

VOM VOLG FÜR CLEVERE MÄDCHEN UND SCHLAUE JUNGS

HEUTE

Volg

January/
Februar 2018

Typisches
Schweizer Essen

Volgi & Volgine
beim Judo

Zu Besuch
bei der Tierärztin



Auch Haustiere müssen mal zum Arzt. Volgi & Volgine haben eine Tierärztin besucht.




7

Zu Besuch bei der Tierärztin

Was geht ab?



forschen, fragen, wissen

 Mäusemail	3
Typisches Schweizer Essen	26
Volgi & Volgine beim Judo	30
Schon gewusst?	35

spielen, machen, basteln

Rezept: Mandarinli-Punsch	5
Weltmeister-Bäckerin: Ramona Bolliger	14
HEY-Star: Andreas	15
Nur für euch	36

lachen, raten, tüfteln

 Witzecke	11
 Wettbewerb	13
Rätsellecke 1	23
Rätsellecke 2	29
Comic: Immer dem Licht nach	32

Fast 2,5 Meter breit sind die Flügel des Steinadlers! Auch sonst ist er ein imposantes Tier.



Steinadler: 17 Könige der Lüfte

Erdnuss-Tierchen basteln

24



Nina zeigt dir, wie du aus Erdnüssen lustige, kleine Tierchen bastelst.

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





Bahnmuseum Albula und Schlittelbahn

Von: hey@volg.ch
Betreff: Ausflug nach Bergün
Ort: Bergün, Graubünden
An: ALLE HEY-KIDS ab 5 Jahren



Ein **Ausflug nach Bergün** lohnt sich gleich zweimal! Im Bergdorf in Graubünden wartet nämlich das **Bahnmuseum Albula** und eine rasante Schlittenfahrt auf euch. Im **Bahnmuseum Albula** erfahrt ihr alles über die Rhätische Bahn, die sich seit über 100 Jahren durch die Schweizer Berge schlängelt. Viele tolle **Experimente und Attraktionen** machen das Museum zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Zum Austoben geht's dann ab auf die schöne **Schlittelbahn**. Sie ist **eine der längsten in Europa!** Mit der Rhätischen Bahn fahrt ihr auf den Berg zum Start. Ein wildes Abenteuer für die ganze Familie, in der wunderschönen Albula-Region.

Eure Volgi & Volgine

Mehr Infos auf:
www.bahnmuseum-albula.ch
www.berguen-filisur.ch



GEWINNE!

HEY verlost **1 Eintritt ins Bahnmuseum** für eine Familie, inkl. Fahrt im Loksimulator (nur für 3 Personen möglich). Schreib bis zum 16. Februar an **hey@volg.ch**. Stichwort: Bergün. Die HEY-Postadresse findest du auf Seite 39.





Die Wundertüte für den "Bärengluscht"!



Himbeere



Zitrone



Orange



Cola



Apfel

Volg Gummibärli schmecken herrlich fruchtig und mega fein. In der grossen Familienpackung gibt's die bunten Bärli - "für jede isch öppis debii"!

Hergestellt in der Schweiz, durch Domaco Dr. med. Aufdermaur AG

Mandarinli

Punsch

Für 2 Tassen Punsch brauchst du:

- 2 Beutel Früchtetee
- 1 Zimtstange
- 2 Mandarinen
- 1 EL Honig

 einfach



Zubereitung
15 Minuten

1

Brühe den Früchtetee in einem ½ Liter Wasser.



2

Nimm den Früchtetee vom Herd und gib die Zimtstange dazu.



3

Entsaft die Mandarinen.



4

Lass den Mandarinsaft in einer Pfanne warm werden.



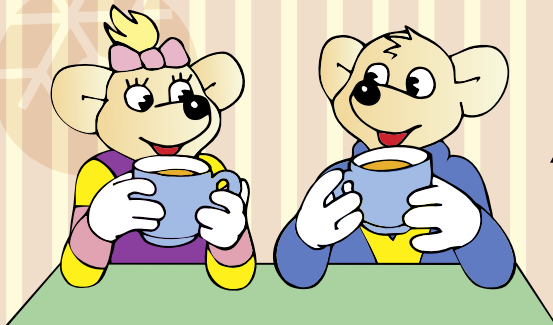
Noch bevor der Saft kocht, giesst du ihn zum Tee.

5



6

Das Ganze süsst du mit Honig.



TORTELLONI: ♥♥
Erst dampfen,
dann
MAMPFEN!

JETZT NOCH EINFACHER:
ALLE ZUTATEN DIREKT
IN EINER PFANNE
ZUBEREITEN.

hilcona

FÜR BESSERES.



**Tortelloni mit Schinken
und Pesto**

- 500 g Tortelloni Ricotta e Spinaci mit Pinienkernen
- 150 g Cherrytomaten
- 4 Scheiben Parmaschinken
- 2 EL Hilcona Pesto Basilikum Olivenöl



So einfach geht's:

Cherrytomaten waschen, trocken und halbieren. Schinken in mundgerechte Stücke zupfen. Ein halbes Glas Wasser mit etwas Olivenöl und Salz in einer möglichst weiten Pfanne erhitzen, die Pasta zugeben und nach Packungsanleitung 2-3 Minuten garen, bis das Wasser fast verdampft ist. Tomaten, Schinken und Pesto zugeben und untermengen. Fertig!

Schwierigkeitsgrad: einfach
Zubereitungszeit: 10 Min.



FLAUSCHIGE PATIENTEN



Tierärztin Karin Feusi ist froh, dass sich das Katzenweibchen Tick so gut vom hohen Fieber erholt hat.

Auch Haustiere müssen manchmal zum Doktor. Volgi & Volgine wollten wissen, wie es dort zu und her geht. Sie haben in einer Tierarztpraxis ein paar kleine, tapfere Patienten besucht.

Hast du ein Haustier? Dann warst du bestimmt auch schon in einer **Tierarztpraxis**. Dort wird geschaut, dass es den kleinen Vierbeinern, Vögeln, Kriechern und Co. wieder gut geht, wenn sie **krank oder verletzt** sind. Manchmal brauchen Tiere genauso wie Menschen **Impfungen**, damit sie

nicht krank werden. Oder die Tierärztin schaut, ob das Haustier ganz **gesund** ist, bevor es zu einer neuen Familie kommt. Volgi & Volgine berichten dir von ihrem Besuch in der Tierarztpraxis Wädivet in Wädenswil und sagen dir, wie du **Tierärztin** oder **Tierarzt** wirst!

VIELE HUNDE UND BÜSIS

Weil **Katzen** und **Hunde** die beliebtesten Haustiere sind, sind sie die häufigsten Patienten in der Tierarztpraxis. Aber auch **Vögel** und exotische Kleintiere wie **Schlangen** und **Echsen** brauchen medizinische Versorgung. Die Wissenschaft der Tiermedizin nennt man **Veterinärmedizin**.



Das kleine Kätzchen Tick musste eine Nacht in der Tierarztpraxis Wädivet verbringen. Es hatte Fieber und brauchte viel Ruhe.



Auch exotische Tiere kommen in die Praxis. Diese Bartagame-Echse, die gerade eine Himbeere verputzt hat, wurde soeben gründlich untersucht.



SPRITZE GEGEN FIEBER

Tick ist ein junges Katzenweibchen. Es musste zur Tierärztin, weil es eine **Viruserkrankung** hat und deshalb **Fieber** bekam. Die Tierärztin hat dem kleinen Stubentiger eine **Spritze** und **spezielles Fressen** zur Stärkung gegeben. Über Nacht blieb das Kätzchen dann im Käfig in der Praxis, damit es sich ungestört erholen konnte. Am nächsten Morgen war Tick wieder putzmunter und zum Schmusen aufgelegt.





Die Labrador-Hündin Sabbia kriegt eine Spritze gegen Durchfall. Zur Ablenkung gibt es feine Leckerli.



Mit einer speziellen Lupe schaut die Tierärztin, ob es im Ohr von Sabbia winzige Lebewesen, sogenannte Parasiten, hat.

FALSCHER BAKTERIEN IM DARM

Die 10 Monate alte Labrador-Hündin **Sabbia** kam in Italien zur Welt. Sie ist vor kurzem mit ihrer Halterin in die Schweiz gekommen. Weil das **Fressen** hier plötzlich ganz anders war, bekam sie **Durchfall**. Kein Problem: Eine Spritze sorgt dafür, dass die falschen **Bakterien im Darm** verschwinden. Die Tierärztin schaut auch noch, ob Sabbia **Zecken**, **Flöhe**, **Würmer** oder andere Parasiten hat, die entfernt werden müssen.

Ab auf die Waage! Der Kater Figaro ist etwas zu dick. Die Tierärztin verschreibt ihm deshalb eine Diät.



Kater Emil hat sich an beiden Hinterbeinen schwer verletzt. Bis die Wunden verheilt sind, muss er die Verbände tragen.

DEIN TRAUMBERUF?

Hast du Tiere gern und willst Tierärztin oder Tierarzt werden? Dann kannst du an der **Universität** Veterinärmedizin studieren. Obwohl es manchmal auch traurige Momente gibt mit kranken oder verletzten Tieren, ist es für Tierärztin Karin Feusi der **schönste Beruf der Welt**. Jeden Tag freut sie sich aufs Neue, ihre flauschigen Patienten zu betreuen.

ALLE ANDEREN SIND WÜRSTCHEN

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

minipic
the swiss snack



minipic
Gnuchuna

 /minipic.original

www.minipic.ch

Der Witz von
Nathalie aus Schliern bei
Köniz ist unser neuer
Liebling.



Lehrer: «Was geschah 1759?»
Schüler: «Da wurde Schiller geboren.»
Lehrer: «Gut! Und was geschah 1762?»
Schüler: «Da wurde Schiller drei Jahre alt.»

Liliane
aus Orpund

Lieblingswitz

Anna kommt zu spät zur Schule.
Auf dem Flur begegnet sie dem
Direktor. Der rügt: «Zehn Minuten
zu spät!» Darauf Anna: «Machen
Sie sich nichts draus, ich auch!»

Der Lehrer erklärt den
Kindern: «Wenn der
Mensch stirbt, wird er
zu Staub.» Da ruft Hans:
«Dann sind unter meinem
Bett schon viele
Menschen gestorben!»

Selina aus Wiesenberg

Wie merkt man,
dass es in der Schweiz
Sommer ist? Ganz einfach,
der Regen ist wärmer.

Silas (8) aus Hölstein

Warum kann
man Mäuse nicht
melken? Weil kein Eimer
darunter passt.

Sarah (7)
aus Turbenthal

MACH MIT!

Hast auch du einen Witz für Volgi & Volgine?
Schicke ihn per Post oder per Mail an hey@volg.ch.
Die HEY-Postadresse findest du auf Seite 39.
Kennwort: Witzecke. Schafft es dein Witz zum
Lieblingswitz, gewinnst du einen **10-Franken-
Gutschein von Volgi!**

**FÜR INDIANER
UND PRINZESSINEN.**

BERLINER



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Hiestand 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

Es ist Fasnachtszeit! Volgi verteilt feine Hiestand-Berliner am Fasnachtsumzug. Hilf ihm dabei, sein Leiterwägeli in einen fröhlichen Fasnachtswagen zu verwandeln und male die Zeichnung bunt aus. Für die schönsten Bilder gibt es einen tollen Preis.

Hiestand 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

Wettbewerb:

Bunte Fasnacht



GEWINNE!

Schicke dein Bild bis zum 16. Februar 2018 per Post oder per Mail an hey@volg.ch mit dem Stichwort: Wettbewerb. Die HEY-Postadresse findest du auf Seite 39. Zu gewinnen gibt es **50 Caran d'Ache Farbstifte-Sets**. **WICHTIG:** Vergiss nicht, deine Postadresse anzugeben!



Die 21-jährige Ramona Bolliger aus Gontenschwil ist die beste Bäckerin der Welt! Sie hat in Abu Dhabi an der Berufsweltmeisterschaft 2017 Gold für die Schweiz geholt. Zu ihrem Beruf ist sie gekommen, weil ihre Mutter sie auf eine Bäcker-Schnupperlehre aufmerksam gemacht hat. Ihre Hobbies sind ihr Hund, Lesen, Kickboxen und Inlineskaten. Auch in Zukunft will sie in der Backstube sein. Sei es in der Schweiz oder irgendwo auf der Welt.

Weltmeister-Bäckerin Ramona Bolliger

Worin sind Sie richtig gut?

Backen, natürlich!

Wenn Sie ein Tier wären, welches wären Sie dann?

Eine Katze.

Was wollten Sie werden, als Sie ein Kind waren?

Tierärztin.

Was ist Ihr Lieblingsessen?

Äplermagronen.

Mit wem möchten Sie auf dem Sessellift stecken bleiben?

Mit dem Cabaret-Duo Divertimento,
dann wird es sicher nicht langweilig.

Was macht Sie traurig?

Tierquälerei.

Was würden Sie gerne besser können?

Singen und tanzen.

Was war Ihr Lieblingsfach in der Schule?

Mathematik und Biologie.

Was würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

Meinen Hund, genug zu essen und ein Schweizer Sackmesser.

Von wem sind Sie Fan?

Von niemandem.

Was müsste Ihrer Meinung nach noch erfunden werden?

Schokolade, die nicht dick macht und keine Karies verursacht.

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

Bücher.





Andreas (8) aus Eich geht in die 3. Klasse und ist ein grosser Sportfan. Er spielt Fussball, boxt, fährt Mountainbike und geht Ski-fahren. Daneben hat er aber auch noch eine musikalische Seite. Er liebt es, Schlagzeug zu spielen. Auf den Trommeln erfindet er sogar eigene Rhythmen und hat auch manchmal kleine Auftritte vor Zuschauern. Zum Entspannen streichelt er gerne sein Büsi.

HEY-Star: Andreas

Worin bist du richtig gut?

Fussball, Schule, Schlagzeug.

Wenn du ein Tier wärst, welches wärst du dann und warum?

Eine Katze, weil sie so süss ist.

Was wirst du sein, wenn du gross bist?

Fussballer.

Was ist dein Lieblingsessen?

Pizza.

Mit wem möchtest du auf dem Sessellift stecken bleiben?

Mit dem Fussballspieler Neymar.

Was macht dich traurig?

Wenn Menschen oder Tiere sterben und wenn es Krieg gibt.

Was würdest du gerne besser können?

Schlagzeug spielen.

Was ist dein Lieblingsfach in der Schule?

Sport.

Was würdest du auf eine einsame Insel mitnehmen?

Mein Schlagzeug, einen Fussball, Essen und Trinken.

Von wem bist du Fan?

Neymar.

Was müsste deiner Meinung nach noch erfunden werden?

Ein fliegendes Auto.

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

Strom.



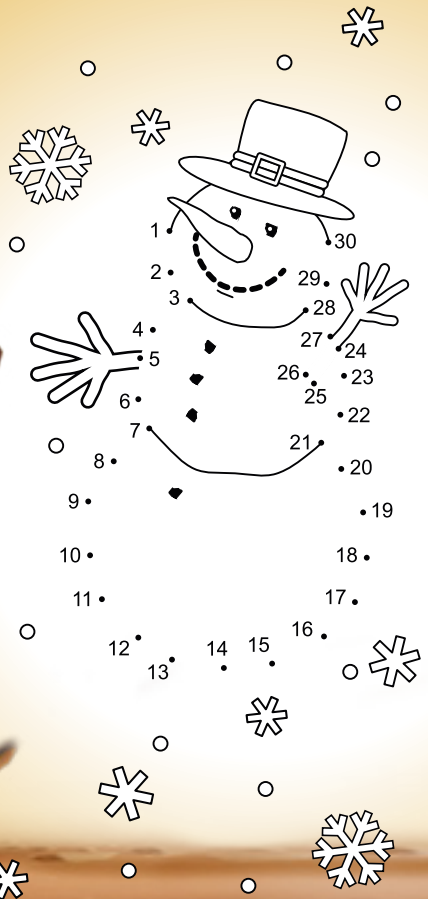
MACH MIT!

Zeige auch du, was deine Stärke ist, und bewirb dich noch heute als HEY-Star unter hey@volg.ch oder per Post. Die HEY-Postadresse findest du auf Seite 39. Kennwort: HEY-Star. Es wartet auch eine kleine **Überraschung** auf dich!

COMELLA

CHOCO-DRINK

DER FEINE SCHOGGI-DRINK!
JETZT GENIESSEN!



VERBINDE DIE PUNKTE IN DER RICHTIGEN REIHENFOLGE!

König der Lüfte



Leicht und elegant segeln Adler um hohe Bergspitzen. Auch in der Schweiz lebt eine Adlerart: der Steinadler. Er ist nach dem Bartgeier der zweitgrösste Vogel in unserem Land und der perfekte Luftjäger.

Mit seinen langen Flügeln erreicht der Steinadler eine Spannweite von fast 2,5 Metern!

Wegen ihrer Schönheit und ihrem anmutigen Flug werden Adler auch «Könige der Lüfte» genannt. Für uns Menschen sind sie ein Symbol für grenzenlose Freiheit. Weil sie auf der ganzen Welt so beliebt sind, zieren sie viele Flaggen und Wappen. In den

USA ist der Weisskopfadler sogar das Nationaltier. Der Steinadler ist ganz braun, je nach Alter hat er weisse Flecken im Gefieder. Er ist fast auf der ganzen nördlichen Erdhalbkugel verbreitet. In der Schweiz sind die Alpen sein Lebensraum.



Die Adlerraugen haben starke Linsen, mit denen sie blitzschnell zwischen Nahsicht und Fernsicht wechseln können.

Augen wie ein Fernglas

Mit ihren starken und scharfen Krallen, ihren weiten Flügeln und vor allem ihren Adlerraugen sind Steinadler die **perfekten Jäger**. Weil sie ihre grossen Augen seitlich am Kopf haben, nehmen sie viel mehr in ihrer Umgebung wahr als Menschen. Und ihre Augen sehen um ein Vielfaches schärfer als unsere. Adler können aus **2000 Metern Entfernung** eine krabbelnde Maus erspüren!



Gefahr von oben

Viele Tiere müssen sich vor den gefährlichen **Fleischfressern** in Acht nehmen. Weil sie so kräftig und geschickt sind, können Steinadler auch Tiere fangen, die grösser sind als sie selber, wie zum Beispiel eine **junge Gämse**. Beim Jagen wartet der Adler geduldig auf seinem Ansitz oder kreist hoch über dem Boden. Wenn er seine Beute im Visier hat, stürzt er lautlos hinab, fährt seine Krallen aus und – **zack!** – greift sich sein Fressen.



Hat ein Steinadler seine Beute entdeckt, stürzt er sich in die Tiefe greift sie mit seinen scharfen Krallen.

Adlerküken wachsen schnell

Wenn sich ein Adlerweibchen und ein Adlerrännchen zusammentun, bleiben sie meistens das **ganze Leben** lang ein Paar. Das ist nur bei wenigen Tieren so. Sie bauen sich ein Nest, einen sogenannten **Horst**, und ziehen darin ihre Babys gross. Adlerküken wachsen schnell und machen nach nur 80 Tagen schon ihre ersten Flüge. Nach etwa 150 Tagen verlassen sie das Nest und machen sich auf zu ihren eigenen Abenteuern.

Im Winter Beute zu finden, ist gar nicht so einfach. Junge Steinadler erkennt man an den weissen Federn.



Das Federkleid der Steinadlerküken ist weiss. Nach und nach wird es braun.

Fast verschwunden

Steinadler waren bei den **Menschen** nicht immer so beliebt wie heute. Früher gab es viel mehr von ihnen und sie waren auch in **Tälern** zu Hause. Dort waren sie aber eine **Bedrohung** für die Tiere der Bauern. Die Adler wurden deshalb lange Zeit gejagt, bis sie in der Schweiz fast verschwunden waren. Gut, gibt es Gebiete hoch in den Alpen, wo keine Menschen hinkommen. Dort haben die Steinadler überlebt und spannen heute noch ihre weiten Flügel über den Wolken.

Hast du gewusst?

- Der Steinadler kann im Sturzflug eine Geschwindigkeit von 320 km/h erreichen!
- Das Lieblings-Beutetier vom Steinadler sind Marmeladen.
- In Freiheit hat der Steinadler eine Lebenserwartung von gut 20 Jahren.





Findest du diese 9 Wörter im Buchstabensalat?

DIE | BESTEN | FRITES | AUS | SCHWEIZER | KARTOFFELN | GIBTS | BEI | MCCAIN



*McCain
Backofen-Frites.
Mmmmh, soo fein!*



Im Reim liegt die Lösung

Finde heraus, welche zwei Wörter zusammengehören.

H__e Ba_m Lö_e

Hos_ M_us

Ku_

T_nne

Sch_h

N_se

Zau_

M_we

Ha_s

Pfa__e

R__e

Bilderrätsel

Welche 3 zusammengesetzten Wörter werden gesucht?



Käseparty

Wie viele Mäuse siehst du?



1



Lass dir von deinen Eltern kleine Korkrädchen schneiden und von den Erdnüssen den Boden abschneiden.

Erdnüsse sind nicht nur fein, sie eignen sich auch gut zum Basteln. Nina (5) zeigt dir, wie du aus Erdnüssen kleine Tierchen machst, die du auch als Spielfiguren benutzen kannst.

Tierische Erdnuss-

2



Zuerst malt Nina die Erdnuss weiss an.

3



Wenn die Farbe getrocknet ist, zeichnet sie mit dem Filzstift schwarze Augen und Fellflecken.

Für deine Erdnusstierchen brauchst du:

Erdnüsse, Farbe, Korken, Schere, Cutter, farbiges Papier, schwarzer Filzstift, Bastelgras, kurze Stecknadeln

An der Hinterseite drückt sie vorsichtig eine Stecknadel von oben durch die Erdnuss ins Korkrädchen.



4

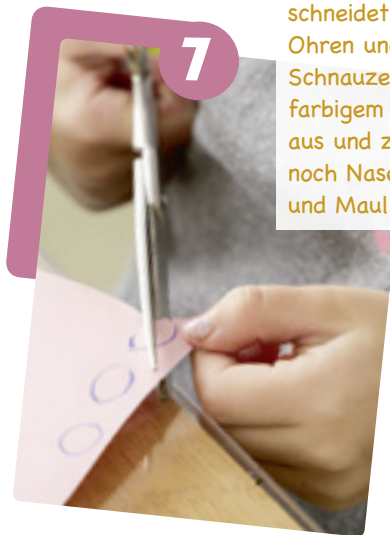


Auf das Korkrädchen trägt sie Leim auf...



-Figürchen

Zum Schluss schneidet sie Ohren und Schnauze aus farbigem Papier aus und zeichnet noch Nasenlöcher und Maul drauf.



... und drückt dann das Bastelgras auf die gleiche Stelle.



Nina hat sich gleich einen kleinen Bauernhof gebastelt. Erkennst du die Tiere?





Neben Fondue und Raclette gibt es noch andere typische Schweizer Spezialitäten. Sie haben oft lustige Namen und kommen aus bestimmten Ortschaften. Wir stellen dir einige vor.



Aargauer Chriesiprägel

Der Kanton Aargau hat nicht nur viele Burgen und Schlösser, er hat auch feines Essen. Die Aargauer Chriesiprägel sind ein beliebtes Dessert oder Zvieri. Heisse Chriesi mit angerösteten Brotwürfeln, versüsst mit Zimt an einer Kugel Vanilleglace.



Solothurner Liebesbriefe

Wie sagt man jemandem, dass man sie oder ihn mag? Mit einem Liebesbrief! Oder noch besser: Mit einem Solothurner Liebesbrief, den man essen kann.

Die Schweizer auf dem Teller

Chruchtele

Im Wallis wächst der berühmte Walliser Safran, ein edles Gewürz. Dieses braucht es für die Chruchtele, ein Walliser Fasnachtsgebäck.





Appenzeller Fleischvögel

Im Appenzell mag man Traditionen, zum Beispiel die schönen Bauerntrachten. Und traditionelles Essen, wie die Appenzeller Fleischvögel. Das sind Rouladen aus verschiedenen Fleischstücken, mit Zwiebeln und Gewürzen.



Glerner Zoggel

Der Kanton Glarus ist bekannt für seinen würzigen Schabziger-Käse. Den braucht es für die typisch glarnerischen Spätzli, die Glerner Zoggel. Die heissen so, weil sie aussehen wie die Holzpantoffeln mit demselben Namen.



Churer Fleischtorte

Aus Chur im Kanton Graubünden, da kommt die Churer Fleischtorte her. Die ist nicht etwa süss, sondern besteht aus Teig, Hackfleisch und Speck. Ideal für hungrige Snowboarder, Skifahrer und Wanderer.



Auf www.volg.ch/rezpte findest du alle hier vorgestellten Rezepte – und viele mehr!



SNACK. MAL BESSER.



Malbuner®

Mal besser. Malbuner.

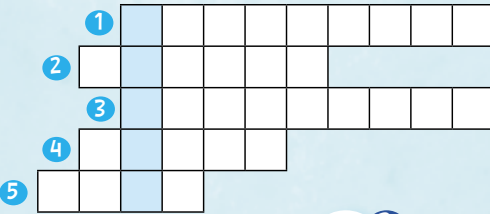
- ✓ FÜR DIE PAUSE
- ✓ PASST IN JEDE TASCHE
- ✓ FEIN WÜRZIGER PAUSENSNACK
NACH ORIGINAL-FAMILIENREZEPT
- ✓ DIE PIKANTE ALTERNATIVE ZU SÜSSEN SNACKS

 FIND US ON FACEBOOK
WWW.FACEBOOK.COM/POCKETSSANDWICH

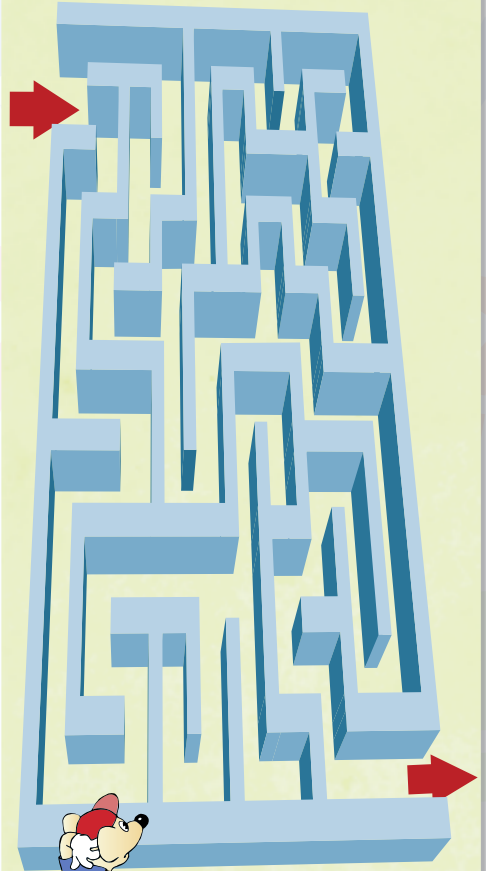
WWW.POCKET-SANDWICH.COM

Winterwörter

Setze die Wörter ein und finde das gesuchte Wort in den blauen Feldern.



Verwirrung im Irrgarten



Volgi wagt sich mutig in einen Irrgarten. Hilf ihm, schnell wieder herauszufinden.

Was gehört nicht in die Suppe?

Volgi möchte Volgine mit einer Gemüsesuppe überraschen. Welche Zutaten passen nicht?





Beim Judo darf auch mal rumgealbert werden. Hinten: Luis, Timon, Sergei, William, Zoe und Anina. Vorne: Jannis und Loris.

Judo ist die beliebteste Kampfsportart der Welt. Übrigens auch bei vielen Mädchen. Volgi & Volgine haben Judo-begeisterte Kinder beim Training in Rapperswil besucht.

Judo kommt ursprünglich aus Japan. Es ist ein sehr sanfter Kampfsport – Judo heisst auf Deutsch «sanfter Weg». Das Ziel ist, den Gegner mit möglichst wenig Aufwand auf den Rücken zu legen. Das ist aber gar nicht so einfach, wie es sich anhört. Die Kinder vom Judoclub Rapperswil üben deshalb jede Woche die wichtigen Griffe, Würfe und Bewegungen.

Tut nicht weh

Der Raum, in dem Judo ausgeübt wird, heisst Dojo. Er ist mit weichen Matten ausgelegt, damit sich niemand verletzt. Im Dojo in Rapperswil treffen sich die Kinder jeden Mittwochabend zum Training. Sie üben zum Beispiel, wie man sich beim Fallen richtig abrollt, so dass es nicht weh tut. Oder wie man den Gegner richtig packt, um ihn sanft auf den Boden zu legen.

LEG DEN GEGNER AUF DIE MAT

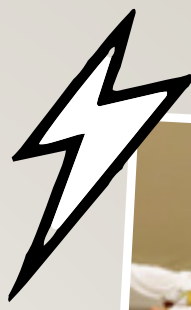


Nicht nur das Ziehen und Werfen, auch das Fallen muss geübt werden. Wie hier von Luis und Anina.



Judoka sind hilfsbereit

Judo-Kämpfer heissen Judoka. Kraft und Technik sind zwar wichtig, aber das Wichtigste beim Judo ist die Philosophie. Nur wer Respekt vor seinem Gegner hat und auch im Alltag stets hilfsbereit und verständnisvoll ist, darf sich als echten Judoka bezeichnen. So wie die Kids vom Dojo in Rapperswil.



Timon testet bei William die Körperspannung. Sie ist wichtig beim Judo.



TE!

HUA!

Loris vertraut seinem älteren Bruder Jannis auch mit verbundenen Augen. So trainiert er seine Reflexe.



Schon gewusst?

- 200 Millionen Menschen weltweit machen Judo.
- Judo lehrt Selbstsicherheit, Respekt und Disziplin.
- Ein international bekannter und einer der besten Judokas der Schweiz ist Sergei Aschwanden.
- In Japan ist Judo in der Schule ein Pflichtfach.

Welche Gurtfarbe?

Judoka tragen weisse Anzüge mit einem Gurt. Die Gurtfarbe verrät, wie weit der Judoka ausgebildet ist. Angefangen wird mit einem weissen. Schon ab fünf Jahren können Kinder mit Judo beginnen. Wenn sie dann Prüfungen machen, erhalten sie nach und nach Gurte in anderen Farben. Unten siehst du die Reihenfolge der Farbkategorien.



Weiss bis braun sind die Schülergrade, schwarz und rot-weiss sind die Meistergrade beim Judo.



Immer dem Licht nach!



1
Seid ihr alle bereit für die nächtliche Schneewanderung?
Gut, dann geht's los.



Einfach immer dem Fackellicht nachlaufen, dann verlieren wir uns nicht.



3
Wir sind die Schlugglichter.

Immer schön die Fackel im Auge behalten!



4
Ich sehe nicht, wo ich hinlaufe...
Hoppla!



5
Oh, eine Wegverzweigung. Wo sind sie nur langgelaufen?



6
Da! Ich sehe ein Licht, das muss die Fackel sein.



7

Oh, das ist nicht unsere Gruppe, das ist eine Reiterin.

Wo sind sie nur? Da ist ein anderes Licht.



8

Wieder falsch. Komm, da ist noch ein Licht!



9

Das ist keine Fackel, sondern eine Handy-Taschenlampe.

Was machen wir jetzt?



10

Ihr sucht die Gruppe mit der Fackel? Die sind da lang.

Vielen Dank!



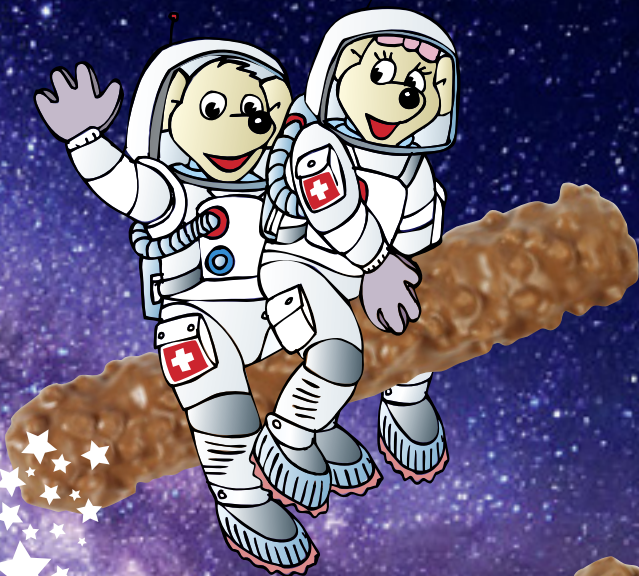
11

Volgi und Volgine, ihr seid vor uns da? Seid ihr denn nicht dem Licht gefolgt?

Doch, irgendwie schon, hihi...

Volgi & Volgine machen's vor: Die Volg Malz-Branches geben dir Energie für deine Abenteuer!

Auf zu den Sternen mit den Malzraketen!



Volg
frisch und fründlich

Hey, schon gewusst...?

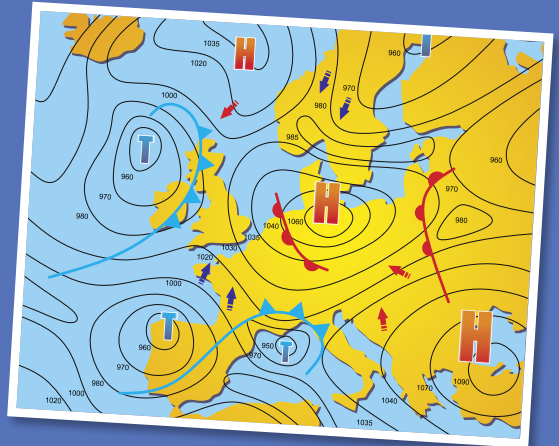


wieso stürme Menschennamen haben?

Mit geläufigen Namen wie «Peter» oder «Brigitte» hat man einen besseren Überblick über die Wetterlage. Nicht nur Stürme, auch andere Wettererscheinungen wie Hoch- und Tiefdruckgebiete haben Namen wie wir Menschen. Wenn ein Sturm besonders viel Schaden angerichtet hat, wird sein Name nie wieder für andere Stürme verwendet.

wann und wo das Skifahren erfunden wurde?

In der norwegischen Stadt Telemark sind um das Jahr 1870 die ersten Skier als Sportgerät gebaut worden. Auf Brettern über den Schnee gleiten hat man jedoch schon viel früher gemacht. Vor 4000 Jahren ist man in Skandinavien auf skartigen Brettern auf die Jagd gegangen.



Experiment

Pfeffer vom Salz trennen

Streu Salz und Pfeffer gemischt auf einen Teller. Reibe einen Plastiklöffel an einem Wollpullover oder an deinen Haaren und halte ihn dann vorsichtig über das Pfeffer-Salz-Gemisch. Der Pfeffer wird vom Löffel angezogen, die Salzkörner bleiben liegen. Wieso? Durch das Reiben wurde der Löffel elektrostatisch aufgeladen, wodurch er Dinge – ähnlich wie ein Magnet Metallstücke – anzieht. Eigentlich auch das Salz, doch das ist schwerer als der Pfeffer und bleibt deshalb liegen.



swiss science center
TECHNORAMA

Im Technorama in Winterthur hat es viele weitere spannende Experimente. Ein Besuch lohnt sich! www.technorama.ch





Ciara (6)
aus Neuenhof



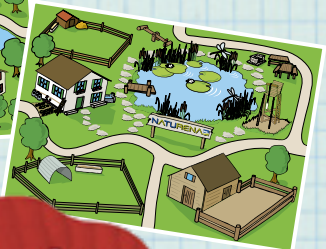
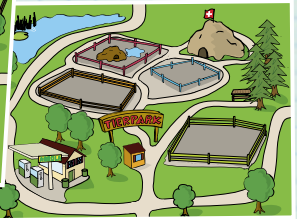
Lea (5) aus Egnach



Simona (13) aus Ammerswil

Zum Mitnehmen und Spielen!

Ab Februar sind sie da:
die **neuen Spielpläne** und
Holzfigürli von Volg! Bei
jedem Einkauf darfst du dir
gratis einen Plan oder ein
Figürli aussuchen. Oder du
lässt dir von deinen Eltern
und Grosseltern etwas mit
nach Hause nehmen. Viel
Spass beim Sammeln und
Geschichten Erfinden!



Lynn (7) aus Oberrüti



Jennifer (6) aus Niederweningen



Nur für euch

Fabian (11) aus Alchenstorf



Alisha (5) aus Horw



MACH MIT!

Diese Seite ist nur für euch reserviert. Volgi & Volgine freuen sich riesig über Zeichnungen, Briefe und E-Mails. Schreibt an hey@volg.ch, Kennwort: Nur für euch. Die Postadresse findet ihr auf Seite 39.



Die Kraken sind 100% - Essen für richtige Piraten!



Die Cervelas halbieren und einschneiden. Ob vom Grill oder aus der Pfanne - sie schmecken immer lecker!



Unser bestes Stück Natur.

www.agrinatura.ch

Gibt es bald fliegende Autos? Welcher Treibstoff löst das Benzin ab? Volgi & Volgine forschen für dich nach. Dann stellen sie dir den Electric-Boogie-Tanz vor und erklären dir, wieso scharfes Essen scharf ist. Ab dem **5. März** im HEY!



Diese Ausgabe:

Seite 2:

Der Bildausschnitt stammt von Seite 8.

Rätlecke Seite 23:

Im Reim liegt die Lösung

Hase – Nase / Baum – Zau

Maus – Haus / Löwe – Möwe

Kuh – Schuh / Pfanne – Tanne

Hose – Rose

Bilderrätsel

Wasserhahn, Handschuh, Milchzahn

Käseparty

Es sind 15 Mäuse zu sehen.

Rätlecke Seite 29:

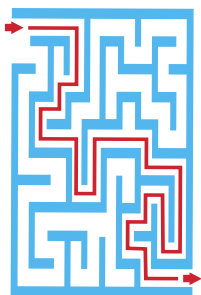
Winterwörter

Lösungswort: Schal

Was gehört nicht in die Suppe?

Gummibärchen und Ei

Verwirrung im Irrgarten



- 1: Ueli Knebel / Adobe Stock
- 3: Bahnmuseum Albula AG / Bergün Filisur Tourismus/ Ueli Knebel
- 5: Ueli Knebel
- 7-9: Ueli Knebel / brandinghouse
- 11: Nathalie / Ueli Knebel / Adobe Stock
- 13: Ueli Knebel / Hiestand
- 14: Schweizerischer Bäcker-Confiseurmeister-Verband / Adobe Stock
- 15: Andreas / Adobe Stock
- 17-21: Adobe Stock / Ueli Knebel
- 23: Adobe Stock
- 24-25: brandinghouse / Ueli Knebel
- 26-27: brandinghouse / Ueli Knebel
- 29: Adobe Stock / Ueli Knebel
- 30-31: brandinghouse / Ueli Knebel / Adobe Stock
- 32-33: Ueli Knebel
- 35: Adobe Stock / brandinghouse
- 36-37: brandinghouse
- 39: Adobe Stock / Ueli Knebel

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.

Druck- und Satzfehler vorbehalten.

© brandinghouse AG

ADRESSE

hey@volg.ch oder

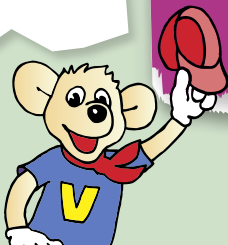
Volg Konsumwaren AG

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



MACHT GLÜCKLICH.

**CAILLER
BRANCHE
BRÖTLI**



Hiestand 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.