

VOM VOLG FÜR CLEVERE MÄDCHEN UND SCHLAUE JUNGS

# HEY

**Volg**

September/  
Oktober 2018



Minigolf  
ist Maxispass

Banane:  
Krummer Fitmacher

10 Jahre HEY:  
Ihr habt gewonnen!

## Was geht ab?

### forschen, fragen, wissen



- Mäusemail 3
- Athletics goes School 4
- Murmeltiere:
- Herzige Alpenbewohner 17
- Banane: Der krumme  
Fitmacher 26

### spielen, machen, basteln

- Luftartistin  
Giulia Reboldi 13
- HEY-Star: Lenya 15
- Rezept:
- Lustige Peperoni-Monster 29
- Minigolf ist Maxispass 30

### lachen, raten, tüfteln

- Rätselecke 23
- Comic: Tierischer Gruss  
aus der Ferne 32
- Wettbewerb 35
- Witzecke 37



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



Auch Hunde haben Berufe. Zum Beispiel hüten sie als Hirtenhund Schafe. Wir stellen dir Arbeitshunde vor.



7

## Treue Helfer auf vier Pfoten

Ganz viele tolle Zeichnungen von Volgi & Volgine mit ihrem Lieblingstier wurden uns geschickt! Schaut euch einige davon an.



10

## Die Gewinner vom Jubiläums-Wettbewerb

Giulia zeigt dir, wie du aus einem Konfitüreglas ein farbiges Windlicht bastelst.



24

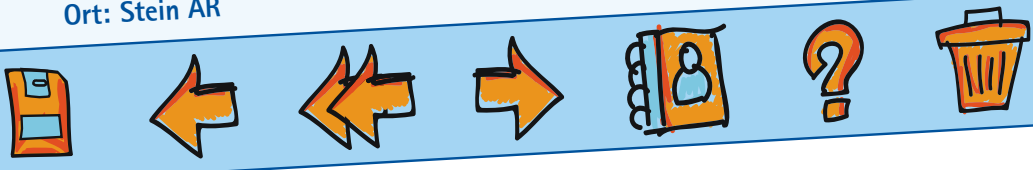
## Lass die Farben leuchten





## Zuschauen, wie Käse gemacht wird

Von: hey@volg.ch  
Betreff: Appenzeller Schaukäseerei  
An: ALLE HEY-KIDS  
Ort: Stein AR



Aus Milch macht man Käse. Das weisst du vielleicht. Aber wie genau wird aus der flüssigen Milch ein feiner, fester und runder Käse mit Rinde? Komm in der Appenzeller Schaukäseerei hinter das Geheimnis. Das Rezept bleibt zwar streng geheim, aber du erfährst, wie wichtig Kräuter für den Käse sind. Und du kannst sogar deine eigene Kräutermischung kreieren. Auch eine spannende Mäusegeschichte von «Chäsli Jakob» wartet auf dich.

Und nachher geht's ab auf den Spielplatz zum Schaukeln, Rutschen, Trampolinspringen und Wippen. Wir wünschen dir viel Spass.

Eure Volgi & Volgine



## GEWINNE!

HEY verlost 4 Familieneintritte (max. 2 Erwachsene und 4 Kinder).  
Schreib bis zum **19. Oktober 2018** an **hey@volg.ch** oder an die **Postadresse** auf Seite 39.  
Stichwort: Schaukäseerei

Alle Infos auf [www.schaukaeserei.ch](http://www.schaukaeserei.ch)





**Rennen, springen, werfen: Ende August sind über 400 Schülerinnen und Schüler zum Leichtathletik-Wettkampf gegeneinander angetreten. «Athletics goes school» heisst der riesige Anlass. Und weil Volg Sport eine super Sache findet, war er als Sponsor mit dabei.**

Sich einmal wie ein Spitzensportler fühlen und an einem grossen Sportanlass teilnehmen – das ist ein Traum von vielen Kindern. Für 22 Schulklassen aus der Region Bern – also über 400 Mädchen und Jungen – ging dieser am 31. August 2018 im Wankdorfstadion in Erfüllung.

## **VON DEN STARS LERNEN**

Doch bevor es endlich soweit war, bereiteten sich die Schülerinnen und Schüler während Wochen im Turnunterricht auf den Wettkampf vor. Gezeigt, wie es geht, hatten ihnen zwei junge Profi-Athleten. Sie übten mit ihnen Sprint, Weitsprung, Ballwurf und Laufen. Am grossen Tag war die Motivation dann riesig. Zusammen mit Leichtathletikstars wärmten sich die Kids im Stadion auf. Dann kribbelte es in den Armen und Beinen, die jungen Athleten wollten endlich zeigen, was sie drauf haben!



# **DAS Z UN**



*Die beiden jungen Profiathleten Vincent Notz und Luca Flück zeigen den Primarschülern auch, worauf es beim Sprint ankommt.*

## **WIE BEI DEN GROSSEN UND MIT VOLG**

Die Primarschüler traten wie Spitzensportler in den verschiedenen Disziplinen gegeneinander an – mit Startschuss, elektronischer Zeitmessung und anderen Profi-Messgeräten. Von ihren Klassenkameraden wurden sie dabei mit lautem Gejohle angefeuert. Für die besten drei Schülerinnen und die besten drei Schüler gab es Medaillen und Preise, die beste Schulklasse erhielt einen Pokal. Auch die anderen Kids gingen nicht leer aus: Zum Abschluss gab es für alle feine Glacés von Volg. Da Volg den Anlass als Hauptsponsor unterstützte, waren alle Kids vorher schon mit Volg-Trinkflaschen und coolen Volg-Kappen ausgerüstet worden.



FÜR CLEVERE MÄDCHEN UND SCHLAUE JUNGS



*Auf die Plätze, fertig... los!  
Der Start zum 600-Meter-Sprint  
ist den Kids gelungen.*



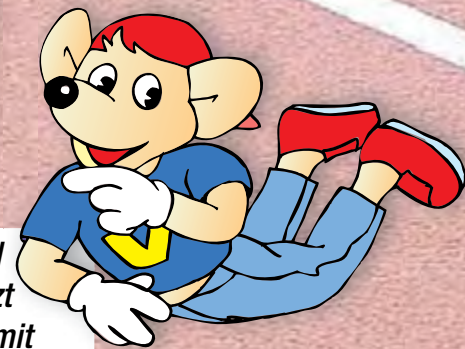
# WIE? SPORT UND SPASS



*Daumen hoch! Spass stand  
am «Athletics goes school»-Tag  
im Vordergrund.*



*Sport und Bewegung sind  
wichtig. Darum unterstützt  
Volg gerne Sportanlässe mit  
jungen Talenten wie diesen.*



Alle Fotos und Informationen zum Event findest du auf  
[www.athletics-goes-school.ch](http://www.athletics-goes-school.ch)





# Gruselige Monster Burger - und die Halloween-Party kann Steigen!



Die saftigen Rinds- oder Mini-Burger durchbraten und mit kreativen Käsescheiben belegen. Echte Hingucker, die schmecken!

**SUTTERO** 

[www.suttero.ch](http://www.suttero.ch)



# Treue Helfer auf vier Pfoten



*Beruf Blindenhund: Als Hilfe in ihrem Alltag führen sie blinde Menschen sicher über Strassen und an Hindernissen vorbei.*

**Hunde sind mehr als nur pelzige Freunde: Mit ihren Supernasen und ihrer Begabung, schnell zu lernen, sind sie oft auch Helfer im Alltag. Denn manche Hunde haben Berufe, wofür sie ausgebildet werden – fast wie Menschen.**

Hunde sind seit etwa 15 000 Jahren unsere treuen Freunde und Begleiter. Doch sie sind nicht nur Haustiere – manche unterstützen uns auch im Alltag. Denn Hunde haben viele Fähigkeiten, die wir Menschen nicht haben und mit

denen sie uns in vielen Bereichen helfen können. Vor allem ihre Schnüffelnasen, ihre Treue und ihre Schnelligkeit machen sie zu unersetzbaren Spezialisten. Schau dir auf den nächsten 2 Seiten an, welche «Hundeberufe» es gibt.







# Supernasen

Hunde können 40 Mal besser riechen als wir Menschen. Das macht sie zu wahren Schnüffelspezialisten. Lawinenhunde können zum Beispiel Menschen unter Lawinen «erschnüffeln». Für die Polizei finden Spürhunde mit ihren Supernasen an Tatorten wichtige Beweismittel. Diese Arbeiten sind für die Hunde ein Spass. Sie lieben es, Gerüche zu entdecken und Spuren zu verfolgen.



*Beruf Lawinenhund: Weil sie Verschüttete unter dicken Schneemassen riechen können, retten sie oft Menschenleben.*



# Tierische Bodyguards

Manche Hunde sind nicht bloss treu, sie haben einen wahren Beschützerinstinkt. Sie wurden trainiert, um Menschen vor Angreifern zu schützen. Wenn es brenzlich wird, können sie sogar zubeissen. Solche Hunde «arbeiten» unter anderem bei der Polizei und beim Militär. Es sind grosse, kräftige Hunde wie Schäferhunde oder Dobermänner. In der Polizeischule lernen sie auch, Diebe oder Einbrecher zu verfolgen und in Schach zu halten. So auch Hirtenhunde: Sie begleiten den Hirten und dessen Schafherde, bewachen und verteidigen sie und achten darauf, dass kein Schaf ausbüxt.

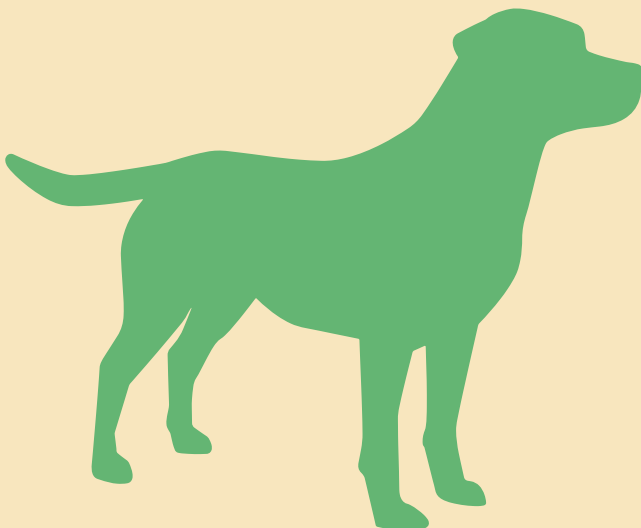


*Beruf Polizeihund: In der Ausbildung lernt er, den Polizisten bei ihrer Arbeit zu helfen. Er spürt zum Beispiel Fährten auf.*



# Hunde als Alltagshelfer

Hunde können Menschen helfen, sich im Alltag zurechtzufinden. Dazu gehören zum Beispiel Blindenhunde. Sie werden trainiert, blinde oder sehbehinderte Menschen sicher an Hindernissen vorbei zu führen. Andere Assistenzhunde helfen Menschen in Rollstühlen oder kranken Menschen bei Handlungen, die schwierig oder gar unmöglich für sie sind. Auch Schlittenhunde helfen Menschen, im Alltag gut voranzukommen: In nordischen Ländern ziehen sie noch heute Schlitten auf langen Reisen durch den Schnee.



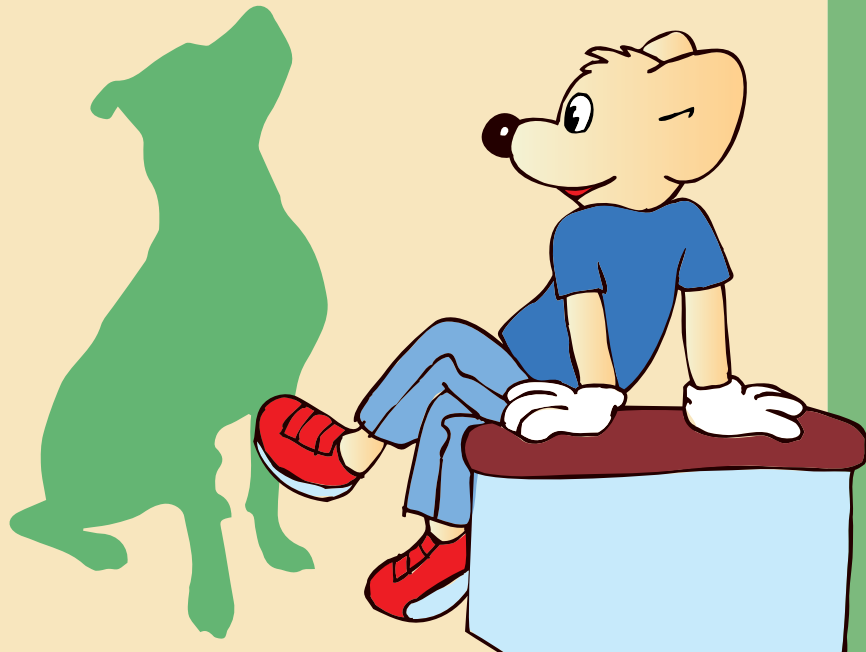




*Beruf Schlittenhund: Huskys lieben es, über den Schnee zu rennen. Sie haben viel Ausdauer und die Kälte macht ihnen nichts aus.*



*Beruf Hirtenhund: Der Hirtenhund hält die Schafherde zusammen und hilft dem Schäfer dabei, dass er keines verliert.*



## «Beim Einkaufen übergibt ein Assistenzhund das Portemonnaie dem Kassierer.»

Sandra Lindenmann vom Verein Assistenzhunde Schweiz



Sandra Lindenmann trainiert im Assistenzhunde-Zentrum in Oberkulm Assistenzhunde, die Menschen mit einer Behinderung helfen. Zum Beispiel reichen sie ihnen Gegenstände, betätigen Lichtschalter oder öffnen und schliessen Türen.

### Welche Fähigkeiten muss ein Hund mitbringen für den «Job»?

«Er muss gut <folgen> können, gehorsam und menschenbezogen sein und gut mit anderen Hunden auskommen.»

### In welchem Alter beginnt die Ausbildung?

«Meist, wenn die Hunde 1 Jahr alt sind. Die Dauer der Ausbildung hängt vom Hund und seiner Aufgabe ab. Im Durchschnitt dauert sie 2 Jahre.»

### Was soll ich tun, wenn ich einem Assistenzhund begegne?

«Assistenzhunde sind am Arbeiten. Deshalb sollten sie nicht durch Streicheln und Locken davon abgelenkt werden.»

### Warum eignen sich Hunde besser als andere Tiere?

«Im Gegensatz zu vielen anderen Tieren sind Hunde sehr fürsorglich und hilfsbereit. Zudem sind sie intelligent und lernen gerne und schnell.»





# 10 JAHRE HEY - DIE WETTBEWERBS- GEWINNER

HEY feiert dieses Jahr den 10. Geburtstag – und das schönste Geschenk waren eure vielen Zeichnungen! Vielen Dank! Volgi & Volgine haben sich riesig über viele lustige und originelle Zeichnungen mit euren Lieblingstieren gefreut.

Die Gewinner der 3 Hauptpreise,  
je eine Kindergeburtstags-Party in  
der Schokoladenfabrik Maestrani



Petr Cerny (11) aus Stallikon



Eliana Rothenberger (9)  
aus Rickenbach-Sulz



Alessia Strebel (10) aus Mühlau





Auch die Künstler dieser lässigen Zeichnungen erhalten tolle Preise.



Leana Lisa Schenk (11)  
aus Röthenbach i.E.



Michael Huber (12) aus Wittenbach



Jonas Berli (11) aus Ebertswil



Nicolas Cachat (9)  
aus Oberweningen



Johanna Cerna (8) aus Stallikon

... und ihr alle habt auch gewonnen:

**Über Trottinetts, Scooter und Volg-Überraschungspakete dürfen sich freuen:**

Jasmine aus Zwilliken, Pinia aus Wädenswil, Andri aus Oberuzwil, Zeli aus Kiesen, Alina aus Bäretswil, Cindy aus Borgonovo, Maurina aus Ottenbach, Lotte aus Elm, Sophie aus Bachenbülach, Gael aus Gossau, Ramona aus Bertschikon, Khando aus Wallisellen, Diego aus Gossau, Lia aus Hedingen, Noelia aus Rickenbach-Sulz, Jonas aus Malans, Lisa aus Roggwil, Linda aus Strengelbach, Zequan aus Kiesen, Flavia aus Niederwil, Elin aus Erlenbach, Simon aus Ottikon, Lea aus Oberfeld, Fiona aus Truttikon, Melanie aus Zwilliken, Bianca aus Oberembrach, Anne-Sofie aus Visperterminen, Angelina aus Stein am Rhein, Noel aus Jenaz, Jamina aus Mühleberg, Owen aus Rickenbach, Silas aus Basadingen, Roman aus Wittenbach, Celine aus Zeiningen, Flavia aus Grabserberg, Ben aus Densbüren, Adrian aus Erlen, Daniela aus Grabs, Hanna aus Elm, Chantal aus Zeiningen, Hanna aus Schiers, Ylenia aus Seftigen





# Die Freunde vom Pepita-Papagei sind da! Finde die 10 Unterschiede.

Schau genau hin  
und mach beim  
Rätsel-Spass mit!

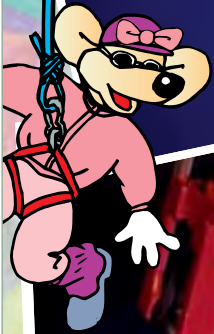


Schicke die Antwort (inkl. Absender) per Post dem  
Pepita-Papagei! Hast du die 10 Unterschiede entdeckt?  
Dann bekommst du ein tolles Geschenk.

Pepita-Papagei  
Mineralquelle Eptingen AG  
Hauptstrasse 20  
4450 Sissach







Schon als kleines Kind war Giulia Reboldi vom Zirkus begeistert. Mit 14 Jahren hat sie in Berlin ihre Ausbildung zur Luftartistin begonnen. Heute tritt sie mit ihren Künsten auf der ganzen Welt auf. Sie liebt es, das Publikum zum Staunen zu bringen und die Leute in eine fantasievolle Welt zu entführen.

**Luftartistin:**

**Giulia Reboldi**

Worin sind Sie richtig gut?

*Im Erfinden von Geschichten.*

Wenn Sie ein Tier wären, welches wären Sie dann?

*Ein Luchs. Ich liebe die Berge, bin verspielt und kann auch zurückknurren.*

Was wollten Sie werden, als Sie ein Kind waren?

*Zirkusartistin, keine Frage.*

Was ist Ihr Lieblingsessen?

*Steak mit Kräuterbutter.*

Mit wem möchten Sie auf dem Sessellift stecken bleiben?

*Mit meinem besten Freund Tim. Wir haben immer einen Riesenspass.*

Was macht Sie traurig?

*Wenn Menschen ihr Glück nicht zu schätzen wissen.*

Was würden Sie gerne besser können?

*Ich hätte gerne etwas mehr Geduld.*

Was war Ihr Lieblingsfach in der Schule?

*Kunstunterricht und Handarbeit.*

Was würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

*Ein Moskitonetz. Mücken lieben mich.*

Von wem sind Sie Fan?

*Von Menschen, die ihre Träume verwirklichen.*

Was müsste Ihrer Meinung nach noch erfunden werden?


*Medikamente, die unheilbare Krankheiten heilen.*

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

*Schwer zu sagen. Es gibt viele tolle Erfindungen auf dieser Welt.*







Für alle, denen ein normales  
Schulbrot zu langweilig ist.



Frisch belegte  
Sandwiches  
Viele Sorten  
in eurem  
Vols

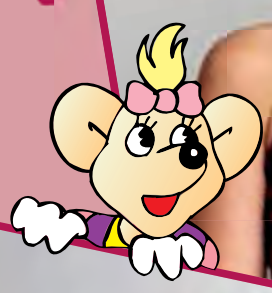



Poulet  
Tartare



hilcona






Lenya (11) aus Amriswil liebt das Tanzen. Mehrmals pro Woche geht sie in den Tanzunterricht, wo sie Ballett und Modern Dance übt. Ihr grosser Traum ist es, später als professionelle Tänzerin zu arbeiten. Auch auf dem Trampolin in ihrem Garten macht Lenya gerne grosse Sprünge.



**HEY-Star:**

**Lenya**



Worin bist du richtig gut?

Im Tanzen. Modern Dance mag ich besonders.

Wenn du ein Tier wärst, welches wärst du?

Ein Hund, weil er von der ganzen Familie verwöhnt wird.

Was möchtest du sein, wenn du gross bist?

Tänzerin oder Lehrerin.

Was ist dein Lieblingsessen?

Spinatlasagne.

Mit wem möchtest du auf dem Sessellift stecken bleiben?

Mit meinem Mami.

Was macht dich traurig?

Wenn Tiere schlecht behandelt werden.

Was würdest du gerne besser können?

Beim Üben der Tanzakrobatik wäre ich gerne etwas mutiger.

Was ist dein Lieblingsfach in der Schule?

Realien (Geschichte, Geografie und Naturkunde),

Deutsch und Sport.

Was würdest du auf eine einsame Insel mitnehmen?

Meine Familie, unseren Hund, ein Trampolin, Musik und Badesachen.

Von wem bist du Fan?

Ich mag die Schauspielerin Xenia Goodwin, welche bei der Serie Dance Academy die Hauptrolle spielt.

Was müsste deiner Meinung nach noch erfunden werden?

Eine Reise-Zeitmaschine, um jederzeit überallhin reisen zu können.

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

Das Trampolin.



**MACH MIT!**

Zeig auch du, was deine Stärke ist, und bewirb dich noch heute als HEY-Star unter [hey@volg.ch](mailto:hey@volg.ch) oder an die **Postadresse auf Seite 39**. Kennwort: HEY-Star. Es wartet auch eine kleine **Überraschung** auf dich!







# Die Bärenpackung – so gross wie unsere Familie!



**2 NEUE SORTEN!**



**Banane**



**Pfirsich**



**Cola**



**Apfel**



**Himbeere**



**Orange**

**Gummibärli von Volg Familienpreis:  
grosse Packung zum kleinen Preis!**



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



# Wer pfeift denn da?

Murmelis leben in den Bergen und zeigen sich nur selten. Dafür hört man ihre lauten Pfiffe schon von Weitem. Warum pfeifen sie? Und was macht die herzigen Nager sonst noch besonders?

Warst du schon einmal auf einer Wanderung in unseren Bergen und hast in der Ferne ein lautes, schrilles Pfeifen gehört? Dann war das bestimmt ein Murmeltier, auch Murmeli genannt. Die kleinen pelzigen Bergbewohner pfeifen, um ihre Artgenossen vor Feinden wie dem Steinadler zu warnen. Sie sind immer auf der Hut und erkennen die kleinste Bewegung am Boden und Himmel sofort. Wenn Gefahr droht, verschwinden sie blitzschnell in ihrem unterirdischen Bau, wo sie sicher sind.



*Murmeltiere sind in den gesamten Alpen verbreitet. Auch in den Schweizer Bergen leben viele der schüchternen Nagetiere.*





# Revier verteidigen

Murmelis leben in Gruppen, die aus mehreren Murmeli-Familien bestehen. Eine Gruppe bewohnt nur ein bestimmtes Gebiet – ihr Revier. Die Männchen markieren das Revier mit ihrem Duft und verteidigen es. Fremdlinge werden sofort vertrieben. In ihrem Revier gehen die Murmeltiere auch auf Futtersuche. Neben Gräsern und Kräutern fressen sie auch gerne Regenwürmer, Larven und Insekten.

Murmelis sind nicht gerne allein. Mehrere Familien leben zusammen und schützen sich gegenseitig.



# Kuscheln im Untergrund

Mit ihren kräftigen Vorderpfoten und langen Krallen sind Murmelis perfekte Tunnelgräber. Sie buddeln unterirdische Gänge und Kammern, in denen sie ihre Jungen aufziehen und ihren Winterschlaf halten. Die Kammern polstern sie mit Grashalmen aus, damit sie es bequem haben. Dort kuscheln sie sich aneinander, denn Murmeltiere lieben die Geselligkeit. Sie spielen miteinander und pflegen sich gegenseitig das Fell.



Murmelis graben Gänge und Kammern, in denen sie sicher sind. Sie brauchen zum Beispiel einen Hauptraum **1** und eine Toilette **2**.





# Kein Pfeifen, sondern Schreien

Das Pfeifen der Murmelis ist eigentlich gar kein Pfeifen, sondern ein Schreien. Denn: Der Laut kommt nicht von den Lippen. Das siehst du daran, dass ihr Mund weit geöffnet ist, wenn sie ihre Warnlaute schreien. Diese hören wir sogar aus 1 Kilometer Entfernung.



Das braun-graue Fell der Murmelis dient ihnen als Tarnung in den felsigen Alpen. Sie sind von Weitem nicht einfach zu erkennen.



Wenn es den Murmelis im Sommer zu heiss wird, legen sie sich mit dem Bauch auf kalte Felsen, um sich abzukühlen.

## Zeit zum Schlafen

Im Winter halten Murmelis Winterschlaf. Sie tun das, weil es dann nichts zu fressen gibt und sie ihre Kräfte schonen müssen. Murmelis fressen dafür im Sommer umso mehr, um sich für diese Zeit Fettreserven anzulegen. Während des Winters schlummern sie in ihren Erdhöhlen und wachen nur ab und zu auf, um auf die Toilette zu gehen. In dieser Zeit atmet ein Murmeltier nur noch 2-mal pro Minute!



## Der Murmeliweg

Besonders viele Murmelis kannst du von Mai bis Ende September auf dem Murmeltierlehrpfad in Avers im Kanton Graubünden beobachten. An 11 Stationen erfährst du zudem Interessantes über die Tiere. Weitere Informationen findest du unter: [www.murmeltier.ch](http://www.murmeltier.ch)

## Hast du gewusst?

- Zur Begrüssung reiben sich Murmelis die Backen aneinander. Dort entsteht ihr Drüsen-Duft, an dem sie sich erkennen.
- 90 Prozent ihres Lebens verbringen Murmelis in ihren unterirdischen Bauten.
- Der Winterschlaf der Murmelis dauert von September bis März.













# SO LUSTIG UND FEIN KANN ZVIERI MIT Kiri SEIN.



ALLE 12  
KIRI-MASKEN  
ENTDECKEN!



## GNÜSS DIS LÄBE, GNÜSS KIRI!

IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich.



## Drachentanz

Füge die Bildstreifen in der richtigen Reihenfolge zu einem Drachen zusammen, und du erhältst das Lösungswort.



## Luftiges Labyrinth

Hilf Volgi, sich den Weg durch das Laub freizuräumen.



## Herbst-Memory

Welches Motiv befindet sich auf der verdeckten Karte?



## Feriengrüsse

Volgine hat Post von ihren Freunden erhalten. Aus welchen Städten stammen die Postkarten?





# LASS DIE FARBEN LEUCHTEN

Im Herbst wird es wieder früher dunkel. Da sind farbige Windlichter eine schöne Dekoration auf dem Fenstersims. Giorgia (9) aus Fehrlortorf zeigt dir, wie du ein Windlicht selber basteln kannst.

Für dein Windlicht brauchst du:

- Konfitüreglas
- Schere
- farbiges Seidenpapier
- Pinsel
- Fisch-Kleister (erhältlich im Baumarkt oder Bastelladen)
- Teelicht

1



Mit einem Schwamm und warmem Wasser entfernt Giorgia die Etikette eines Konfitüreglases.

2



Mit einer Schere schneidet sie das Seidenpapier in viele kleine Rechtecke.

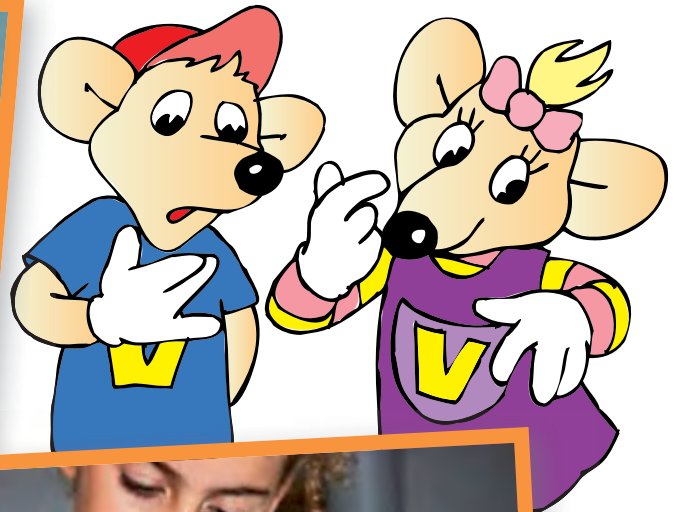
3



Als nächstes trägt sie mit dem Pinsel rundum eine Schicht Fisch-Kleister auf das Konfitüreglas auf.



4



5



Nun drückt Giorgia die Papierschnipsel auf den Fisch-Kleister.

Am Schluss tupft sie mit dem Pinsel rundum nochmals eine feine Schicht Fisch-Kleister über ihre Seidenpapierdekoration.

6



Wenn der Fisch-Kleister trocken ist, stellt Giorgia ein Teelicht in das Glas und lässt es von einem Erwachsenen anzünden. Fertig ist ihr farbiges Windlicht!





Zusammen mit dem Apfel ist die Banane die meistgegessene Frucht in der Schweiz. Woher kommt sie? Warum ist sie krumm? Volgi & Volgine nehmen dich mit auf eine Bananenreise.



## MIT DEM SCHIFF BIS IN DEN VOLG

Die Banane kommt aus Ländern, in denen es das ganze Jahr über sehr heiss ist, meistens aus Südamerika. Bei uns in der Schweiz wäre es ihr zu kühl. Bananen wachsen in der Form von Händen, mit bis zu 20 Fingern. Daher kommt auch der Name: «Banan» ist arabisch und bedeutet «Finger». Nach etwa drei Monaten am Baum werden sie noch grün geerntet und im Kühlraum eines Schiffes transportiert. An ihrem Ankunftsort werden die Bananen in eine Bananenreiferei gebracht. Erst hier werden sie während etwa 4–8 Tagen süss und gelb. Danach kommen sie in den Volg.

# DER KR FITMA

## WARUM IST DIE BANANE KRUMM?

Um zu wachsen, brauchen Bananen das Licht der Sonne. Wenn sie noch ganz klein sind, sind sie jedoch noch unter den grossen Bananenblättern versteckt. Werden sie grösser, kommen sie unter den Blättern hervor an die Sonne. Dann drehen sie sich, immer dem Sonnenlicht entgegen, nach aussen und nach oben. So erhalten sie ihre krumme Form.



Die Stauden, an denen die Bananen wachsen, sind bis zu 10 Meter hoch.







Von der Bananenplantage geht es zum Hafen, mit dem Schiff nach Europa und dann in die Schweiz bis zum Volg.



# RUMME CHER



## NAHRHAFTE ENERGIELIEFERANTIN

Bestimmt hast du schon Sportler gesehen, die eine Banane gegessen haben. Mit gutem Grund: Bananen geben Energie und Power, die lange anhalten! Sie haben auch weitere gute Inhaltsstoffe: Sie helfen dir zum Beispiel, dich besser konzentrieren zu können, weil sie auch viel natürlichen Fruchtzucker enthalten. Er macht sie so süß. Aber nicht nur deshalb ist sie so beliebt – sie ist auch sehr praktisch zum Mitnehmen: Dank ihrer Schale muss sie nicht gewaschen werden und macht die Finger nicht klebrig.



An Tagen, an denen du Sport hast, ist die Banane eine gute Ergänzung zu deinem Znüni.



Hast du gewusst? Ein Affe schält die Banane anders herum!



# 70 Jahre Hero Ravioli - Feiere mit uns!



Dieses Jahr feiern Hero Eier Ravioli ihren 70. Geburtstag. Zur Feier des Jahres haben wir die kleine Büchse Hugo ins Leben gerufen.

Die spannenden Geschichten rund um Hugo und seinen Weg ins Regal jetzt gratis downloaden unter [hero.ch/promotion](http://hero.ch/promotion) - oder von Mami downloaden lassen.

**Feiere mit uns und mach mit bei unserem Wettbewerb!**

**Aufgepasst! Die Lösung findet ihr in der digitalen Geschichte der kleinen Büchse Hugo: Wie viele Male wurde Ernesto, der Büchsenstar, bereits als Hero Eier Ravioli Büchse wiederverwertet?**



**Mit etwas Glück gewinnst Du 4 Tageseintritte in den Europapark Rust (2 Erwachsene & 2 Kinder)**

Wie viele Male wurde Ernesto bereits wiederverwertet?

Lösungszahl: .....

Name / Vorname: .....

Alter: .....

Adresse: .....

PLZ / Ort: .....

Notiere die Lösungszahl und sende uns den ausgefüllten Talon bis zum 31. Oktober 2018 an: Nadja Kooistra, Hero AG, Karl Roth-Strasse 8, 5600 Lenzburg oder an [klassiker@hero.ch](mailto:klassiker@hero.ch)  
Es wird keine Korrespondenz geführt, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



# LUSTIGE PEPERONI-MONSTER

Für 4 Peperoni-Monster brauchst du:

-  2 rote + 2 gelbe Peperoni
-  1 Esslöffel Olivenöl
-  100 g Ebly
-  1 Handvoll Peterli
-  1 Rüebli
-  300 g Fleischkäse-Brät oder Hackfleisch
-  Salz und Pfeffer

## Sei kreativ:

Anstelle von Fleischkäse-Brät oder Hackfleisch kannst du auch einen Frischkäse (z.B. Cantadou oder Philadelphia) verwenden. Statt Ebly kannst du auch Reis nehmen.

## Hast du gewusst?

Ebly sind zarte Weizenkörner, die vorgekocht wurden. Deshalb benötigen sie nur 10 Minuten Kochzeit.



 mittel

Zubereitung  
ca. 40 Minuten

1



Schneide von den Peperoni einen Deckel ab und entferne die Kerne mit einem Löffel. Schnitze Monster-Gesichter in die Peperoni.

2



Verteile das Olivenöl mit einem Backpinsel in der Gratinform und stelle dann die Peperoni hinein.

3



Koche in einem grossen Topf Wasser mit etwas Salz auf, gib den Ebly dazu und koche ihn darin 10 Minuten lang. Während der Kochzeit hackst du den Peterli, schälst das Rüebli und raffelst es fein.

4



Wenn der Ebly gar ist, schüttest du ihn in ein Sieb und füllst ihn in eine Schüssel um.

5

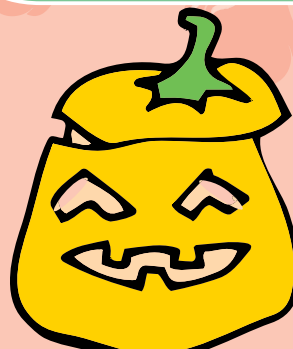


Heize den Ofen auf 180 °C vor. Nun gibst du Peterli und Rüebli zusammen mit dem Brät oder dem Hackfleisch zum Ebly in die Schüssel. Würze alles mit Salz und Pfeffer und vermische das Ganze.

6



Fülle die Mischung in die Peperoni und backe sie 20–30 Minuten im Ofen bei 180 °C. Und jetzt: monsternässig «en Guete!»





# Minigolf ist Maxispass



**Die Cousins Leon (9) und Danilo (11) treffen sich in Pratteln regelmässig zum Minigolfspiel. Volgi & Volgine haben sie begleitet.**

Wöchentlich gehen Leon und sein Trainer Marvin in die Minigolfanlage Ergolz in Pratteln zum Training. Leon trainiert seit einem Jahr und will bald an Turnieren mitmachen, um zu zeigen, was

er kann. Heute ist auch sein Cousin Danilo mit dabei. Beiden bereitet es viel Freude, die verschiedenen Bahnen mit möglichst wenig Schlägen zu bespielen und dabei eine gute Zeit zu verbringen.

Übung macht den Meister: Trainer Marvin zeigt Leon, wie er den Schläger ausrichten muss, damit der Ball ins Loch rollt.

## Wenig Schläge, viele Punkte

Beim Minigolf musst du den Ball mit möglichst wenigen Schlägen im Loch versenken. Das hört sich einfach an, ist es aber nicht. Denn meistens stehen Hindernisse im Weg, manchmal ist die Bahn schräg und manchmal muss der Ball durch einen Tunnel. Da braucht es eine ruhige Hand, Zielgenauigkeit und viel Konzentration. Leon übt, indem er sich eine Linie für den Ball denkt und dann den Schläger langsam in diese Richtung durchschwingt.



## Schweizer sind spitze

Minigolf ist nicht nur ein Freizeitsport, sondern auch ein Spitzensport. Es gibt Europa- und Weltmeisterschaften, bei denen wir Schweizer ziemlich gut sind. Die Minigolf-Art, die wir kennen und die weltweit als Profisport betrieben wird, hat übrigens ein Schweizer vor 65 Jahren erfunden. In unserem Land gibt es heute viele tolle, schöne Minigolf-Anlagen. Sie sind meistens draussen im Grünen, es gibt aber auch Hallen-Minigolf.

Die Bahn muss blitzsauber sein. Auch ein kleines Körnchen kann den Ball von seiner Bahn lenken.





## Es rollt nicht immer gleich

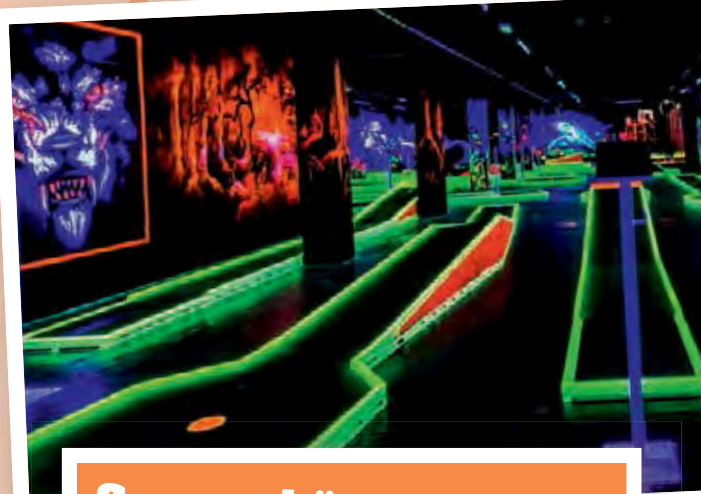
Vor Spielbeginn wählt Leon den Schläger und den Ball aus, die er für das Spiel verwendet. Dabei berücksichtigt er die Bahnunterlage und sogar die Temperatur der Luft. Die Bälle rollen nämlich an heißen Tagen nicht gleich wie an kühleren Tagen.



Profi-Minigolf-Bälle unterscheiden sich in Gewicht und Material. Damit er besser rollt, präpariert Leon seinen Ball mit einem Pulver.



Danilo, Trainer Marvin und Leon spielen regelmässig auf der Minigolf-Anlage Ergolz in Pratteln bei Basel.



## Ganz schön speziell

Minigolf spielen in dunklen Räumen und nicht draussen? Das gibt's wirklich. Im Fantasy-Golf in Winterthur ist es stockfinster und die Bahnen leuchten.

# Experiment

## LUFT- UND WASSER-TAUSCH

Wenn du ein Glas senkrecht mit der Öffnung nach unten in eine Schale mit Wasser tauchst, bleibt die Luft im Glas gefangen. Wenn Du das Glas unter Wasser etwas schräg hältst, kann die Luft entweichen und das Glas füllt sich mit Wasser. Ziehe nun das mit Wasser gefüllte Glas senkrecht nach oben. Wie weit kannst du das gefüllte Glas aus dem Wasser ziehen, ohne dass das Wasser entweicht?



swiss science center  
**TECHNORAMA**

Im Technorama in Winterthur hat es viele weitere spannende Experimente. Ein Besuch lohnt sich! [www.technorama.ch](http://www.technorama.ch)



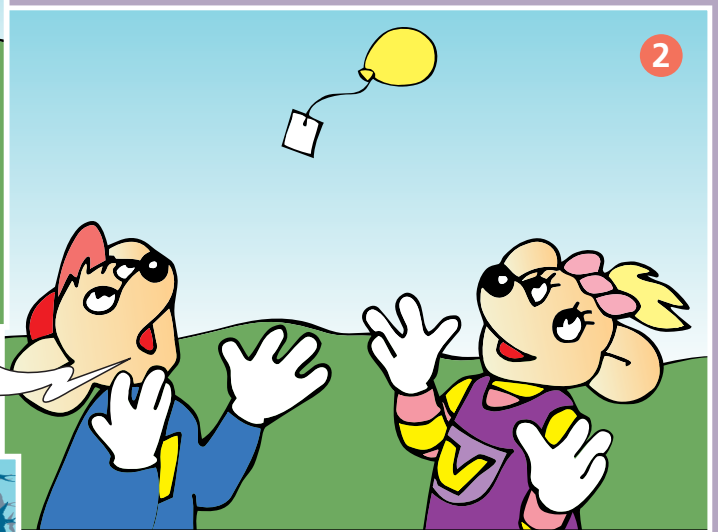


# INTERESSANTER GRUSS AUS DER FERNE



Eine tolle Sache, dieser Ballon-Wettbewerb.

Wenn unser Ballon am weitesten liegt und unsere Karte per Post zurückgeschickt wird, gewinnen wir den Wettbewerb.

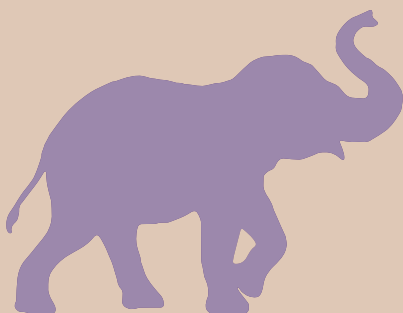


So, da macht sich unser Ballon auf die Reise.



Schau mal, Volgine, die vielen Zugvögel! Die fliegen jetzt nach Afrika in ihr Winterquartier.

Ui, schau! Die fliegen ja direkt auf unseren Ballon zu!







5

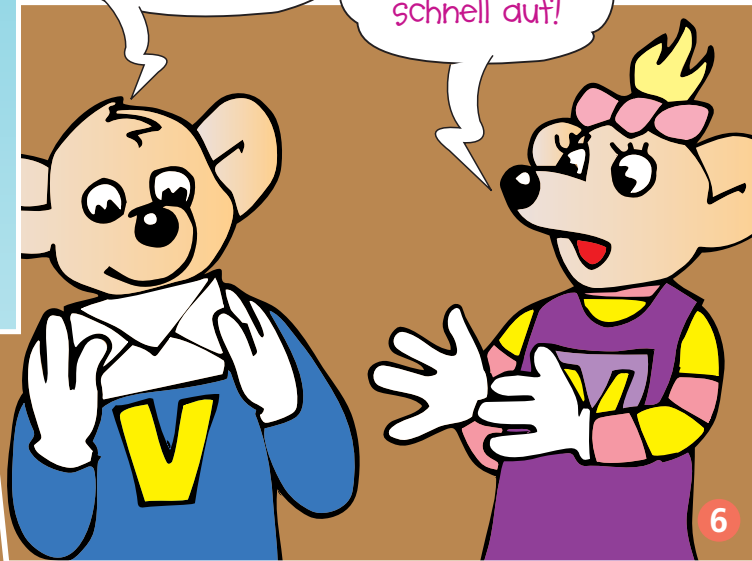
Oh nein, jetzt ist unser Ballon zerplatzt!

Schade, unsere Karte ist nun nicht sehr weit gekommen.

Sechs Wochen später.

Ein Brief an uns aus Afrika?

Mach ihn schnell auf!



6

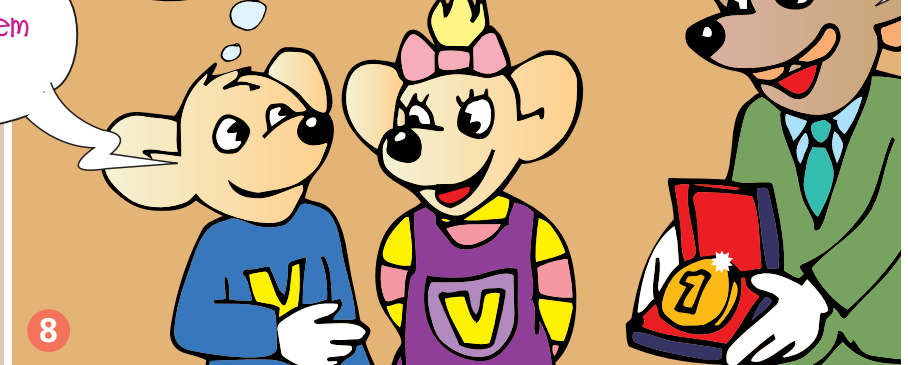
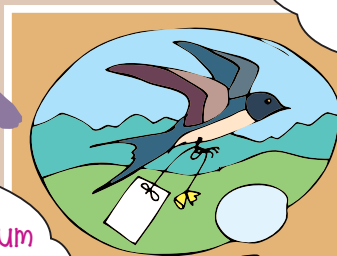
Hallo Volgi, hallo Volgine.  
 Ich habe mich riesig gefreut,  
 als ich eure Karte gefunden habe.  
 Wie lustig die Schnur mit der  
 Karte war um das Bein eines  
 Vogels gewickelt.  
 Liebe Grüsse aus Afrika  
 Sarah

7

Und so hat es unsere Karte bis nach Afrika geschafft. Wir haben gewonnen!

Ich gratuliere euch zum ersten Preis.

Unglaublich, der Vogel muss zum Schwarm gehört haben, bei dem unser Ballon geplatzt ist.



8







# Mega cool: Fischstäbli von Findus



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](http://www.findus.ch)



# Wettbewerb

## Backe, backe, Muffins



Volgi & Volgine backen fleissig Muffins. Im Eifer haben sie aber ihre Backutensilien mit anderen Dingen vermischt und brauchen deine Hilfe beim Sortieren. Welche Gegenstände benötigen die beiden bestimmt nicht zum Backen? Zähle die Zahlen zusammen und du erhältst die Lösungszahl.



Mit dem lässigen Backzubehör von **Dr. Oetker** gelingen dir die tollsten **Muffin-Kreationen**. Du kannst zwischen den Varianten **BOY** oder **GIRL** wählen.

Backbox **BOY**



# GEWINNE!

Schicke die Lösungszahl bis zum **19. Oktober 2018** mit dem Stichwort «Wettbewerb» per Mail an [hey@volg.ch](mailto:hey@volg.ch) oder an die **Postadresse auf Seite 39**. Gewinne 1 von **50 Backboxen** von Dr. Oetker. **WICHTIG:** Vergiss nicht, deine **Adresse (Strasse, Hausnummer, Wohnort)** und die **gewünschte Variante** anzugeben!

Backbox **GIRL**





# Munz



Die süssesten

# Bananen

in der Schweiz

wachsen



\* in kleineren Verkaufsstellen  
eventuell nicht erhältlich.



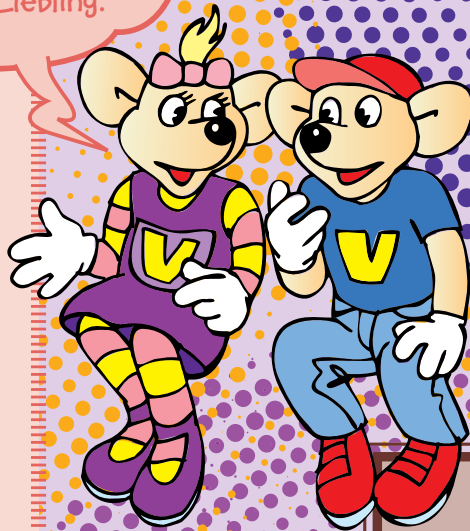


Der Witz von Ryan (9)  
aus Mettmensjetten ist  
unser neuer Liebling.



## Lieblingwitz

Eine Ameise und ein Elefant gehen zusammen in die Wüste. Da fragt die Ameise den Elefanten: «Darf ich in deinem Schatten laufen?» Darauf sagt der Elefant: «Okay. Aber nur, wenn ich auch mal in deinem Schatten laufen darf.»



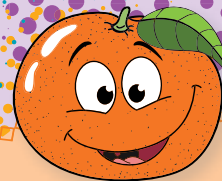
Ich werfe jetzt die  
Münze hoch:  
Bei Zahl gewinne ich,  
bei Kopf verlierst du.

Larissa  
aus Aeugst am Albis (ZH)



Volgi & Volgine sind im Hallenbad. Volgi spannt seinen Regenschirm auf und stellt sich damit unter die Dusche. «Was soll denn das werden?», fragt Volgine. «Ach, nichts weiter, ich habe heute nur mein Handtuch vergessen!»

Janis (12) aus Lotzwil (BE)



Was ist orange und wandert den Berg hinauf?  
Ein Wanderindli

Silas (9)  
aus Hölstein



Es sind zwei Unterhosen in der Waschmaschine. Sagt die eine zur anderen: «Warst du in den Ferien?» Sagt die andere: «Nein, wieso?» «Weil du so schön braun bist.»

Jael (12)  
aus Huttwil (BE)

## MACH MIT!

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







# STARK, SCHNELL, DAUERHAFT.

Unser bester **UHU stic** aller Zeiten.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



# UHU<sup>®</sup> stic

Im Falle eines Falles – **UHU<sup>®</sup>**



# Vorschau

Volgi & Volgine helfen in einem Volg aus. Erfahre, wie die Milch von der Kuh in den Laden kommt und das Gemüse frisch bleibt. Dann schauen die Mäuse mutigen Kids beim Einradfahren zu und zeigen dir exotische Früchte, die du nicht jeden Tag siehst. Ab dem **5. November** im HEY!



# Auflösungen

**Diese Ausgabe: Seite 2:**

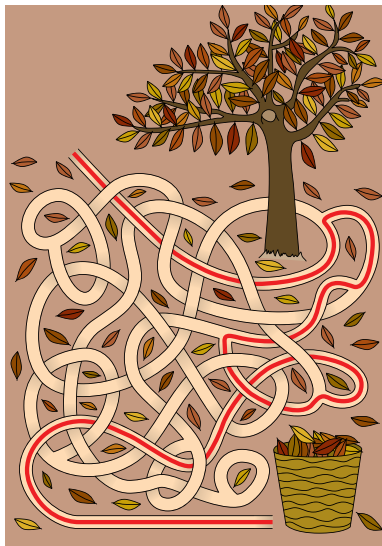
*Der Bildausschnitt stammt von Seite 18.*

**Rätselecke Seite 23:**

**Drachentanz**

*Lösungswort: windig*

**Luftiges Labyrinth**



**Herbst-Memory**

*Laubblatt*

**Feriengrüsse**

*Oben links: New York*

*Oben rechts: Paris*

*Unten links: London*

*Unten rechts: Venedig*

# Bilder

- 1: Adobe Stock / Ueli Knebel
- 3: Ueli Knebel / Star Productions GmbH
- 4–5: athletics goes school / Ueli Knebel / Adobe Stock
- 7–9: Ueli Knebel / Adobe Stock / Sandra Lindenmann
- 10–11: Ueli Knebel / Adobe Stock
- 13: Giulia Reboldi / Adobe Stock / Ueli Knebel
- 15: Lenya / Ueli Knebel / Adobe Stock
- 17–21: Adobe Stock / Ueli Knebel
- 23: Adobe Stock / Ueli Knebel
- 24–25: Adobe Stock / brandinghouse / Ueli Knebel
- 26–27: Adobe Stock / Ueli Knebel / brandinghouse
- 29: Adobe Stock / Ueli Knebel
- 30–31: brandinghouse / FantasyGolf Winterthur / Ueli Knebel / Technorama
- 32–33: Ueli Knebel / Adobe Stock
- 35: Dr. Oetker / Adobe Stock / Ueli Knebel
- 36–37: Ryan / Ueli Knebel / Adobe Stock
- 39: Adobe Stock / Ueli Knebel

# Impressum

**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





*Volgi & Volgine wissen, Früchte und Gemüse sind gesund und fein! Auch für dich!*

# Gut im Schuss – mit einem Apfel am Tag!



*Der Apfel ist ein richtiger Früchte-  
Held: Er ist Wach-Macher,  
Vitamin-Paket und Zahn-Putzer  
zugleich. Seine Vitamine ver-  
steckt er vor allem in der Schale  
oder direkt darunter. Darum:  
Äpfel nicht schälen.*

**Volg**  
frisch und fründlich