

hey



4

**Das Alpaka:
gutmütig und
liebervoll**

GRATIS
FÜR
DICH!

23

**Rezept:
Toast Muffins**

26

**Was den Herbst so
besonders macht**

NATÜRLICH NUR MIT OBSTSAFT GESÜSST.

Gesüsst mit bestem
RAMSEIER Obstsaft

Von Natur aus wenig Kalorien

Keine künstlichen Zusätze



Die Kraft der Natur

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

«hey» zäme

Das ging ja schnell – die langen Ferien sind vorbei, das neue Schuljahr ist da. Und schon bald werden die Tage kürzer und die Temperaturen kühler. Dann greift man gerne zu warmen Sachen aus kuscheliger Wolle. Die liefern zum Beispiel die Alpakas: deren Fell ist unglaublich flauschig! Typisch für den Herbst ist auch, dass sich die Blätter verfärben, der Nebel in den Wolken hängt und wir die Zeit umstellen. Ein lustiger Basteltipp auf Seite 32 hilft dir oder deinen kleinen Geschwistern, die Uhrzeit auf spielerische Art zu lernen. Einfach mal

ausprobieren! Wenn du uns davon ein Foto schickst, kommt es vielleicht in die nächste Ausgabe. Nun wünsch ich dir viel Spass mit deinem «hey» und freue mich auf Post von dir!

Eure

Jrmi

Irmgard Faltner
«hey»-Verantwortliche
Volg



32

Deine eigene
Uhr basteln



12

Im Interview: Tennisspielerin
Viktorija Golubic



15

Mauersegler:
Ein Leben lang
im Flug



forschen, fragen,
wissen



spielen, machen,
basteln

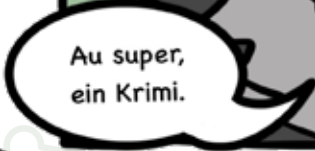


lachen, raten,
tüfteln

MOMO & KASIMIR



4



Au super,
ein Krimi.

5



Ja.
Und glaube mir,
du wirst erst...

6



... auf
der allerletzten Seite
erfahren, dass der Gärtner
der Verbrecher war.

ENDE

ALPAKAS

Wollige Nutztiere
zum Wohlfühlen

Achtung Spuckgefahr!

Wenn Alpakas die Ohren flach an den Kopf legen, nimmst du dich besser in Acht: Es ist nämlich ein sicheres Zeichen dafür, dass sie gleich spucken. Das tun sie vor allem dann, wenn es ums Futter oder um die Rangordnung in der Herde geht.

Wenn du schon einmal Alpakas streicheln konntest, weißt du, wie kuschelig sich die Wolle anfühlt. Die Tiere haben aber noch viel mehr zu bieten!





Familiensache

Ist das nun ein Lama – oder doch eher ein Alpaka? Beide gehören zur Familie der Kamele, sind für ihr Spucken bekannt und sehen sich ähnlich. Unterscheiden kannst du sie anhand ihrer Grösse: Alpakas sind viel kleiner als Lamas.

Mal wärmend, mal kühlend

Aus Alpaka-Wolle werden oft Pullover oder Schals gemacht. Sie hat eine ganz besondere Eigenschaft: Im Winter wärmt sie uns, im Sommer ist es genau umgekehrt und sie kühlt uns herrlich. Übrigens: Hast du deine Nase schon einmal an Alpaka-Wolle gehalten und den Popcorn-Geruch wahrgenommen? Das ist kein Scherz, probier es einfach mal aus!

Übrigens: Alpakas kannst du auch auf dem Volz NATURENA Erlebnishof in Wittnau (AG) bewundern. Schau doch mal vorbei! Weitere Infos unter www.naturena.ch



Gute Freunde für Mensch und Tier

Alpakas sind auch hierzulande sehr beliebt. Kein Wunder, denn die Tiere gelten als liebevoll und sozial. Weil sie durch ihre gutmütige Art sehr ausgleichend wirken, können sie Menschen in schwierigen Situationen helfen, zum Beispiel im Rahmen einer Therapie.



Steicheln ja, aber...

Alpakas sind sanft und zutraulich. Allerdings mögen sie es nicht, wenn man sie am Kopf oder an den Beinen anfasst. Berühre sie darum lieber am Rücken.



Natürliche «Rasenmäher»

Wenn Alpakas Gras fressen, reißen sie nicht die Wurzel heraus, sondern beißen mit den Zähnen nur die Grasspitzen ab. Dass sie so geschickt den Boden pflegen, macht die Tiere bei Bauern beliebt!



Sieht lustig aus

Wenn Alpaka-Hengste gegeneinander kämpfen, versuchen sie in die Beine des anderen zu beißen. Dadurch soll der Gegner das Gleichgewicht verlieren und umfallen.





Originale



Dem Genuss auf der Spur



Finde den richtigen Weg!

Führe das Basilikumblatt zum Pesto Basilico.

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

EURE SEITE

Vielen Dank für eure Post!



Alexander aus Saland hat für seinen 6. Geburtstag die lustige Glacé-Kreation mit Tiergesichtern aus dem «hey» nachgemacht. Wir finden: Die Schweinchen und Affen sind toll gelungen 😊
Vielen Dank für das coole Bild!



Albion (8) aus Brunnadern



Malissa (9) aus Neukirch



Michaja (8) aus Ottenbach



Elena (8) aus Lommiswil mit ihrem Kater Haru

Nur noch ein
bisschen höher!

Von Alerio
aus Wangen

Hab ich ein Schwein,
bald kommt
das neue «hey».

Von Levia aus
Zeihen



Wo ist mein
Matschbad?

Von Ueli aus
Dicken

Bääääääh ich geh
heute nich baden,
vergiss es!

Von Diego aus
Buttisholz



Alexander (8) aus Spiezwiler

MACH MIT!

Diese Seite ist nur für euch reserviert.
Wir freuen uns riesig über
Zeichnungen, Fotos, Briefe und
E-Mails. Schreib an hey@volg.ch oder

«hey»
KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen

SCHREIB UNS

Was sagt
dieses Alpaka
wohl gerade?



MACH MIT!

Sende uns deinen Spruch mit deinem Namen, deiner Adresse und deinem Alter an hey@volg.ch oder

«hey»
KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen

Vielen Dank für
die lässigen Sprüche,
die ihr uns immer
schickt!





SNACK WAS GUTES



**MINI BABYBEL IN
33%-AKTION «9 FÜR 6»**

AB 20.09.2022

SOLANGE DER VORRAT REICHT



Mein Lieblingsfach in der Schule:

Geschichte

Steht immer in meinem Kühlschrank:

Ice Tea

Muss auf jede Reise mit:

Lippenpomade

Der Held meiner Kindheit:

Harry Potter



«IM TENNIS MUSS MAN EINEN KÜHLEN KOPF BEWAHREN»

**Sie hat sehr erfolgreiche Monate hinter sich:
Tennisspielerin Viktorija Golubic aus Zürich bewies ihr
grosses Talent schon an den Olympischen Spielen
und in Wimbledon. Eine echte Powerfrau!**

Wolltest du bereits als kleines Mädchen Profi-Tennisspielerin werden?

Meine ganze Familie ist ziemlich sportlich und ich habe mich schon früh gerne bewegt. Ich war oft mit dem Ball aktiv – sei es beim Fussball oder beim Tennis. Ich kam sehr früh zu einem Coach, der Profis und talentierte Junioren trainierte. Für mich war dann schnell klar, dass ich Tennis spielen möchte und härter trainieren will, um später Profi zu werden.

In deinen Spielen musst du starke Nerven beweisen. Wie gelingt es dir, in brenzlichen Situationen einen «kühlen Kopf» zu bewahren?

Dazu braucht es viel Erfahrung und Übung. Je intensiver man trainiert, je häufiger man in den Matches diese engen Situationen erlebt, umso besser kann man sie bewältigen. Was

sicher auch hilft, ist eine bewusste Atmung, um sich wieder zu sammeln.

Wie lange brauchst du, um nach einem Spiel wieder fit zu sein?

Je öfter ich trainiere, desto schneller erhole ich mich – denn ein fitter Körper kann mit Belastungen besser umgehen. So lassen sich übrigens auch Verletzungen vorbeugen. Im Tennis muss man an einem Tag manchmal Einzel und wenige Stunden später noch Doppel spielen. Regenerationsmassnahmen wie Massagen, Eisbäder oder Physiotherapie helfen dabei.

Hast du ein Vorbild aus der Sportwelt?

Ich fand es bewundernswert wie Leichtathletin Allyson Felix nach ihrer Mutterschaftspause zurückgekehrt ist und wieder Spitzenresultate geliefert hat. Grundsätzlich inspirieren es mich, zu sehen, was Frauen im Spitzensport leisten.



Mega cool: Fischstäbli von FINDUS



tiefgekühlt




* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



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

Schon gewusst?

MAUERSEGLER



Die Mauersegler sind wahre Flugkünstler. Kannst du dir vorstellen, dass sie bis zu zehn Monate in der Luft sein können, ohne ein einziges Mal den Boden zu berühren?

Die Zugvögel fliegen tausende von Kilometern, um in ihr warmes afrikanisches Winterquartier zu gelangen. Als Forscher mehr über diese Tiere herausfinden wollten, wurden sie von den eigenen Ergebnissen überrascht: Mauersegler fliegen im Herbst nach Afrika und im Frühling wieder zurück nach Europa. Dabei hat manch einer während der ganzen Zeit keinerlei Bodenkontakt! Die Vögel fliegen täglich mehrere hundert Kilometer weit. Dabei nutzen sie den Wind, um richtig schnell vorwärtszukommen. Zehn Monate ist die längste, ununterbrochene Flugzeit eines Mauerseglers, die je gemessen wurde.

RÄTSELECKE

Hast du das «hey» genau gelesen?
Dann beantworte die Fragen
und löse das Quiz.

Was hilft Viktorija Golubic,
wieder fit zu werden?

Wo lassen sich Alpakas
nicht gerne berühren?

Welche Tiere sind
mit Alpakas verwandt?

Was musst du mit einem Papier
machen, damit es stärker wird?

Welcher Baum ist
immergrün?

Wo befindet sich das
Winterquartier der Mauersegler?

Welcher Farbstoff sorgt für
die grüne Baumfarbe?

Welche Pflanze wird
auch «Häppere» genannt?



Schau genau hin.
Findest du die 10 Unterschiede
im unteren Bild?



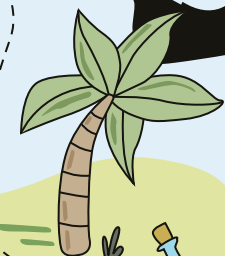


hey



Start
1 2 3 4

Schätze für echte Piraten

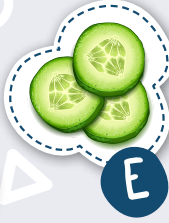


Feine Choc-o-Schäume
in deinem Volg.

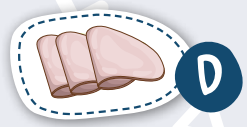
* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

WETTBEWERB

Dieses Sandwich lockt mit einer feinen Füllung. Aber eine der fünf Zutaten fehlt im Buchstabenrätsel. Findest du heraus, welche?



E	S	S	E	B	U	L	O
M	E	F	I	S	A	L	E
S	A	L	A	T	B	I	G
L	U	E	R	A	U	S	U
C	T	I	M	E	X	L	R
H	E	S	H	A	T	T	K
A	B	C	K	A	E	S	E
B	P	H	S	S	R	O	N



MACH MIT UND GEWINNE!

Schicke den Lösungsbuchstaben bis zum 15. Oktober 2022 mit dem Stichwort «Wettbewerb» per Mail an hey@volg.ch oder an die **Leserpostadresse** auf Seite 37. Wir verlosen 50 x 1 Malbuner Kühltasche – gefüllt mit Malbuner Snacks im Wert von je Fr. 40.-. **WICHTIG:** Vergiss bitte nicht, deine Adresse (Strasse, Hausnummer, Wohnort) anzugeben.



50 x eine Kühltasche gefüllt mit Malbuner Snacks im Wert von Fr. 40.-.

Suchard express

Kalt oder warm ein Genuss

Super schokoladig
und super lecker!

Hallo Freunde,
findet ihr den Weg
von mir bis zum
Röhrl?



A B C

Rezept

TOAST MUFFINS



- 1 Stich mit einem Glas von 9 cm Ø aus jeder Toastscheibe einen Kreis aus, walle ihn ein wenig dünner aus.
- 2 Fette alle 12 Mulden einer Muffinsform mit einem Backpinsel bis zum Rand mit 2 TL Öl ein und drücke die Toastkreise vorsichtig hinein (siehe Tipp). Heize den Backofen auf 200 Grad (Ober- und Unterhitze) vor.
- 3 Schneide den Schinken und die Champignons in kleine Würfel. Brate sie in einer Bratpfanne in 1 TL Öl ca. 3 Min. an, bis die Pilze weich sind. Verteile die Mischung auf die Toastkreise.
- 4 Vermische Milch und Eier gut, füge den Käse hinzu, würze die Mischung mit Salz und Pfeffer und giesse sie in die Mulden bis knapp an den Formenrand.
- 5 Backe die Muffins ca. 20 Min. goldbraun. Lass sie ein wenig abkühlen und bestreue sie mit wenig gehacktem Peterli. Geniesse sie warm oder kalt – zum Znüni, Zvieri oder bei einem Picknick.

Das brauchst du für 12 Stück:

- 12 Scheiben Toast,
z.B. Volg Familienpreis
- 3 TL Sonnenblumenöl
- 5 Scheiben Schinken, z.B.
Agri Natura Hinterschinken
- 6 Champignons,
Stiel entfernt
- 2 dl Vollmilch
- 3 Eier
- 70 g Reibkäse Emmentaler/
Gruyère
- Salz, Pfeffer, etwas Peterli

Ruckzuck zum Herbst-Snack

*Tipp:
Das Toastbrot sollte
für die Verarbeitung
sehr weich sein.
Kaufe es daher am
besten frisch für dieses
Rezept ein.*



Mmmh...

KARTOFFELN

Herdöpfel, Häppere, Häärpfel oder Gummel? Einfach Kartoffel!

Pommesfrites, Kartoffelstock oder doch lieber Chips: Aus Kartoffeln lassen sich viele verschiedene Gerichte zaubern.

Faule Kartoffel?!

Hast du schon mal den Begriff «Couch Potato» gehört? Mit dem englischsprachigen Ausdruck ist ein fauler Mensch gemeint, der gerne auf dem Sofa liegt und sich nicht viel bewegt.



Kaum ein anderes Lebensmittel hat so viele schweizerdeutsche Namen wie die Kartoffel. Je nach Kanton wird sie Häppere, Häärpfel, Gummel oder Herdöpfel genannt. Genauso vielseitig sind auch die Gerichte, zu denen man sie verarbeiten kann. Besonders beliebt sind Pommesfrites, Chips, Rösti, Gratin, Kartoffelstock oder Folienkartoffeln.

Oh, du meine Kartoffel

Ein Beweis für die Beliebtheit der Kartoffel ist die Fülle von Liedern und Gedichten, die sich ihr widmen. «Wenn die Kartoffel nicht wär', blieb die Pommesbude leer und Kartoffelkäfer hätten keine Heimat mehr» – so singt Reinhard Horn in seinem «Kartoffel-Song». Auch berühmte Dichter wie Schiller oder Shakespeare haben der Kartoffel ein Gedicht gewidmet.

Hast du schon mal selber Chips gemacht? Ist ganz einfach: Kartoffeln waschen, in dünne Scheiben schneiden und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen. Auf einem Backblech bei 200 °C Umluft mindestens 15 Minuten im vorgeheizten Backofen backen.



Eine tolle Knolle

Die Kartoffel stammt ursprünglich aus Südamerika und gehört zu den wichtigsten Nahrungsmitteln der Welt. Die grünen Teile der Pflanze und die Keime der Knolle sind leicht giftig. Deshalb darfst du Kartoffeln auch nicht roh essen, sondern nur gekocht, gebacken oder gebraten. Durch die Hitze werden diese Giftstoffe nämlich abgebaut. In der Schweiz startet auf den Feldern der Bauern ab Anfang September die Haupterntezeit für Kartoffeln. Kartoffeln mögen es übrigens dunkel und eher kühl. Der Keller ist daher ein guter Lagerort.



Wissen

HERBSTPHÄNOMENE

Es erwartet uns eine kunterbunte und abwechslungsreiche Jahreszeit voller Überraschungen.

Mal stürmt es, dann scheint die Sonne und die Bäume präsentieren ihr buntes Gewand: Der Herbst überrascht uns immer wieder aufs Neue.

Mhhh...

Herbstzeit ist Erntezeit: Viele Früchte- und Gemüsesorten sind nun reif. Bewahrt man sie kühl und dunkel auf, kann man viele davon über eine lange Zeit genießen, da es sich um sogenanntes «Lagerobst oder Lagergemüse» handelt.





Drachen steigen lassen, Kürbisse schnitzen oder bunte Blätter sammeln: Im Herbst gibt es viel zu erleben! Typisch für diese Jahreszeit ist der Nebel, der oft frühmorgens entsteht und sich dann im Laufe des Tages lichtet. Weil es in der Nacht kalt ist, verdampft das Wasser auf dem Boden. Der Tag bringt Licht und Wärme, die Tröpfchen steigen auf und verschleiern unsere Sicht. Das nehmen wir als Nebel wahr.



Schnelle Winde

Der Herbst steht für stürmische Zeiten! Der Grund dafür? Warme Luft steigt auf und trifft auf die kalte Polarluft. Die Durchmischung gewinnt immer mehr an Kraft, sodass ein Sturm entsteht. Von einem Sturm spricht man, wenn der Wind am Boden mindestens 75 Kilometer pro Stunde weht. Das ist in etwa so schnell, wie ein Auto ausserhalb einer Ortschaft fahren darf.

Lass die Blätter fallen!

Der Farbstoff Chlorophyll sorgt dafür, dass die Bäume im Frühling und Sommer ihre satte, grüne Farbe erhalten.

Weil die Sonneneinstrahlung im Herbst nicht mehr so stark ist, wird der Farbstoff nicht mehr genügend gebildet.

Das Grün wird weniger und es kommen andere Farben zum

Vorschein: rot, orange, gelb oder violett. Die Pflanzenwelt bereitet sich nun auf den Winter vor: Nach einiger Zeit fallen die bunten Blätter ab.

Jedoch nicht alle Bäume entledigen sich ihres Kleides: Die meisten Nadelbäume sind immergrün.



EXPERIMENT

Tragfähiges Papier

Ein normales Blatt Papier ist nicht in der Lage, auch nur einem kleinen Gewicht Widerstand zu leisten. Denn: Legst du es flach auf den Tisch und hebst es mit einem kleinen Gegenstand darauf an zwei Seiten hoch, beugt es sich dort, wo das Gewicht liegt. Das ändert sich, wenn man



Papier faltet. Faltest du ein A4-Papier in ca. 2 cm breite Längsstreifen und legst es wie eine Brücke über zwei Stuhllehnen, kannst du sogar kleine Bücher oder CD-Hüllen darauf stapeln.





Lass die Halloween-Party steigen – kreative deine Monster-Burger!

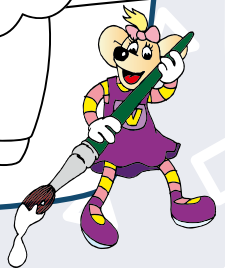


MIT REZEPTTIPP!

ECHTE HINGUCKER DIE SCHMECKEN!

Die saftigen Rinds-Burger
durchbraten und mit kreativen
Käsescheiben belegen.

AUSMALBILD

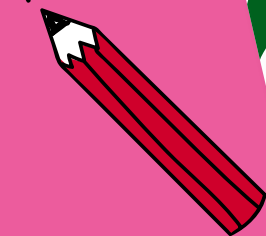
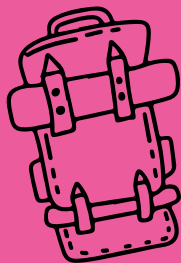


minipic malwettbewerb mit tollen preisen



hauptpreis

NIRA ALPINA
SWITZ/ERLAND



50 jahre
minipic



Gestalte die minipic Jubiläumsverpackung und gewinne **eine Woche Ferien im Hotel Nira Alpina**, einen Familientag im **Arosa Bärenland** u.v.m. QR-Code scannen und Malvorlage herunterladen. Teilnahmechluss: 15.10.2022. Weitere Infos: www.minipic.ch



WIE SPÄT IST ES?



Bastle mit wenigen Handgriffen eine Uhr und lerne ruckzuck die Uhrzeit!



Das brauchst du:

- Schüssel
- Karton für Uhr und Zeiger
- Wäscheklammern
- Bunte Stifte, Wasserfester Stift
- Schere, Bleistift
- Rundkopfklammer

1

Zeichne mit einem Bleistift einen Kreis auf den Karton. Die Grösse kannst du frei wählen. Als Vorlage eignet sich zum Beispiel eine Schüssel.

2

Schneide den Kreis mit einer Schere aus.

3

Beschrifte die Uhr mit Zahlen. Bemale ein Seite der Wäscheklammer in einer Farbe (z.B. Rot), die andere in einer zweiten Farbe (z.B. Blau). Schneide den kleinen und grossen Uhrzeiger aus Karton zu und bemale sie ebenfalls in zwei unterschiedlichen Farben.

4

Beschrifte die Wäscheklammer mit einem schwarzen Marker. Die rote Seite mit Zahlen in 5-Minuten-Schritten (5, 10, 15 etc.); die blaue Seite mit der gesprochenen Zeit (z.B. «Fünf nach», «Zehn nach», «Viertel nach» usw.) und klammere sie zur entsprechenden Zahl auf dem Zifferblatt.

5

Stich mit einer Nadel ein Loch durch die Mitte. Dann befestige die Zeiger mit der Rundkopfklammer.

6

Stell nun eine gewünschte Uhrzeit ein. Kannst du die Zeit auf beide Arten richtig ablesen? Diese Uhr zeigt «zehn vor zwei» an. Das ist gleichbedeutend mit «1 Uhr 50».

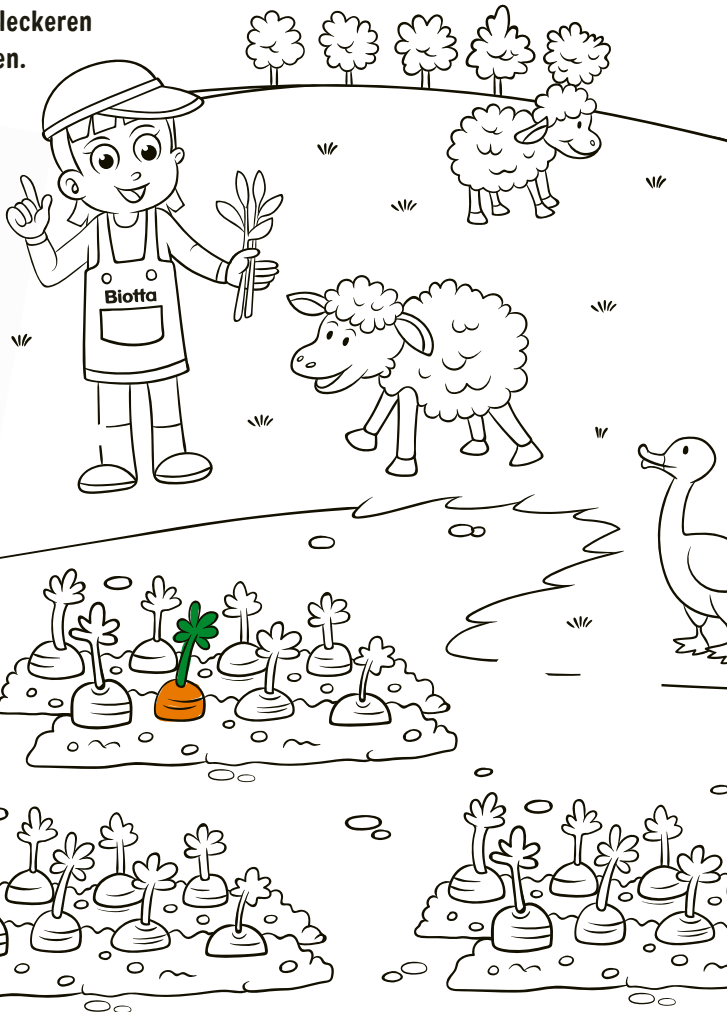
KINDER

Malwettbewerb

Biotta®

Der Schweizer Bio-Pionier

Hey, ich zeig dir, woher die
Zutaten für unsere leckeren
Biotta Säfte kommen.



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Ausmalen, mitmachen und eins von 6 Biotta Monatspaketen gewinnen: Trenne die ausgemalte Seite heraus und sende sie an: Biotta Schweiz, Vermerk: Volg-Wettbewerb, Pflanzbergstrasse 8, CH-8274 Tägerwilten oder ein Bild per Mail an wettbewerb@biotta.ch. Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss: **31.10.2022**

Ausprobieren KNETE SELBER MACHEN

Das brauchst du:

- 400 g Mehl
- 200 g Salz
- 2 EL Zitronensäure
- 5 dl kochendes Wasser
- 3 EL Öl
- Verschiedene Lebensmittelfarben/Glitzersteinchen
- Evtl. einige Schraubgläser/Aufbewahrungsbox

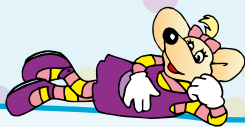
Wusstest du, dass man Knete mit wenigen Zutaten selbst herstellen kann? Wir zeigen dir, wie's geht.



Gib das Mehl in eine grosse Schüssel, mische das Salz darunter und füge die Zitronensäure dazu. Fülle das kochende Wasser und das Öl in die Schüssel und knete nach dem Abkühlen alles gut durch. Teile nun den Teig in mehrere Portionen. Forme mit dem Daumen eine Mulde in die Mitte der Teigportionen. Zieh dir nun Handschuhe an, damit deine Finger keine Farbe annehmen und gib einige Tropfen Lebensmittelfarbe in die Mulden. Verknete nun die einzelnen Portionen kräftig – und fertig ist deine eigene Knete. Übrigens: Du kannst auch kleine Glitzersteinchen unter die Masse mischen, dann funkelt deine Knete so richtig schön. Nach dem Gebrauch solltest du die Knete in ein Schraubglas füllen, damit sie nicht austrocknet.

WITZE

**Hier kannst du
deine Lachmuskeln
trainieren. Viel Spass!**



Drei Räuber sitzen im Gefängnis und wollen ausbrechen. Der 1. Räuber springt über die Mauer und sagt «miau». Der 2. Räuber springt über die Mauer und sagt «miau». Der 3. Räuber springt über die Mauer und sagt «Ich bin auch eine Katze».

Von Alina aus Strengelbach

MACH MIT!

Hast du einen lustigen Witz gehört oder gelesen? Oder hast du sogar selber einen erfunden? Dann schick ihn uns, damit wir alle darüber lachen können an hey@volg.ch oder

«hey»

KünzlerBachmann Verlag AG,
Postfach 345, 9015 St. Gallen

«Wieso stehst du so lange an der Rolltreppe? Traust du dich nicht drauf?», möchte eine Verkäuferin von Fritzchen wissen. «Nee, ich habe hier eben meinen Kaugummi verloren und warte darauf, dass er wiederkommt.»

Von Noelia aus Otelfingen

Wieso machen Mäuse keinen Sport? Sie fürchten sich vor dem Muskelkater.

Von Diego aus Buttisholz

In der Schule sagen alle wohin, sie in die Ferien gehen. Nur Leo sagt nichts und guckt traurig aus dem Fenster. Der Lehrer fragt ihn: «Warum so enttäuscht?» Leo antwortet: «Wir gehen in den Ferien nach Canada.» «Wo liegt denn da das Problem?», fragt der Lehrer. «Na ja, aber in Canada ist es ja nicht witzig weil es ist ja cana da.»

Von Manuel aus Felben



Was liegt am Strand und
redet undeutlich?
Eine Nuschel!

Von Vreni aus Sattel



Max sieht am Zmorgetisch sehr
unglücklich aus. Mutter: «Max
was ist los?» Max daraufhin:
«Ich habe geträumt die Schule
brennt.» Mutter: «Nicht so
schlimm, es war nur einen
Traum!» «Eben»

Von Mila aus Rueun

... und das ist
kein Witz!

Geburtstagskinder
erhalten im Volg eine Überraschung!
Komm an deinem Geburtstag oder bis zu
einer Woche später in deinen Volg. Zeig
einem Mitarbeitenden ein Foto oder eine
Zeichnung von deinem Geburifest, die
Einladungskarte, die du an deine Freunde
geschickt hast, oder etwas anderes von
deinem grossen Tag – und such
dir ein Geschenk aus.



Impressum

Herausgeber

Volg Konsumwaren AG
Postfach 344, 8401 Winterthur

Gesamtverantwortung

Tamara Scheibli
Volg Kommunikation/Werbung

Publizistische Gesamtleitung

Irmgard Faltner
Volg Kommunikation/Werbung

Konzept, Redaktion, Gestaltung

KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen

Rezept

Christina Sedens
Volg Kommunikation/Werbung
Foto: Volg Konsumwaren AG

Comic

Maya Müller

Erscheinungsweise

6 mal pro Jahr

Auflage

100 000 Exemplare

Druck

Swissprinters AG, Zofingen

Kontakt

Telefon 058 433 55 14
hey@volg.ch
www.volg.ch/hey

Leserpost an:

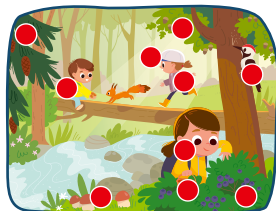
«hey»
KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen
hey@volg.ch



Auflösungen

Lösungswort Seite 16
ABENDROT

Lösung Seite 17



Cailler

DER GIPFEL MIT DER LIEBLINGSSCHOKOLADE UNSERER NATIONALTEAMS

hergestellt von der Bäckerei HIESTAND



OFFICIAL
LICENSED
PRODUCT

