen diese hervor. So kommt der Baum schnell wieder zu neuen Kräften und zu einem neuen Laubdach.

Wenn der Herbst da ist, sieht man das an den farbigen Blättern. Welche Farbe diese haben, liegt an der Anzahl grüner, gelber und roter Farbzellen.



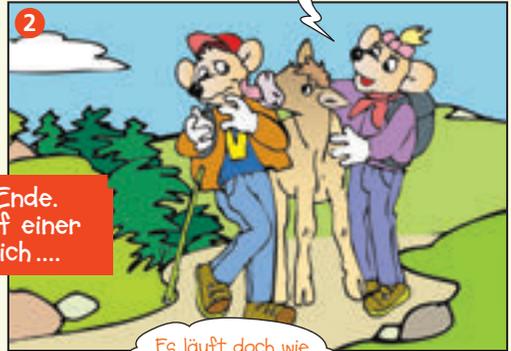
ALPABZUG AUF UMWEGEN



1

Der Sommer geht zu Ende. Volgi & Volgine sind auf einer Wanderung, als plötzlich

Was machst denn du hier? Heute ist doch Alpabzug. Es ist niemand mehr hier oben!



2

Es läuft doch wie ein grosses, unser kleines Kälbchen.

Du Volgi, wir nehmen das Kalb einfach mit und geben es im Tal unten ab.



3

Du kannst doch nicht einfach ein Kalb mitnehmen...

Volgine, wir müssen uns sputen, sonst verpassen wir unser Postauto.



4

Ich weiss nicht so recht. Ich finde, das ist eine Kalberei.



5

Postauto! Stimmt, das wollten wir ja für die Rückfahrt nehmen!



6

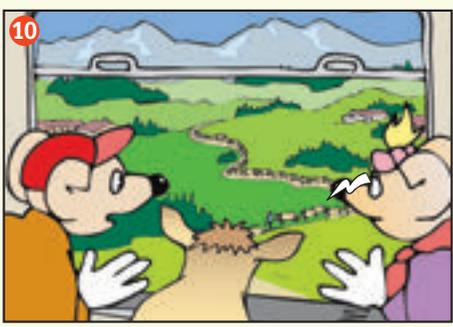
BLITZ IDEE!

Glück gehabt, in einer Viertelstunde fährt das nächste Postauto ins Tal!

Wenig später:



Braucht das Kalb auch ein Billett?



11 Endstation, alles aussteigen!



LEERDAMMER

Genuss geht vor.



Jetzt bei Volg!

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Mehr Infos unter www.leerdammer.ch

Schwierig-schwierig!

Schwierig war es für die HEY-Jury, aus einigen hundert tollen Zeichnungen die Sieger zu bestimmen. Zum Glück gab es 30 Preise zu vergeben.

In der Alterskategorie 2007 ist die Unterwasserwelt mit Volgi & Volgine beim Tauchen besonders aufgefallen. Die zwei Mäuse finden

einen Schatz, der von einem riesigen Kraken bewacht wird.

Künstler aus Oberbuch-siten

Gemalt hat das Bild David Häner aus Oberbuch-siten. Der 8-jährige Drittklässler liest und bastelt gerne und natürlich zeichnet er auch viel. In der Schule mag er

Lesen und Schreiben besonders gut, Turnen dafür eher weniger. HEY gratuliert David und allen anderen Gewinnern ganz herzlich! Eine Auswahl der Gewinner-Zeichnungen findet ihr auf dieser und den zwei Folgeseiten im «Nur für euch».

Juhuu!!! Gewonnen im HEY Zeichnungswettbewerb!

Volgi & Volgine beim Tauchen: Ein Delfin ist zu sehen und auch ein «gfürchiger» Laternenfisch. Ein Schwarm kleiner, gelber Fische schwimmt so kunstvoll, dass «Volg» zu lesen ist. Der Maler des tollen Bildes durfte am 8. Juli dafür seinen Preis in seinem Volg-Laden abholen.

Sophie (6), Fischbach



Cian (7), Dümten



Johann (8), Gams



Joline (9), Hendschiken

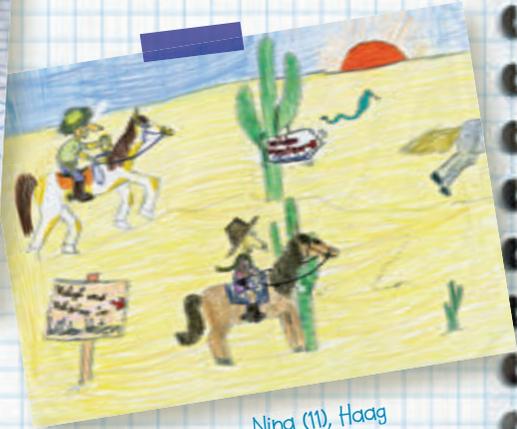


Ladenleiterin Esati Arbnora vom Volg Oberbuch-siten freut sich, Gewinner David Häner einen Koffer voll mit Überraschungen übergeben zu dürfen.





Karin (12), Zollbrück



Nina (11), Haag

Nur für euch



Tolle Gewinnerbilder vom grossen
HEY-Zeichnungswettbewerb 2015:

*** hey@volg.ch ***
MACH MIT!

Diese Doppelseite ist nur
für euch reserviert! Volgine
& ich freuen uns riesig
über Zeichnungen, Briefe
und E-Mails von dir.
Kennwort: Nur für euch



Selina (10), Pany





Laura (9), Haag



Johann (8), Gams

Ihr könnt Mila erreichen,
egal ob Junge oder Mädchen,
indem ihr an HEY schreibt.
Kennwort: «Brieffreundschaft».



Ich heiße Mila und möchte gerne
eine/n Brieffreund/in haben.
Ich bin 8 Jahre alt. Meine Hobbys
sind Lesen, Rechnen und Malen.

Im Winter fahre ich Ski und
Schlittschuhe. Ich schwimme auch
sehr gerne. Ich freue mich über
einen Brief!

Liebe Grüße
Mila



Fiona (7), Truttikon



Alwin (6), Gams



Mega cool: Fischstäbli von Findus



tiefgekühlt



Augen auf beim Fischkauf. Unsere Meere werden immer leerer. Ein Grund: Es wird zu viel und ohne Rücksicht gefischt. Darum gibt es das blaue MSC-Siegel. Es sagt dir: dieser Fisch ist nicht vom Aussterben bedroht und darf gegessen werden. www.findus.ch

Vorschau

Mein Haustier und ich. Ganz tierisch wird das im nächsten HEY: Ob Hund, Katze oder Maus, HEY-Kinder zeigen euch ihre Haustiere. Eines ist dabei ganz sicher, zwei Mäuse werdet ihr ganz bestimmt antreffen, wenn ihr das neue HEY ab dem 9. November 2015 in eurem Volg findet!



Auflösungen

HEY Juli/August:

Wettbewerb:

Jede Maus erhält 7 Plize aus dem Korb.

Diese Ausgabe:

Seite 2:

Der Bildausschnitt stammt von Seite 24.

Rätsellecke Seite 11:

Kabelsalat:

Stecker 3 gehört zum Verstärker

Passt – passt nicht!:

Schlüssel c passt!

Finde den Unterschied:



- 1: ueli knebel / iStockphoto.com
- 3: NATURENA
- 4-5: Alice Brunold
- 7-9: iStockphoto.com
- 11: iStockphoto.com / vecteezy.com
- 12-13: iStockphoto.com / Corina Martin
- 15: ueli knebel / culinea
- 17-19: iStockphoto.com
- 20: iStockphoto.com
- 24: Marcel Fässler / Audi Motorsport
- 25: Fabrizio Caffisch
- 27: ueli knebel
- 28-29: Martin Sigrist
- 31: cgtextures.com / vecteezy.com / pexels.com/search/man
- 32-33: ueli knebel
- 35: Martin Sigrist
- 39: iStockphoto.com / vecteezy.com

Bilder

**ERFOLGSSTORY
DANK IHNEN!**



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

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

Idee, Konzept, Realisation: brandinghouse, Zürich

Auflage: 100'000 Ex.

© brandinghouse AG

Impressum

*** hey@volg.ch ***

ADRESSE

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

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

HEY
wird in der
Schweiz auf
Schweizer
Papier
gedruckt

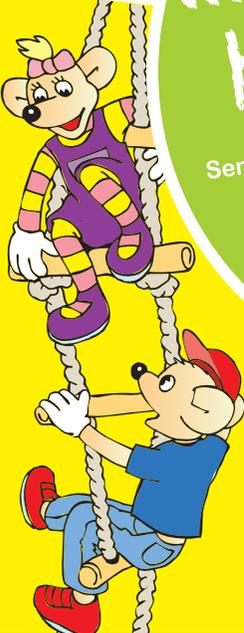


Bist du eine **EXPERTIN** in einer Sportart? Ein genialer **ERFINDER**? Machst Du etwas **ANDERS** als andere Kinder? Kennst du einen lustigen **WITZ**? Bis Du eine **KÜNSTLERIN** oder ein **KÜNSTLER**? Dann...



...mach mit
bei HEY!

Sende uns deinen Witz, deine Zeichnung oder deine Bewerbung als HEY-Star mit Telefonnummer und E-Mail oder schreibe wieso du HEY-Star bist in deinen Brief.



HEY, das Kindermagazin vom Volg für clevere Mädchen und schlaue Jungs findest du jeden zweiten Monat gratis in deinem Volg-Laden!

hey@volg.ch
Volg Konsumwaren AG
Kennwort «**HEY, ich mach mit**»
Postfach 344
8401 Winterthur

Volg
frisch und fründlich