Nr. 2/Juni 2013
Das Zahnmagazin für Kinder

Milchzahn

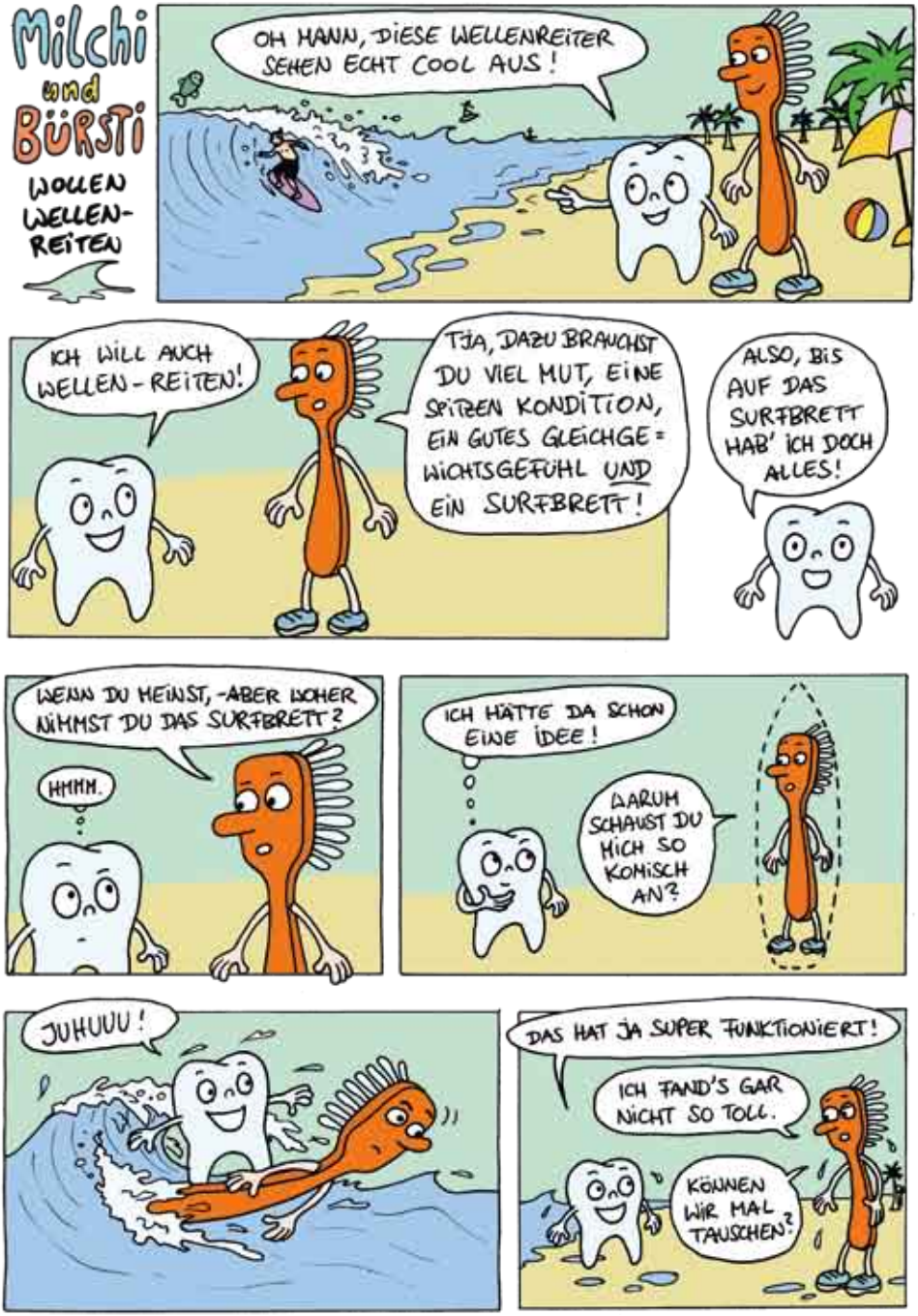
Grillparty
KUKURUZ-RAKETE

Natur
CHECK-IN IM INSEKTENHOTEL

Tierreport
KOALAS LIEBEN AFFENHITZE

DER VERLAG
Dr. Snizek e.U.

© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

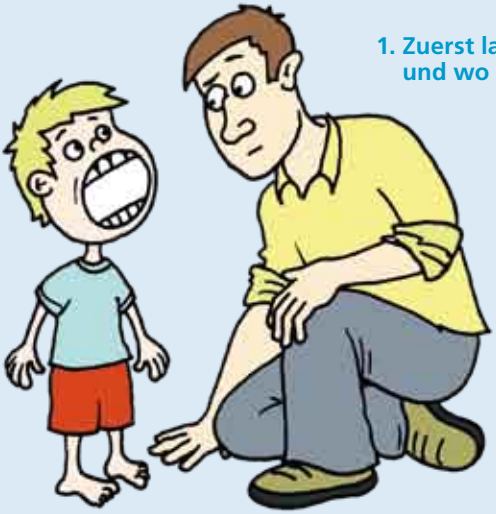

Milchi und Bürsti wollen Wellenreiten
OH MANN, DIESE WELLENREITER SEHEN ECHT COOL AUS!
ICH WILL AUCH WELLEN-REITEN!
TJA, DAZU BRAUCHST DU VIEL MUT, EINE SPITZEN KONDITION, EIN GUTES GLEICHGEWICHTSGEFÜHL UND EIN SURFBRETT!
ALSO, BIS AUF DAS SURFBRETT HAB' ICH DOCH ALLES!
WENN DU MEINST, -ABER WOHER NIMMST DU DAS SURFBRETT?
HMMM.
ICH HÄTTE DA SCHON EINE IDEE!
DARUM SCHAUST DU MICH SO KOMISCH AN?
JUHUUU!
DAS HAT JA SUPER FUNKTIONIERT!
ICH FAND'S GAR NICHT SO TOLL.
KÖNNEN WIR MAL TAUSCHEN?

ABER DAS GEHT DOCH NICHT. ICH BIN VIEL ZU RUND UND MEINE DICHTE IST VIEL ZU GROSS!
JA-JA, DU SCHLAUMEIER...
HEY, LEUTE!
WENN DAS NICHT SCHOKI, DIE SCHOKOLADE IST!
UND WAS FÜR EINE TOLLE FIGUR ER HAT, SO BRETT-FÖRMIG!
HEY, SCHOKI, HAST DU LUST, MIT UNS ZU SURFEN?
JA, KLAR! ICH LIEBE SURFEN!
JUHUUU!
ICH WILL DANN ABER AUCH MAL!
OH YEAH!
HEY, JUNGS! DAS WAR JA 'NE ECHT ABGEFAHRENE NUMMER!
ABER WENN IHR WOLLT, KÖNNT IHR AUCH GERNE UNSERE SURFBRETTER BENUTZEN!
... UND SO SURFTEN MILCHI, BÜRSTI UND SCHOKI NOCH, BIS ES DUNKEL WURDE.
ende

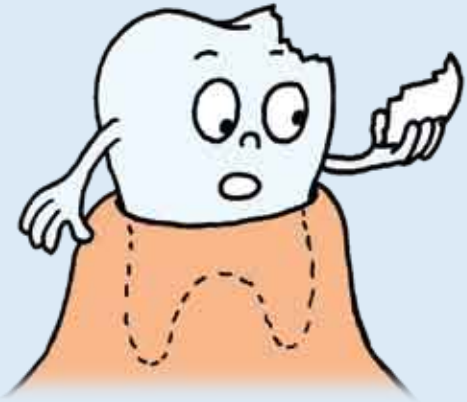
SOS bei Zahnunfall!

Gerade im Sommer, wenn du im Schwimmbad bist, kann es passieren, dass du ausrutschst und dir einen Zahn verletzt. In einem solchen Notfall ist es wichtig, schnell zu handeln! Deshalb zeige ich dir in unserem zweiteiligen Zahnunfall-Spezial, wie du dich richtig verhältst!

Das musst du tun, wenn du dir einen Milchzahn verletzt hast:

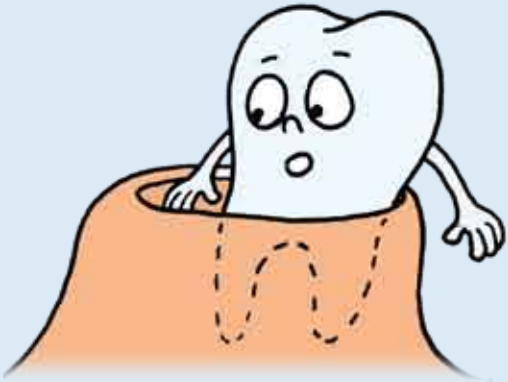


1. Zuerst lass einen Erwachsenen schauen, wie und wo du dich im Mund verletzt hast!



2. Ist dein Zahn abgebrochen, muss dein Zahnarzt informiert werden. Je mehr abgebrochen ist, umso wichtiger ist es, dass du dich schnell bei deinem Zahnarzt meldest.

3. Ein gelockerter Zahn ist nicht ganz so schlimm. Trotzdem solltest du in den nächsten Tagen deinen Zahnarzt anrufen und ihm die Situation schildern.



4. Hat sich ein Zahn verschoben, dann ist eine schnelle Behandlung durch den Zahnarzt notwendig. Er rückt deinen Zahn wieder an seinen richtigen Platz.

5. Ist dein Milchzahn ausgeschlagen, musst du deinen Zahnarzt darüber informieren. Er wird dir den Milchzahn nicht wieder einsetzen, du musst warten, bis dein zweiter Zahn nachkommt.

6. Hast du dir einen Milchzahn in das Zahnfleisch hineingeschlagen, musst du bald zum Zahnarzt gehen. Er wird nachschauen, ob der verletzte Milchzahn deinen nachfolgenden bleibenden Zahn beschädigt hat.

Nächstes Mal verrate ich dir, wie du dich bei einem Zahnunfall mit deinen bleibenden Zähnen richtig verhältst. Da musst du sehr genau sein, denn deine zweiten Zähne wachsen nicht mehr nach!

Hast du eine Frage an den Dr. Weisheitszahn? Dann schick ihm doch ein E-Mail an dr.weisheitszahn@milchzahn.eu!

Naturschutzgebiet: Blumen

Hast du schon mal etwas vom „scharfen Hahnenfuß“, dem „Teufelsabbiss“, der „Wiesen-Platterbse“ oder dem „kriechenden Günsel“ gehört? Nein?! Aber gesehen hast du sie wahrscheinlich schon mal! Wo? Na, auf einer Blumenwiese!

Blumenwiesen mag fast jeder gerne! Aber sie sind nicht nur wunderschön anzusehen, sondern auch wichtig für die Pflanzen- und Tierwelt. Bis zu 30 verschiedene Wildblumenarten kannst du auf einer Blumenwiese finden und sicher zehnmal so viele unterschiedliche Tiere. Deshalb ist es wichtig vorsichtig und achtsam mit einer naturnahen Blumenwiese umzugehen. Du solltest sie nicht oft betreten und besser nicht für das nächste Fußballmatch vorschlagen. Eine naturnahe Blumenwiese darf wachsen, wie sie will, sie wird nur zweimal im Jahr gemäht und das am besten mit einer Sense statt einem Rasenmäher, um die Tiere, die in ihr
wohnen, zu schützen!

Aufgebaut ist eine Blumenwiese wie ein Haus mit Stockwerken.

Das Dachgeschoss

Der 1. Stock

Das Erdgeschoss

Der Keller

Kannst du auf einem Grashalm pfeifen? Nein? Dann frag deine Großeltern, ob sie wissen, wie das geht!

wiese

Unter dem Dach befindet sich das schönste Stockwerk: die Blütenschicht. Hier wimmelt es zwischen den bunten Blüten nur so von Hummeln, Bienen und Schmetterlingen. Hier, in luftiger Höhe, kommen alle Nektar- und Pollensammelnden Insekten voll auf ihre Kosten.

Die Blatt- und Stengelschicht ist der erste Stock. Hier finden sich alle Tiere, die gerne Grünes fressen wie Heuschrecken oder Blattläuse. Und natürlich all jene Tiere, die wiederum jene gerne fressen, wie Marienkäfer und Spinnen.

Darunter im Erdgeschoss, ist die Streuschicht. Sie liegt direkt über dem Boden. Hier tummeln sich Grillen, Schnecken, Tausendfüßler und viele unterschiedliche Käfer. Unglaublich, aber wahr: Manche Vögel bauen ihre Nester hier!

Der Keller ist die Erde, wo die Pflanzen ihre Wurzeln haben und mit Nährstoffen versorgt werden. Hier leben die Regenwürmer, die altes Gras und Blätter unter die Erde ziehen. Auch der Maulwurf liebt die feuchte Dunkelheit der Erde, wenn er auf der Suche nach Insekten und Würmern ist.

© Bundesforste

Check-in im Insektenhotel

Der Sommer ist da und im Insektenhotel ist bereits voller Betrieb. Die meisten Zimmer sind schon überbucht, und so mancher Käfer muss deshalb im Freien schlafen. Aber weißt du eigentlich, was ein Insektenhotel ist und wofür man es braucht? Insekten sind für uns Menschen und die Natur sehr wichtig, denn sie bestäuben die Blüten, damit diese später Früchte tragen. Sie fressen aber auch die Insekten, die der Natur Schaden zufügen, und stellen so das ökologische Gleichgewicht wieder her. Leider ist der Lebensraum für sie in den letzten Jahren immer kleiner geworden. Aber du kannst ihnen helfen! Indem du ein fertiges Insektenhotel kaufst oder dein eigenes baust!

Unter dem Dach übernachten die Marienkäfer im dichten Mix aus kleinen Hölzern und Pflanzenresten. Sie nutzen das Hotel nur in der Nacht und im Winter, da sie sonst immer im Freien schwer arbeiten müssen, um alle Läuse zu finden und aufzufressen.

Hier wohnen in den gebohrten Hohlräumen der Holzstücke die Mauerbienen. Diese Wildbienen legen ihre Brut in die Röhren und mauern sie ein. Sehr praktisch, denn da siehst du gleich, wie viele bewohnt sind.

Hier links und rechts wohnen Grabwespen und Wildbienen in hohlen Stängeln. Grabwespen graben richtige Gänge in die verschiedenen Pflanzenstängel und legen ihre Larven dort hinein. In der Mitte wohnen gut versteckt die Schmetterlinge. Sie nutzen das Hotel vor allem als Winterquartier und Unterschlupf bei schlechtem Wetter.

Hier wohnen die Florfliegen zwischen den Zapfen. Sie fressen verschiedene Läuse und wohnen, wenn es ihnen gefällt, das ganze Jahr im Hotel.

Hast du vielleicht eine alte Holzkiste? Na, dann ist es ja einfach.

Falls aber nicht, dann bitte deine Eltern, mit dir eine zu bauen. Das ist gar nicht schwer!

Wichtig ist es, mehrere abgetrennte Fächer in deine Kiste zu nageln, damit verschiede Zimmer entstehen! Diese musst du nur mit den verschiedenen Lieblingsmaterialien der einzelnen Tiere befüllen. Die kleinen Teile fixierst du am besten mit einem Hasendraht, den du an den Seiten antuckerst! Jetzt stell dein Hotel an einem sonnigen, aber wind- und regengeschützten Ort auf und lass es dort unbedingt auch im Winter stehen.

Übrigens: Die Zimmerpreise sollten fair sein und einmal im Jahr frische Bettwäsche beinhalten!

Colgate

HALLO, LIEBE KINDER!

Deine Mundgesundheit ist Dr. Knabbel wichtig.
Darum möchte ich dir in den nächsten Milchzahn-Ausgaben die **fünf Grundregeln zur Vermeidung von Karies** erklären. Um zu erfahren wie man **Karies vermeiden** kann, solltest du zuerst verstehen wie Karies entsteht.

Besuche Dr.Knabbel auch im Internet auf

www.colgate.at

WIE ENTSTEHT KARIES?

In deiner Mundhöhle lebt eine Vielzahl von Bakterien. Die meisten von ihnen übernehmen eine wichtige Aufgabe: Sie bilden ein Gleichgewicht, das die Mundhöhle gesund erhält. Nur wenige dieser Bakterien sind schädlich und rufen Karies hervor.

Kariesbakterien vermehren sich im Belag, der sich auf deinen Zähnen bildet. Ihre Lieblingsnahrung ist Zucker, der in süßen Speisen und gezuckerten Getränken enthalten ist. Die Kariesbakterien bilden Säuren, welche Mineralien aus deinem Zahn lösen. Dadurch entsteht ein Loch im Zahn.

FÜNF GRUNDREGELN ZUR VERMEIDUNG VON KARIES

1. Regelmäßige Kontrolle beim Zahnarzt
2. Süßes ja – aber richtig
3. Zahnpasta mit Fluorid verwenden
4. Die richtige Zahnputztechnik anwenden
5. Jahreszeitenwechsel = Zahnbürstenwechsel

REGEL NUMMER 1: BESUCHE REGELMÄßIG DEINEN ZAHNARZT ZUR KONTROLLE

Schon ab dem sechsten Lebensmonat bekommen Babys ihre ersten Zähne. Diese Milchzähne müssen unbedingt gut geschützt werden. Sie sind wichtige Platzhalter für nachkommende Zähne.

Darum ist es wichtig, dass du deinen Zahnarzt mindestens 2x im Jahr zur Kontrolle besuchst.

Viel Spaß beim Ausmalen
von Dr. Knabbel

In der nächsten Ausgabe von Milchzahn erfährst du mehr über Kariesvorbeugung und warum Süßes deinen Zähnen schaden kann.

Alles Liebe,
Dein Dr. Knabbel

Kukuruz-Rakete

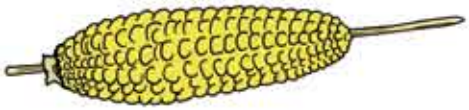
Du brauchst:

1 Maiskolben
1 längliche Speckscheibe
1 kleinen, dünnen Zucchino
1 Kohlrabi
1 Kirschtomate

4 Zahnstocher
1 Grillspieß

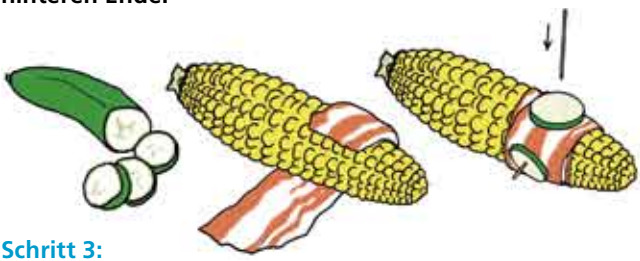
Schritt 1:

Schäl den Maiskolben ab und wasch ihn. Dann leg ihn für 15 Minuten in einen Topf mit kochendem Wasser. Danach lass den Maiskolben gut auskühlen.



Schritt 2:

Nimm den Grillspieß und steck ihn in den kalten Maiskolben. Achte dabei darauf, dass der Grillspieß an der Spitze des Maiskolbens mehr hervorschaut, als am hinteren Ende.



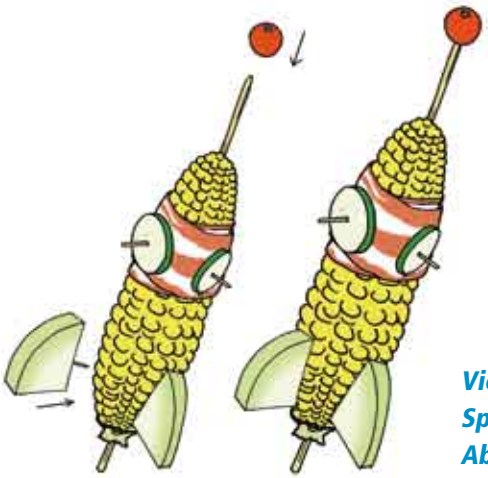
Schritt 3:

Schneide den Zucchino in 1 cm dicke Scheiben. Dann umwickle den Maiskolben mit einer Speckscheibe, leg zwei Zucchinischeiben darauf. Fixiere sie mit einem Zahnstocher, den du durch den Speck in den Maiskolben stichst.

Wusstest du, dass Zucchino die Einzahl von Zucchini ist?

Schritt 4:
Jetzt kannst du den Maiskolben 5–10 Minuten auf den heißen Grill legen. Vergiss nicht, ihn immer wieder umzudrehen!

Schritt 5:
Während der Maiskolben grillt, schälst du den Kohlrabi und schneidest eine 2 cm dicke Scheibe ab. Schneide diese in vier gleiche Teile und steck je einen Zahnstocher in die Längsseite.



Schritt 6:
Wenn der Maiskolben fertig ist, steck die Kirschtomate auf die Spitze deiner Rakete. Die Kohlrabi-Viertel steckst du als Standbeine vorsichtig in den unteren Maiskolbenteil. Vorsicht! – Der Maiskolben ist vielleicht noch sehr heiß!

Viel Spaß beim Abheben!

Der Koala

Jeden Tag um 16:00 kannst du die Koalas im Tiergarten Schönbrunn beim Abwiegen beobachten. Die Pfleger überprüfen dabei, ob sie abgenommen haben und eventuell krank sind. Sogar ihr Kot wird täglich überprüft und gezählt!

© Tiergarten Schönbrunn/Vienna

TIERGARTEN SCHÖNBRUNN
Arten schützen & erhalten
www.zoovienna.at

© Tiergarten Schönbrunn/Norbert Potensky

Wasser trinken Koalas selten. Sie nehmen durch die Eukalyptusblätter genügend Flüssigkeit auf.

© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

Weil Koalas durch ihr flauschiges Fell und den verschlafenen Blick Teddybären so ähnlich sehen, werden sie oft als „Koala- Bären" bezeichnet. Genau genommen sind sie aber keine Bären, sondern Beuteltiere. Das heißt, ihr Nachwuchs ist bei der Geburt noch vollkommen unterentwickelt und wird erst im Beutel lebensfähig.

© Tiergarten Schönbrunn/Lutta Kirchner

Koalas ernähren sich nur von Eukalyptus. Weil der aber nicht sehr nahrhaft ist und wenige Ballaststoffe enthält, haben Koalas auch wenig Energie. Deshalb schlafen sie 16–20 Stunden pro Tag.

Gewinn ein Koala-buch und mehr! Schick uns ein E-Mail mit deiner Adresse an office@milchzahn.co.at! Die Schnellsten gewinnen!

© Tiergarten Schönbrunn/Norbert Potensky

Koalas sind Einzelgänger, die sich nur zur Paarung treffen. Ein Koalajunges bleibt aber mindestens ein Jahr bei seiner Mutter. So lange nämlich, bis diese sich wieder gepaart hat und das neue Junge den Beutel verlässt.

Name:
Koala – heißt in der Sprache der Aborigines „trinkt nicht"
Lebt: in Australien
Größe: 60–80 cm
Gewicht: 8–11 kg
Liebt: Eukalyptusblätter
Hat nie: Husten
Lieblingsbeschäftigung: Schlafen

© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

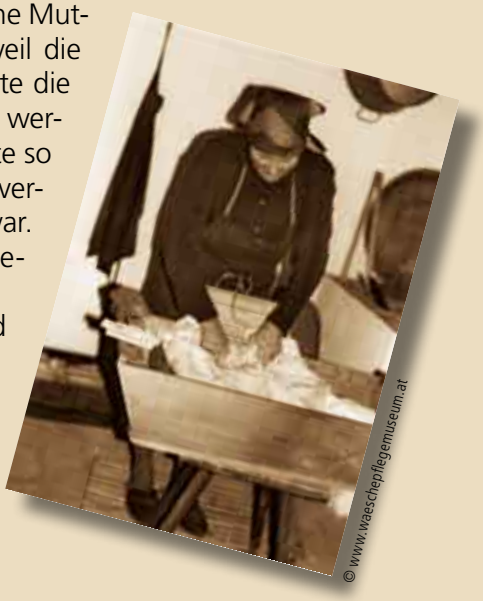
Oma, wie war das damals?

Wäsche waschen

Hilfst du manchmal beim Wäschewaschen? Füllst du die Waschmaschine ein oder räumst du sie aus? Früher war das anders. Waschmaschinen gab es in meiner Kindheit noch keine, aber einen Waschtrog und eine Waschrumpel. Die waren in der Waschküche im Keller! Einmal in der Woche war Waschtag, und der musste genau geplant werden.

Am Abend davor wurde die Wäsche in großen Schaffeln mit spezieller Seife eingeweicht. In der Früh kam dann meine Oma zu uns. Sie passte auf uns Kinder auf, denn in der Waschküche durften wir nicht stören!

Als Erstes wurde die weiße Kochwäsche in einem großen Topf mit Wasser gekocht. Das mochte ich gerne. Denn sobald das Wasser zu blubbern begann stieg ein ganz eigener Duft nach Wasser und frischer Seife auf. Dann wurde die heiße Wäsche in einen Zuber geleert und mit den Händen ausgewrungen. Meine Mutter tanzte dabei immer ganz komisch, weil die Wäsche so heiß war. Im Waschtrog musste die Wäsche an der Waschrumpel gescheuert werden. Das war anstrengend, denn es musste so lang gerumpelt werden, bis die Flecken verschwunden oder ein Loch entstanden war. Zum Schluss musste die Wäsche gut ausgeschwemmt und aufgehängt werden.



© www.waschepflegemuseum.at

In so einer Waschküche war es heiß und feucht. Meiner Mutter standen die Haare zu Berge, und am Abend, wenn endlich alles fertig war, fiel sie todmüde ins Bett. Die Fitnesscenter von heute hatten damals einen anderen Namen:

Waschküche!

elmex® KINDER-ZAHNPASTA

Ab dem 1. Milchzahn

Die elmex® Kinder-Zahnpasta wurde von der elmex® Forschung speziell für das Milchgebiss entwickelt.

Das oberflächenaktive Aminfluorid verteilt sich nicht zufällig im Mund, sondern bildet einen Film über alle Oberflächen. Direkt am Zahn bildet das Fluorid gemeinsam mit Calcium eine Calcium-Fluorid-Deckschicht (CaF_2), die den Zahn vor Säureangriffen schützt!

Schützen Sie Ihre Kleinen vor Karies mit elmex® Kinder-Zahnpasta!

Karies muss raus, sagt die Maus!

Kinderzahnputzkalender

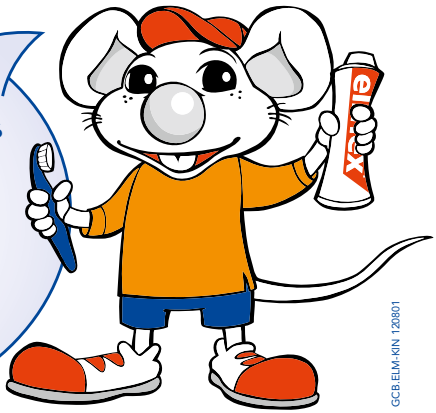
So funktionierts:

Für jedesmal Zähneputzen darfst du einen Aufkleber auf das entsprechende Feld auf der rechten Seite kleben...

...hast du alle Sticker aufgeklebt, siehst du das fertige Bild mit elmy und mir.

GRATIS*

Bestellen Sie kostenlos den lustigen elmex® Zahnputzkalender! Einfach E-Mail oder Postkarte an untenstehende Adresse schicken.

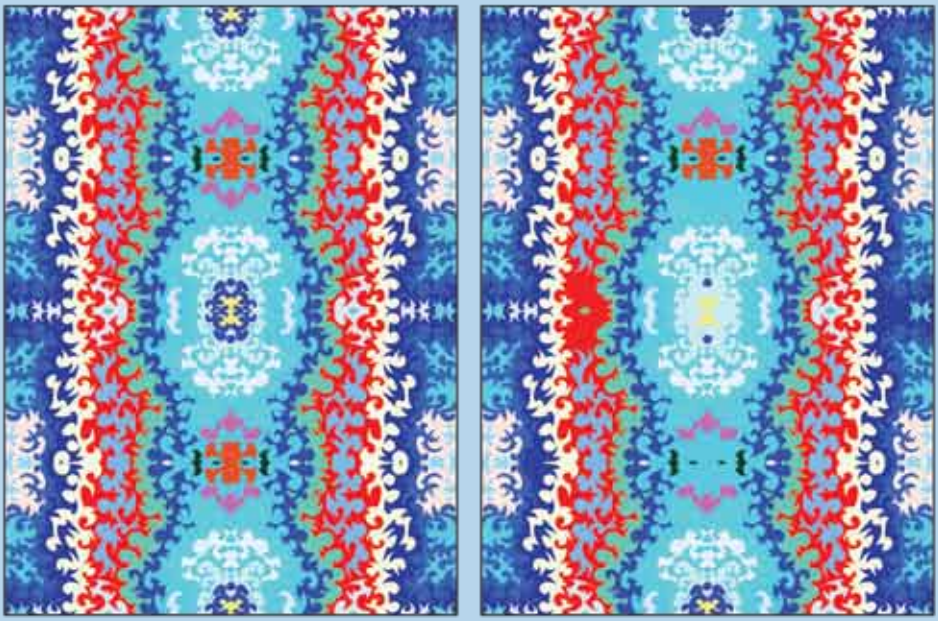


GCB.ELM-KIN 120801

Für Fragen: ☎ 05354 5300 0, E-Mail: info@elmex.at, www.elmex.at,
Gebro Pharma GmbH, 6391 Fieberbrunn, Österreich.

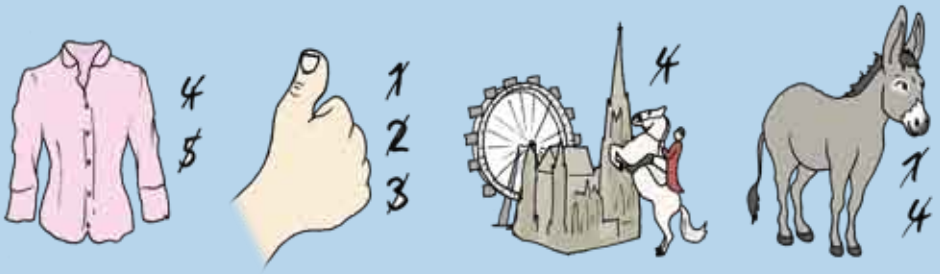
*Pro Adresse max. 4 Stück und nur solange der Vorrat reicht.

Gebro Pharma

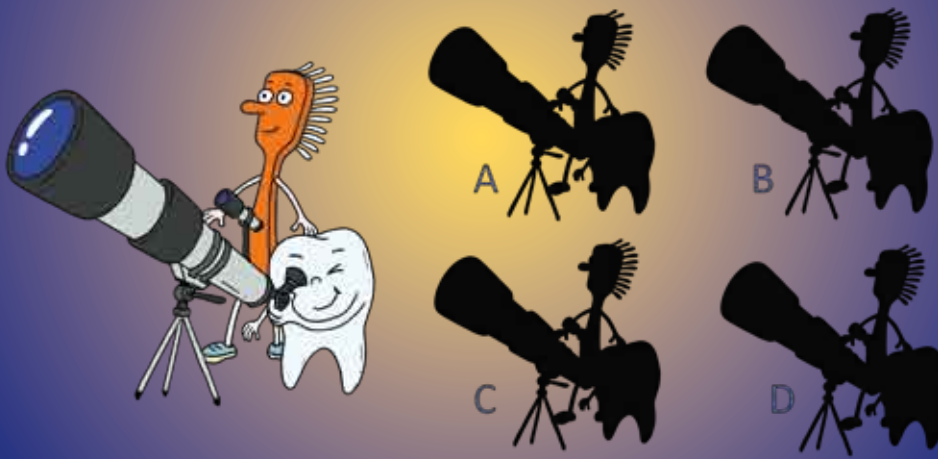


Such sieben Fehler! Schau genau hin, denn sie sind gar nicht so leicht zu finden. *Viel Spaß!*

Welcher Begriff ist hier gesucht?



Welcher Schatten passt zu Milchi und Bürsti?



In diesem Buchstabenwirrwarr verstecken sich **16 Wörter**, die etwas mit dem Weltall zu tun haben. Die gesuchten Wörter können waagrecht, senkrecht und diagonal geschrieben sein.

S	A	T	E	L	L	I	T	L	T	M	A	R	S
P	S	P	D	N	U	G	K	D	E	O	M	P	A
S	T	E	R	N	E	I	C	P	G	N	Z	V	T
W	R	T	Y	Q	F	K	D	L	B	D	G	K	U
S	O	N	N	E	G	V	B	A	M	T	I	C	R
T	N	P	E	V	B	V	E	N	U	S	K	D	N
D	A	B	I	V	N	C	N	E	F	V	G	S	L
G	U	G	S	L	N	E	P	T	U	N	U	J	E
B	T	N	N	K	B	F	V	G	N	E	R	D	E
N	B	P	N	O	G	K	C	H	N	C	A	N	M
N	E	O	N	M	F	S	L	T	B	Y	N	N	X
K	R	Z	E	E	O	P	M	E	R	K	U	R	U
J	U	P	I	T	E	R	F	N	G	K	S	N	H
B	N	C	M	R	A	U	M	S	C	H	I	F	F

Die Lösung: Satellit, Raumschiff, Astronaut, Komet, Sonne, Stern, Planet, Mond, Venus, Mars, Erde, Neptun, Merkur, Uranus, Jupiter, Saturn

Der Sommer ist da!

Und wenn du endlich so richtig ausgeschlafen bist, lange genug gebadet und gefaulenzt hast, dann ist vielleicht jetzt Zeit für ein neues Abenteuer. Hier findest du die coolsten Tipps für deinen **Sommer 2013** in ganz Österreich!

Oberösterreich
Bewirb dich als Knappe oder Burgfräulein auf Burg Piberstein!
Tipp: Handys haben Pause!
www.zeitenwanderer.at/zeitreise

© www.zeitenwanderer.at

Salzburg
Die größte Eishöhle der Welt kannst du täglich in Werfen besichtigen.
Tipp: Warm anziehen!
www.eisriesenwelt.at

© eisriesenwelt

Vorarlberg
Vorhang auf für die kleinsten Festspielfreunde in Bregenz bei Crossculture 2013.
Tipp: Höre und staune!
www.bregenzerfestspiele.com

© Bregenzer Festspiele

Tirol
Verbring einen abenteuerlichen Steinzeittag im Ötzidorf.
Tipp: Nichts für Couchpotatoes!
www.oetzidorf.at

© Ötzi-Dorf Umhausen

Niederösterreich
KinderuniKunst Kreativwoche für angehende Künstler. Tipp: 10 Jahre Geburtstagsfest!
www.kinderunikunst.at

© ZKinderuniKunst

Wien
Mach deinen eigenen Trickfilm im ZOOM Kindermuseum. Tipp: Coole Geschichten sind gefragt.
www.kindermuseum.at

© ZOOM Kindermuseum/J. Kucek

Steiermark
Styrassic Park – die Dinosaurier warten schon auf dich! Tipp: 13:00 ist Saurierzahn-Gießen!
www.styrassicpark.at

© Styrassic Park

Burgenland
Familypark Neusiedlersee – und der Spaß ist garantiert. Tipp: Ganzen Tag einplanen!
www.familypark.at

© familypark

Kärnten
Schatzsuche in Granatberg von Radenthein: Schürf deine Granaten! Tipp: Taschenlampe nicht vergessen
www.granatium.at

© Granatium

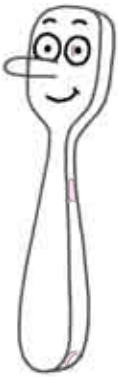
Hallo, liebe Comic-Freunde! Heute lernen wir, wie man Bürsti die Zahnbürste zeichnet.

1. Schritt:
Zuerst zeichnest du eine einfache Zahnbürste, ohne Borsten – sieht ein bisschen aus aus wie ein Eislöffel.

2. Schritt:
Jetzt machen wir aus dieser einfachen Form eine plastische Form, indem wir den rechten Teil der Linie gleich daneben noch mal zeichnen und die beiden „Zwillingslinien" oben und unten miteinander verbinden.

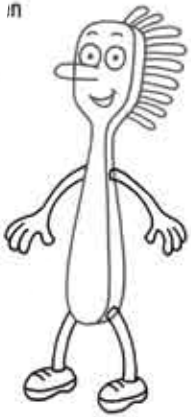
3. Schritt:
Nun hat unser Bürsti schon mal einen Körper. Ihm fehlen allerdings noch Arme, Beine, ein Gesicht und Haare. Aber eins nach dem anderen ...
Zunächst geben wir ihm mal eine Nase und zeichnen eine halbe Wurst in die Mitte des Kopfes.

4. Schritt:
Über die Nase machen wir zwei runde Augen und darüber zwei kleine Bögen als Augenbrauen.
Dann noch einen größeren Bogen unter die Nase, und schon hat Bürsti ein Gesicht.



5. Schritt:
So eine Glatze steht Bürsti gar nicht gut. Darum zeichnen wir ihm schnell ein paar Haare bzw. Borsten. Die sehen nicht viel anders aus als seine Nase, nur ein bisschen dünner.

6. Schritt:
Als Nächstes bekommt Bürsti zwei Arme und zwei Beine mit hübschen Schuhen unten dran. Arme und Beine sollten leicht gebogen sein, damit Bürsti nicht so steif wirkt.



7. Schritt:
Deine Zeichnung ist jetzt schon fast fertig. Aber dir wird vielleicht aufgefallen sein, dass Bürsti an manchen Stellen noch durchsichtig ist. Nimm einen Radiergummi und radiere drei kleine Linien wieder weg: an der Nase, der Schulter, am Bein.

8. Schritt:
Wenn du willst, kannst du Bürsti jetzt noch bunt anmalen. Viel Spaß beim Zeichnen!

Shaolin Kung Fu

Shaolin Kung Fu hat eine lange chinesische Tradition. Der Legende nach kam ein indischer Mönch in den Shaolin Tempel am Fuße des Shao Shi Berges. Dort war er über die schlechte körperliche Verfassung der meditierenden Mönche so erschrocken, dass er eine körperstärkende Bewegungsform einführte:
das Shaolin Kung Fu.

Ausgestrecktes Bein und Schlag auf den Fuß. Das nennt sich „caijiao“ und wird gern als Aufwärmübung gemacht!

Beim Training lernt man seinen Körper und Geist kennen. Das Training ist eine Meditation, die dem Ausführenden hilft, sich besser kennenzulernen.

„Amituofo“ ist die traditionelle Begrüßung der Shaolin Mönche. Dabei zeigt die rechte Hand senkrecht zum Herzen, die linke waagrecht zum Bauchnabel.

Sprünge sind ein wichtiger Bestandteil des Shaolin Kung Fu. Während dem Training herrscht höchste Konzentration, deshalb lautet auch eine Tempelregel: „Kein Sprechen während des Trainings!"

Im Shaolin Kung Fu gibt es keine Wettkämpfe und keine Graduierung. Viele Bewegungsformen und -abfolgen sind sogar geheim und dürfen nur vom Meister an den Schüler weitergegeben werden.

Die „Tierformen" haben ihren Ursprung in der genauen Beobachtung und Nachahmung verschiedener Tiere. Alex hält seine Hand wie ein Kranich oder Storch und kann in dieser Handhaltung Schläge abwehren und austeilen.

Es gibt zwei Level im Shaolin Kung Fu. Die Schüler lernen zuerst die Grundformen, danach werden Stände, Sprünge, Tritte, Kicks, Bewegungen und Formen trainiert. Auch Waffen werden im Shaolin Kung Fu verwendet.

Name: Alex
Alter: 11
Mag: Fliegenfischen und Wellensittiche (seinen dritten Wellensittich Robin Hood hat er gerade von der Straße gerettet und gesund gepflegt)
Trainiert: seit 1½ Jahren zwei- bis dreimal pro Woche
Trainingslevel: Level 2, wo fast alles geheim ist
Begeistert durch: eine Shaolin Show und seinen Hortbetreuer, der selber Shaolin Kung Fu macht
Will später: wahrscheinlich kein Shaolin-Mönch werden, aber gerne das chinesische Stammkloster besuchen.

Wie entsteht ein Regenbogen?

Du hast bestimmt schon einen Regenbogen gesehen. Aber wer oder was zeichnet die bunten Streifen in den Himmel?
Die Antwort ist ganz einfach – das Sonnenlicht. Jetzt fragst du dich vielleicht: „Moment mal, ist das Sonnenlicht nicht weiß? Wie kann es dann bunte Streifen zeichnen?“
Nun, das Sonnenlicht sieht nur für unser Auge weiß aus, in Wirklichkeit besteht es aus rotem, grünem und blauem Licht. Wenn das Licht der Sonne durch einen Wassertropfen fällt, wird es gebrochen und in seine Grundbestandteile zerlegt. Das macht die bunten Farben sichtbar. Deshalb kannst du die schönsten Regenbögen nach einem Wolkenbruch oder Gewitter sehen. Dann hängen tausend kleine Wassertropfen in der Luft. Wenn dann die Sonne durch sie hindurch scheint und sich spiegelt, sehen wir einen Regenbogen.

Ein Regenbogen hat immer die gleichen Farben, die immer in derselben Reihenfolge erscheinen. Weißt du welche?

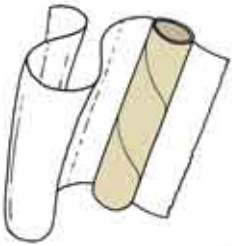
Genau: Es sind Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau, Indigo und Violett!

In Irland gibt es das Gerücht, dass am Ende des Regenbogens ein Topf voller Gold steht!

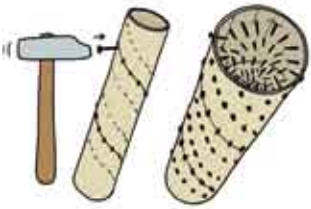
Bastle einen Regenmacherstab!

Jetzt weißt du zwar, wie ein Regenbogen entsteht, aber seit Tagen hat es nicht mehr geregnet? Dann bastle mit uns einen Regenmacherstab. In Südamerika haben die Indianer lange Zeit damit den Regen herbeigelockt! Vielleicht gelingt es dir auch.

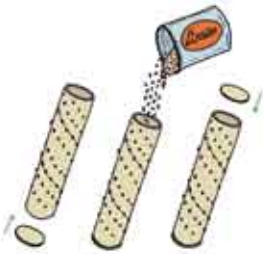
Du brauchst:
1 Küchenrolle
3–4 cm lange Nägel
Hammer
Karton
Schere
Trockene Linsen
Leim
Acrylfarben



Schritt 1: Wickle das Papier von der Küchenrolle! Jetzt kannst du auf der Kartonrolle eine spiralförmige Linie sehen!



Schritt 2: Schlag die Nägel entlang der Linie vorsichtig in die Rolle. Der Abstand zwischen den Nägeln sollte ungefähr 1–2 cm betragen! Wenn du fertig bist, wiederhole das ganze nochmal 1 cm oberhalb der Linie und 1 cm unterhalb der Linie. Wenn du jetzt in deine Küchenrolle schaust, solltest du ein schönes Nägellabyrinth sehen!



Schritt 3: Schneide aus einem Karton zwei Kreise aus, die deine Küchenrolle später verschließen sollen. Jetzt klebst du einen Kreis auf die Rolle, auf der offenen Seite füllst du die Linsen in das Rohr. Dann verschließt du auch diese Öffnung! Kannst du schon etwas hören?

Schritt 4: Zum Schluss leimst du das Küchenrollenpapier um deinen Regenmacherstab und lässt es über Nacht trocknen. Jetzt kannst du deiner Fantasie freien Lauf lassen und den Regenmacher so bunt wie möglich anmalen!

Tipp:
Füll deinen Regenmacherstab auch einmal mit Reis, Bohnen oder Kirschkernen! Hörst du den Unterschied?

Warum das Meer salzig

In Norwegen lebten einmal zwei Brüder. Der eine war reich, der andere arm. Eines Tages, als der Hunger des armen Bruders und seiner Familie zu groß war, ging er zu seinem reichen Bruder, um ihn um einen Stück Schinken zu bitten. „Ich soll dir meinen guten Schinken schenken?“, lachte der reiche Bruder. „Warum sollte ich?“ Der jüngere flehte: „Bitte, Bruder, meine Kinder haben seit Tagen nichts zu beißen gehabt und auch mein Magen knurrt lauter als dein brauner Wachhund! Ich will auch alles tun, was du verlangst!“ – „Wirklich alles?“, fragte der reiche Bruder listig. „Dann nimm dieses Stück Schinken und scher dich zur Hölle damit!“ Der arme Bruder nahm dankbar den Schinken und machte sich auf den Weg, die Hölle zu finden. „Den sehe ich nicht mehr“, dachte der reiche Bruder zufrieden.

Der arme Bruder wanderte durch Wald und Tal, bis es Nacht wurde. Da sah er in der Ferne ein erleuchtetes Haus. „Das könnte der Eingang zur Hölle sein“, dachte er und klopfte an. Ein schmächtiger alter Mann öffnete. „Ja, hier bist du richtig, armer Mann! Aber wenn ich dir einen guten Rat geben darf: Du trägst da ein ordentliches Stück Schinken bei dir. Die Teufel werden dir viel Geld dafür bieten! Bleib standhaft und verkauf ihn nur für die kleine Handmühle!“ Der arme Bruder tat, wie ihm gesagt, spazierte in die Hölle und verkaufte seinen Schinken für eine kleine hölzerne Handmühle. Als er damit wieder zu dem alten Mann kam, flüsterte dieser ihm das Geheimnis der Handmühle ins Ohr. Vergnügt machte sich der

ist

arme Bruder auf den Heimweg, wo er von seiner wütenden Frau erwartet wurde. „Wo warst du so lange?“, schimpfte sie. „Unsere Kinder sterben fast vor Hunger und du schlägst dir die Nächte um die Ohren!“ – „Hab Geduld, liebe Frau“, antwortete er. „Siehst du die kleine Handmühle da? Sie wird uns helfen, nie wieder Hunger zu leiden!“ Er stellte die Mühle auf den Tisch und begann zu mahlen. Da kamen plötzlich Käse und Wurst, Brot und Wein zum Vorschein. Die Mühle zauberte alle Lieblingsspeisen des armen Bruders herbei. „Hurra!“, rief er erfreut. „Wir werden nie wieder Hunger leiden müssen!“ So war es auch, die Kinder wurden jeden Tag satt und der arme Bruder musste sich nicht mehr sorgen.

Alle Welt sprach von der Zaubermühle, sodass auch ein reicher Seemann davon erfuhr. „Ich gebe dir all mein Gold für deine Mühle!“, bot er dem armen Bruder an. „Dort, wo ich herkomme, ist Salz wertvoller als Gold. Ich segle seit Jahren auf allen Meeren, um Salz zu bekommen, und mit deiner Mühle könnte ich endlich zu Hause bleiben.“ Der arme Bruder dachte kurz nach, dann beschloss er, dem Seemann, die Mühle zu überlassen.

Aber leider vergaß er dem Seemann zu sagen, wie man die Mühle wieder stoppen konnte. Als dieser auf seiner Heimreise die Mühle ausprobierte, produzierte sie mehr Salz, als ihm lieb war. Was er auch probierte, sie hörte einfach nicht auf, Salz zu produzieren. Schließlich war der Seemann so verzweifelt, dass er die Mühle über Bord warf. Und so steht sie heute noch am Grund des Meeres und mahlt Salz.

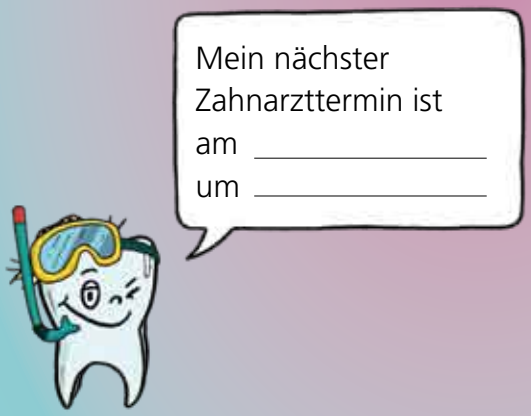
Frei nach einer indischen Erzählung

Ahoi!

Endlich wieder Sommerferien, Sonnenschein und schlafen so lange man will! Das lieben Milchi, Bürsti und du wahrscheinlich auch! Hast du schon viele Pläne, was du machen wirst? Milchi und Bürsti haben genaue Vorstellung von ihren Ferien: Zuerst wollen sie unsere Freizeittipps für Österreich ausprobieren (S.20), dann eine Grillparty im Weltall veranstalten (S.12) und ein Insektenhotel bauen (S.8). Am liebsten wollen sie dann noch nach Irland fahren, um den Topf mit Gold am Ende des Regenbogens zu finden und die Koalas in Australien besuchen. Also, ich freu mich am meisten auf die Kukuruz-Raketen und verbringe den Rest der Zeit im Liegestuhl!

Schöne, aufregende Ferien wünscht dir deine

Lena



ARZTSTEMPEL

IMPRESSUM und Offenlegung: Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Der Verlag Dr. Snizek e.U. Messerschmidtgasse 45/11, 1180 Wien; Telefon und Fax: 0043/1/478 74 54; www.milchzahn.eu, www.milchzahn.co.at, www.der-verlag.at, FN 316833g, HG Wien. **Verlagsleitung:** Dr. Birgit Snizek. **Chefredaktion:** Magdalena Snizek, 0699/11 70 1237, lena.schnee@milchzahn.eu. **Redaktion:** Tobias Gossow, Marlene Nowotny, Vincent Schneider, Reinhard Wunderbaldinger. **Illustrationen:** Tobias Gossow. **Anzeigen:** Roland Hauser, 0664/301 08 66, rgh-hauser@aon.at., Mag. Marc Gandon, marc_gandon@zmt.co.at, **Druck:** AV+Astoria Druckzentrum, 1030 Wien. **AGB:** www.der-verlag.at. Grundlegende Richtung: Patientenzeitung für Kinder in der Zahnarztpraxis. Namentlich oder mit einem Kürzel gekennzeichnete Artikel sowie Leserbriefe stellen die persönliche Meinung des Verfassers dar. Der Nachdruck ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages gestattet.