

Nr. 4 Winter 2023

Das Gesundheitsmagazin für Kinder



# milchzahn



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc



Milchi  
und  
Bürsti



MILCHI UND BÜRSTI  
BRAUCHEN EINEN BAUM.



HEUT' IST HEILIG' ABEND,  
ZEIT BLEIBT IHNEN KAUM.



SO GEH'N SIE IN DEN WALD  
MIT EINER GROßEN SÄGE.



DOCH PLÖTZLICH STEH'N DREI TIERE  
DEN BEIDEN FRECH IM WEGE.



"DIE BÄUME BLEIBEN HIER,  
SIE ZU FÄLLEN IST NICHT ERLAUBT!"



"MAN HAT UNS SCHON ZU VIEL  
VOM LEBENSRAUM GERAUBT"



"ABER WIR BRAUCHEN EINEN BAUM!  
-DAS IST SUPER MEGA WICHTIG!"

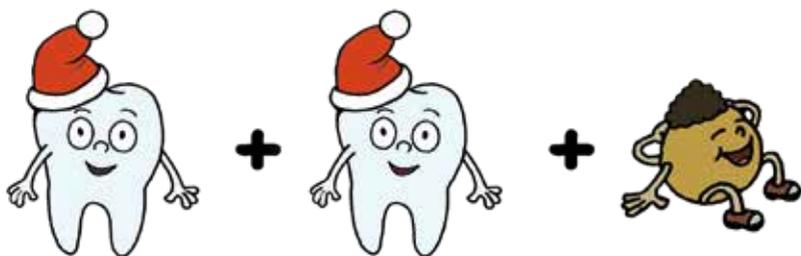


"WEIL HEILIG' ABEND OHNE BAUM-  
DAS WÄR' DOCH SO NICHT RICHTIG!"

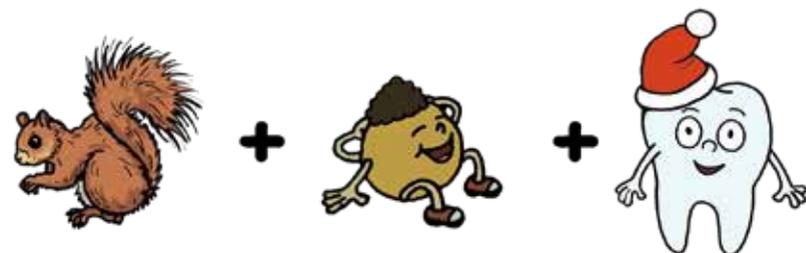





$$+ + = 9$$


$$+ + = 4$$


$$+ + = 7$$


$$+ + = ?$$



In der kalten Jahreszeit kommen viele Tiere zur Ruhe und gehen in den Winterschlaf, die Winterruhe oder die Winterstarre. Finde in diesem Buchstabenwirrwarr **12 dieser Tiere** (die gesuchten Wörter können waagrecht, senkrecht und auch diagonal geschrieben sein).



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

Lösung  
Igel, Dachshund, Fledermaus, Eichhörnchen, Braunbär, Waschbär, Siebenschläfer, Schildkröte, Fisch, Frosch, Mummetier, Eidechse

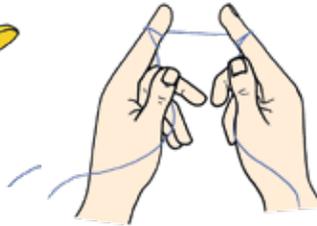


**Such sieben Fehler!**

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

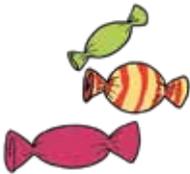


# Heute gehen wir zur Mund

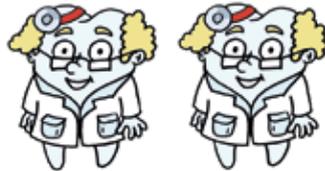


**Du verwendest am Abend zusätzlich Zahnseide?**

**Du putzt täglich mindestens zweimal deine Zähne?**



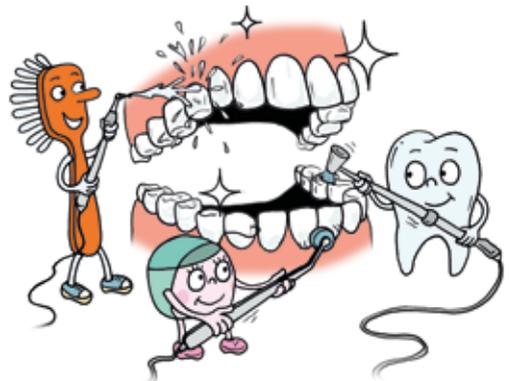
**Du isst Süßigkeiten als Nachspeise und nicht zwischendurch?**



**Und Du gehst zweimal jährlich zum Zahnarzt?**

**Super, dann machst du alles richtig, um gesunde Zähne zu haben!**

Ich verrate dir heute ein weiteres super Zahngeheimnis: Es gibt professionelle Zähneputzer und Zähneputzerinnen. Die machen nichts anderes, als Menschen die Zähne zu putzen. Warum auch du einmal jährlich eine professionelle Zahnreinigung machen solltest, erkläre ich dir heute.



Die Dentalhygienikerin arbeitet in einer Zahnarztpraxis. Sie zeigt dir zu Beginn alle Instrumente, die sie und der Zahnarzt verwenden. So wirst du zum Zahnarztprofi! Für dich ist nur eines wichtig: den Mund weit öffnen!



# hygiene

**D**u putzt dir bestimmt gewissenhaft jeden Tag die Zähne. Trotzdem passiert es manchmal, dass gewisse Stellen nicht so gut geputzt sind. Vielleicht kommst du dort schlecht mit deiner Zahnbürste hin oder du vergisst, an manchen Stellen gründlich zu putzen. Dann kann dort ein weicher Belag entstehen – die sogenannte Plaque.



**M**it einem Zaubermittel kann die Dentalhygienikerin diese Plaque sichtbar machen. So siehst du, wo du besser putzen musst. Und sie sieht, wo sie deine Zähne besonders gut reinigen muss. Denn die Plaque fördert Karies.

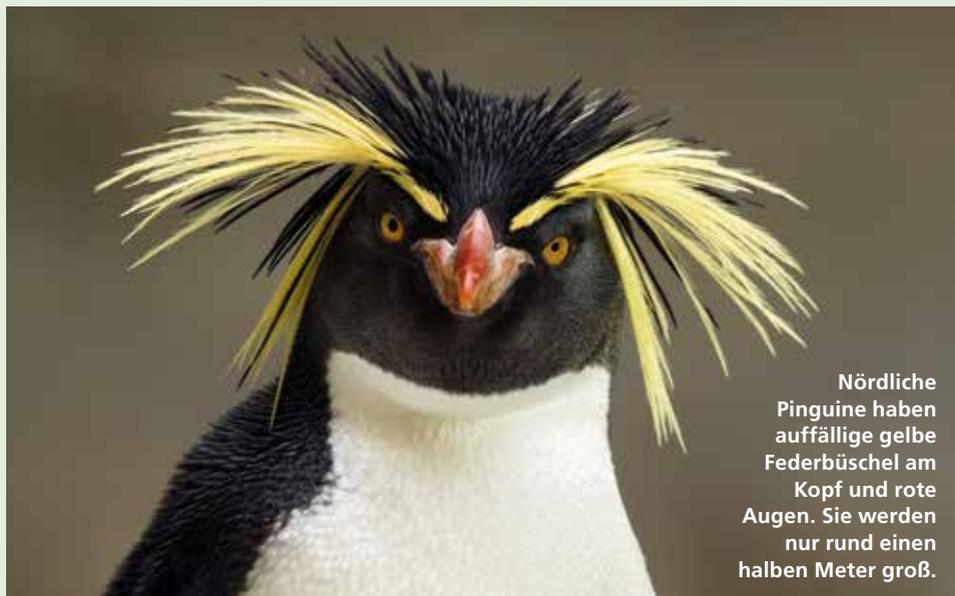
**D**ie Mundhygienikerin entfernt die Plaque mit einer feinen Polierpaste. Danach fühlen sich deine Zähne ganz glatt und sauber an.



**S**ie zeigt dir auch, wie du dir deine Zähne noch besser putzen kannst. Deshalb vergiss nicht, deine eigene Zahnbürste mitzunehmen!



# Nördliche Felsenping



Nördliche Pinguine haben auffällige gelbe Federbüschel am Kopf und rote Augen. Sie werden nur rund einen halben Meter groß.

© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

Leider haben Überfischung, Umweltverschmutzung und Klimawandel haben die Nördlichen Felsenpinguine zu einer besonders gefährdeten Tierart gemacht.



# uine

Der Tiergarten Schönbrunn züchtet deshalb seit Jahren Felsenpinguine mit großem Erfolg und koordiniert das europäische Zuchtprogramm.



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

Jedes Jahr gibt es Felsenpinguin-Küken, die du im sogenannten „Kindergarten“ im Polarium genau beobachten kannst. Dort bleiben sie bis zur ersten Mauser. Mauser nennt man den regelmäßigen Wechsel des Gefieders bei Pinguinen. Die Felsenpinguin-Küken tragen ein Daunenkleid, das noch nicht wasserabweisend ist.

## Gewinnspiel

Schick uns eine Zeichnung von deinem Lieblingstier im Tiergarten an [milchi@milchzahn.eu](mailto:milchi@milchzahn.eu) und gewinne den Kalender „Tierbabys 2024. Schönbrunns süßeste Tierkinder“! Ein Felsenpinguin-Küken ist auch dabei!



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

An allen Adventsontagen gibt es um 14:30 eine kostenlose Kinderführung durch den Tiergarten Schönbrunn!



# SALZIGE PINGUINFAMI

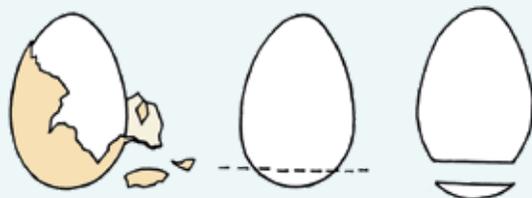
## Du brauchst:

- 2 Eier
- 2 Mini-Mozzarella-Bällchen
- 8 schwarze Oliven ohne Kern
- 4 rote Spitzpaprika
- 1 Karotte
- eine Tube Mayonnaise
- Zahnstocher



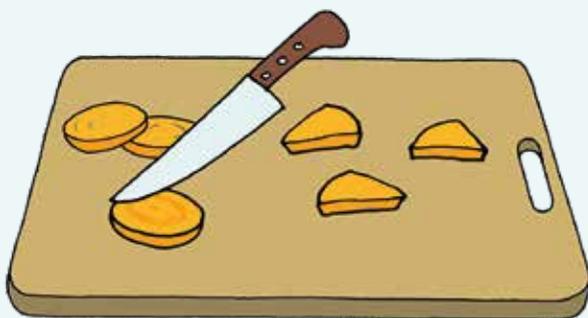
## Schritt 1:

Koche die Eier ca. 10 Minuten im heißen Wasser. Spüle sie dann vorsichtig kalt ab, lass sie abkühlen und schäle sie.



## Schritt 2:

Schneide vier Oliven in die Hälfte, dann schneide von der Karotte vier Scheiben ab.



## Schritt 3:

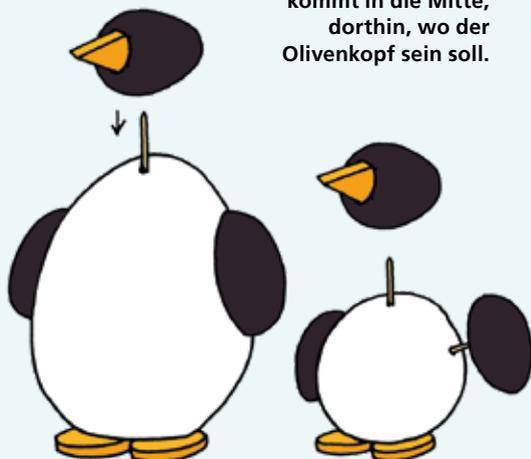
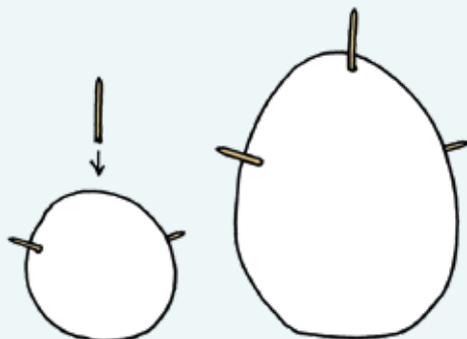
Nimm die Karottenscheiben und schneide je ein Dreieck aus. Halbiere die Dreiecke und steck sie in die Öffnung der ganzen Oliven als Schnabel.



LIE

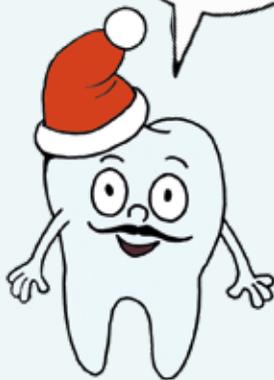
**Schritt 4:**

Brich die Streichhölzer entzwei und stecke je zwei an die Seiten der Eier und Mozzarella-Bällchen. Ein Streichholzstück kommt in die Mitte, dorthin, wo der Olivenkopf sein soll.

**Schritt 5:**

Stell die harten Eier und Mozzarella-Bällchen auf die Karottenscheiben und spieße die Olivenhälften als Flügel an der Seite auf. Am Schluss kommt der Olivenkopf dran.

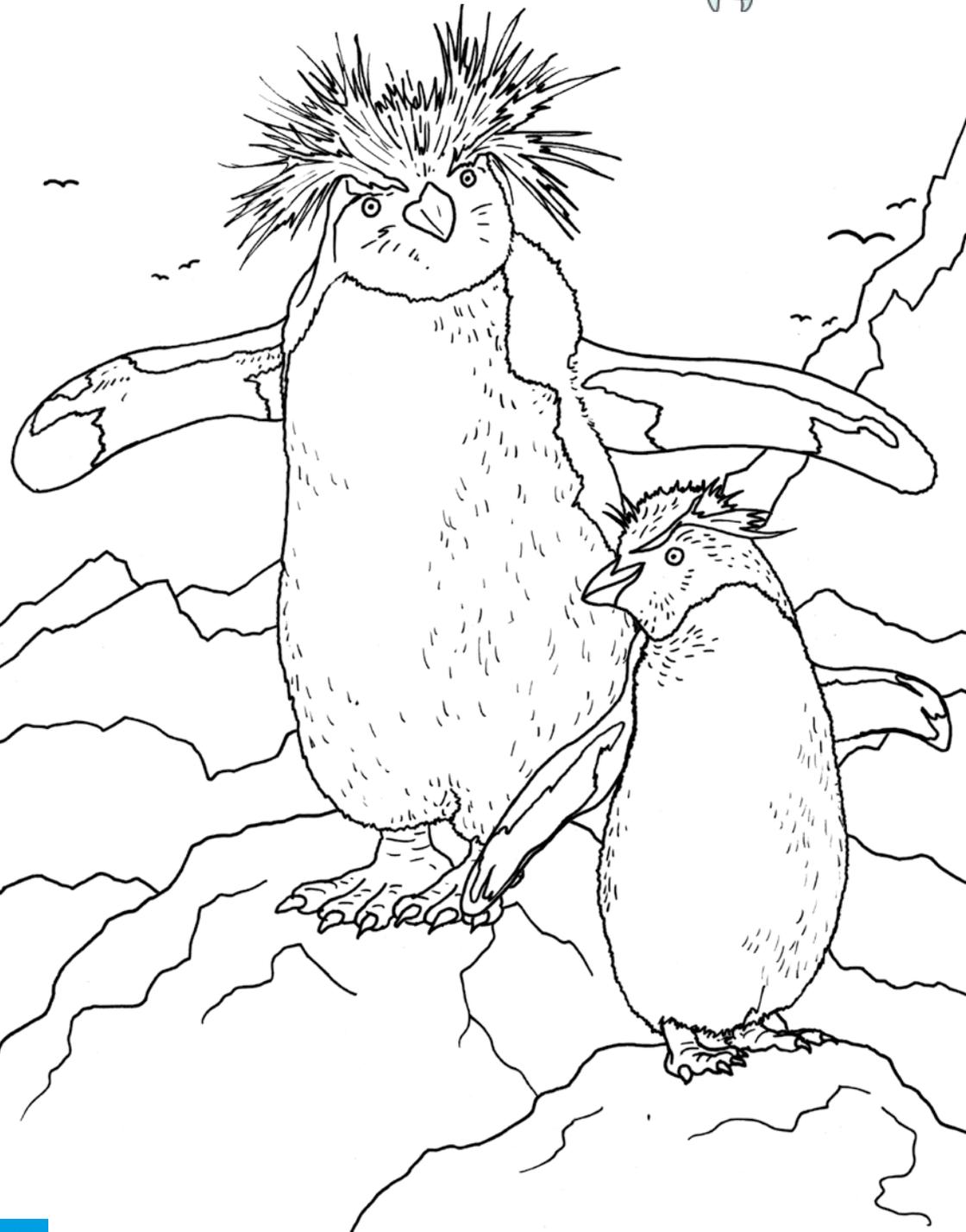
*Für extra Weihnachtsstimmung mach einen Rand um die Mütze und am Spitz einen Bommel.*



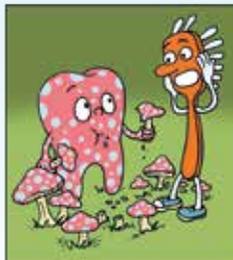
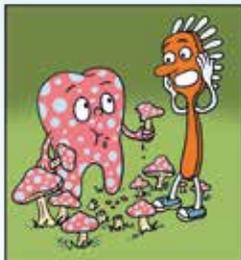
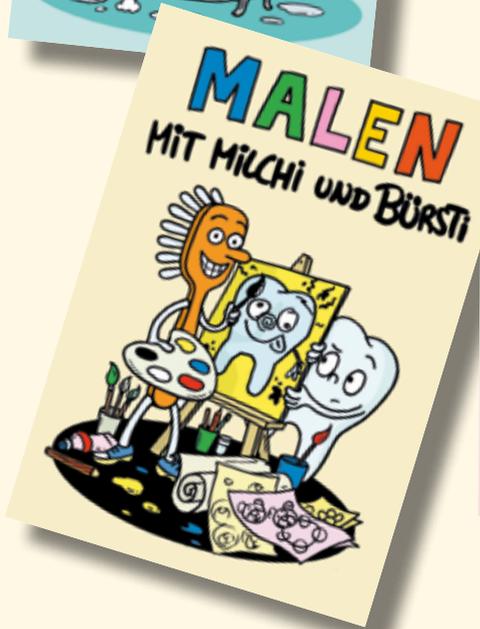
**Schritt 6:** Jetzt fehlt nur noch eine festliche Mütze. Dazu schneide die Spitzen der Paprika ab und befestige sie mit der Mayonnaise am Olivenkopf.







**Rätseln,  
Malen, Kochen und  
Zähneputzen mit  
Milchi und Bürsti –  
frag deinen  
Zahnarzt danach!**

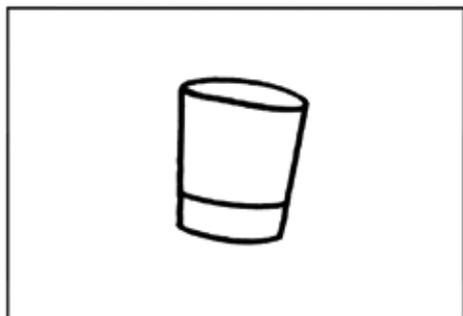


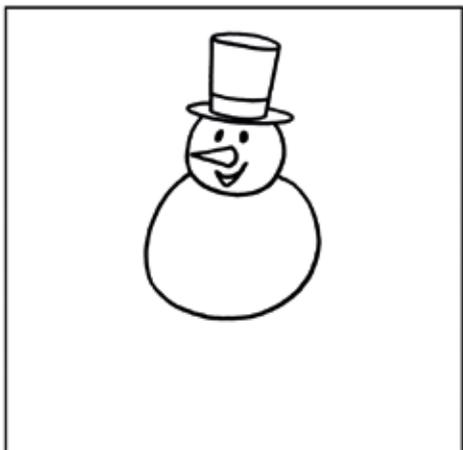
**Such sieben Fehler!**

Schau genau hin, denn sie sind gar nicht so leicht zu finden.

Viel Spaß!

# WIE ZEICHNE ICH EIGENTLICH EINEN SCHNEEMANN?





# Warum machen Tiere

Wenn die Tage kürzer und kälter werden, kann die Futtersuche für Tiere zum Überlebenskampf werden. Deshalb hat die Natur jedes Tier mit einer optimalen Winterstrategie versehen: Manche erstarren, andere schlafen und einige fliegen in den Süden.

## WINTERSCHLAF

Kleine Säugetiere wie Igel fressen sich im Spätsommer einen dicken Winterspeck an. Im Herbst suchen sie sich einen ruhigen, geschützten Ort, einen Holzstapel zum Beispiel, und schlafen. Dabei werden all ihre Körperfunktionen heruntergefahren: Ihr Herz schlägt ganz langsam und die Körpertemperatur wird niedriger. Trotzdem schlafen sie nicht durchgehend. Von Zeit zu Zeit wachen sie kurz auf, aber nicht um zu fressen, sondern nur um Kot und Urin abzugeben.

## WINTERRUHE

Größere Säugetiere wie Bären, aber auch Eichhörnchen halten nur eine Winterruhe. Sie wachen häufiger auf und fressen in den Wachphasen. Deshalb ist ihre Körpertemperatur nicht ganz so niedrig wie bei den Winterschläfern. Außerdem passen sie sich an die jeweilige Situation an! Braunbären bleiben monatelang in ihren Höhlen, wenn es zu kalt ist.





# einen Winterschlaf?

Andererseits halten sie keine Winterruhe, wenn es immer genügend Futter gibt wie beispielsweise im Zoo.

## WINTERSTARRE

Insekten erstarren in den kalten Monaten und wachen erst im Frühling wieder auf. Sie haben eine Art Frostschutzmittel, das verhindert, dass ihre Körperflüssigkeiten einfrieren. Dieses Frostschutzmittel wird durch eine hohe Konzentration von Glukose im Körper erzeugt. Mit den ersten Sonnenstrahlen erwachen sie wieder aus ihrer Starre.

## WAS KANNST DU TUN?

Tiere, die in ihrer Winterruhe gestört werden, können meistens nicht überleben. Deshalb soll man sie in Ruhe lassen und nicht stören. Trotzdem kannst du vieles für die Tiere tun! Da es immer weniger Schlafmöglichkeiten gibt, könntest du einen Blätterhaufen machen und mit Reisig zudecken: ein ideales Igelhotel. Fenster zu Dachböden oder Scheunen kannst du einen Spalt öffnen, um Fledermäusen einen Unterschlupf für den Winter zu gewähren.



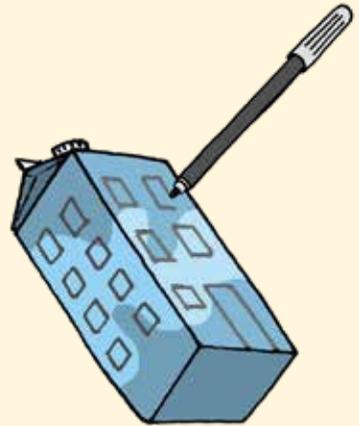
# Laternenstadt

## Du brauchst:

- mehrere leere Saft- oder Milchpackungen
- eine Schneideunterlage
- ein Stanley-Messer
- weiße Farbe (vielleicht noch Reste vom letzten Ausmalen?)
- Wasserfarben
- elektrische Teelichter

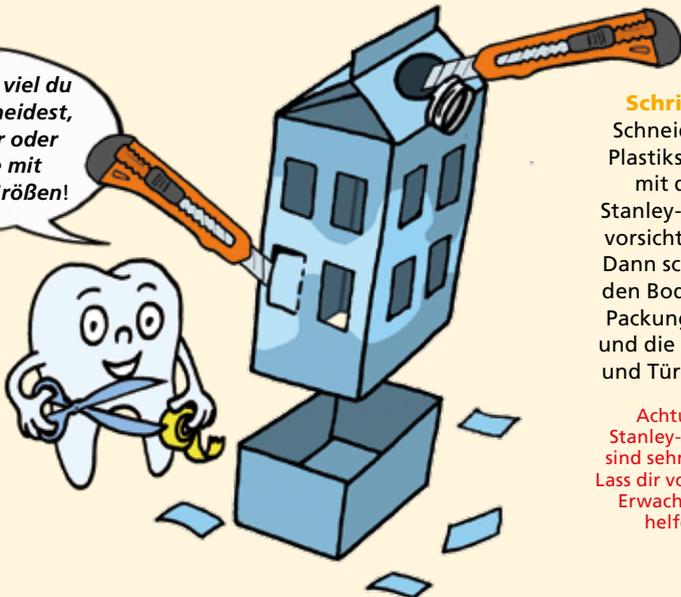


**Schritt 1:**  
Wasche die Saft- oder Milchpackungen gut aus.



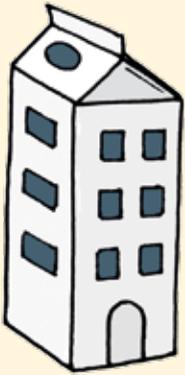
**Schritt 2:**  
Zeichne Fenster und Türen auf den Packungen vor.

*Je nachdem, wie viel du vom Boden wegschneidest, wird dein Haus größer oder kleiner. Experimentiere mit unterschiedlichen Größen!*



**Schritt 3:**  
Schneide die Plastikstöpsel mit dem Stanley-Messer vorsichtig aus. Dann schneide den Boden der Packungen ab und die Fenster und Türen aus.

**Achtung:**  
Stanley-Messer sind sehr scharf. Lass dir von einem Erwachsenen helfen!

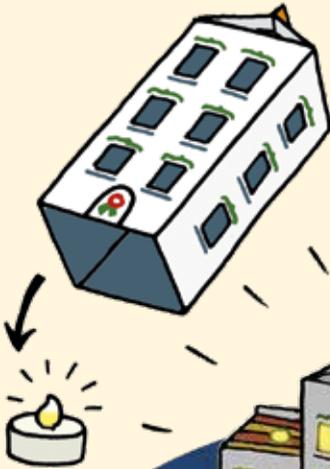


**Schritt 4:**  
Male die Saft- und Milchpackungen mit der weißen Farbe an und lass sie gut trocknen. Am besten über Nacht.



**Schritt 5:**

Wenn deine Häuschen trocken sind, kannst du sie mit Wasserfarben oder Bunstiften bemalen – zeichne zum Beispiel Dachschindeln oder einen Türkranz neben der Eingangstür!



**Schritt 6:**

Stell die Laternenhäuser über die leuchtenden Teelichter. Mach alle Lichter im Zimmer aus und freu dich über deine leuchtende Stadt!

# Winterparty auf der B

Es war einmal ein sehr strenger, kalter Winter. Auf der großen Blumenwiese in Bärenhausen lag eine dicke, schwere Schneedecke. Die Äste der hinter der Wiese stehenden Tannenbäume hingen fast bis zum Boden. Sie stöhnten und ächzten unter der Last der Millionen Schneeflocken, die sich gemütlich auf ihnen niedergelassen hatten. Ein paar Krähen zogen ihre langsamen Runden über der Wiese und hofften, doch noch irgendwo etwas Essbares zu finden. Sie waren schon ganz müde vor Hunger.

Am Ende der Wiese, wo der dichte Tannenwald begann, stand ein kleines, altes und schon etwas verfallenes Holzhaus. Es hatte eine alte Holzbank vor der Eingangstüre, auf der sich manchmal die Eichhörnchen niederließen, um durch das Fenster nach Nüssen Ausschau zu halten. Ein hungriges Fuchslein zog ebenfalls seine Spuren durch den Schnee und schaute jeden Tag, ob sich nicht doch einmal etwas Gutes finden ließe.

Aus der dichten Schneedecke der Wiese aber ragten nur ein paar lange Schachtelhalme. Sie waren so dünn, dass sich nicht einmal ein einziges Schneeflockchen daran festhalten konnte. Und wenn der Wind blies, dann knickten sie kraftlos ein.

Kein Regenwurm war zu sehen. Keine bunte Blüte erfreute das Auge. Kein Käferlein krabbelte herum, es wäre auf der dicken Schneedecke ja sofort erfroren.

Was sich aber tief unter der Erde abspielte, war ein großes Geheimnis und sollte es auch bleiben. Tief, und ich meine eben wirklich tief, so tief, wie du vielleicht groß bist und noch ein paar Brotlaibe auf deinem Kopf dazu, da wohnten die Unterirdischen. Sie hatten gar nichts mit den Außerirdischen und sehr wenig mit den Oberirdischen, den Menschen also, zu tun. Und das war gut so. Denn sie waren vor allem im Winter schwer beschäftigt. Die Unterirdischen waren länglich oder rund, manche dünner, manche dicker, manche größer, manche kleiner, aber alle hatten zwei Füße und vier Hände. Mit vier Händen lässt sich eben besser arbeiten als mit zwei, das ist klar.

Wenn es schön langsam still wurde und man die Oberirdischen nicht mehr hörte,





# Ammenwiese

dann war ihre Zeit gekommen. Sie gruben lange Straßen mit vielen kleinen Gängen links und rechts und wenn sie fertig waren, stellten sie ein großes Schild auf:

Regenwurmhotel  
Zimmer frei!  
Für Winterschläfer  
heute gratis!

Dann schaufelten sie links und rechts hunderte Löcher, die linke Seite gehörte den Marienkäfern, die rechte Seite den anderen Käfern. Auch sie sollten im Winter gut versorgt sein. Waren sie mit dieser Arbeit fertig, halfen sie den Ameisen, das Winterquartier zu bauen. Diese mussten sich nämlich ebenfalls mehrere Meter tief unter der Erde, dort, wo es eben wieder warm wurde, verstecken. Und nur einen Meter tief zu krabbeln, bedeutet für eine Ameise, die ja nur ein paar Millimeter groß ist, so viel, wie wenn du 40 Stockwerke tiefer gehen würdest! Da ist Hilfe willkommen!

Waren die Unterirdischen mit ihrer Arbeit fertig und alle kleinen Tiere im tiefen Winterschlaf, dann machten sie es sich ebenfalls gemütlich. Sie feierten jeden Abend eine Höhlenparty, erzählten sich die lustigsten Geschichten, und wenn sie ganz übermütig wurden, dann kitzelten sie die Knollen und Zwiebeln der in der Erde schlafenden Blumen. Und welche Blumen sind am kitzligsten? Weißt du das? Es sind die Schneeglöckchen! Denn sie stecken als erste ihre weißen Köpfchen durch den Schnee und schütteln ihre Glöckchen vor Lachen! Pass nur auf, wenn du sie siehst, denn dann kannst du gleich mitlachen!

*Ami-Märchen*



# Hallo Du!



In dieser Milchzahn-Ausgabe dreht sich alles um Pinguine. Sie sind gesellig, immer gut angezogen und haben den putzigsten Watschelgang in der Tierwelt. Das findet jedenfalls meine Tochter, denn Pinguine sind ihre Lieblingstiere. Leider sind einige Pinguinarten stark gefährdet, wie die Nördlichen Felsenpinguine. Im Tiergarten Schönbrunn werden sie deshalb erfolgreich gezüchtet (S. 18). Außerdem gibt es ein Rezept für essbare Weihnachts-Pinguine (S. 8) und ein wunderschönes Pinguin-Ausmalbild (S. 14).

Winterliche Grüße schickt dir Deine *Lena*  Schnee

Mein nächster  
Termin ist  
am \_\_\_\_\_  
um \_\_\_\_\_



STEMPEL

**DER**VERLAG  
— Dr. Snizek e.U. —

**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](http://www.milchzahn.eu), [www.milchzahn.co.at](http://www.milchzahn.co.at), [www.der-verlag.at](http://www.der-verlag.at), FN 316833g, HG Wien. Verlagsleitung: Dr. Birgit Snizek. Chefredaktion: Mag.ª Magdalena Snizek, 0699/11 70 1237, [lena.schnee@milchzahn.eu](mailto:lena.schnee@milchzahn.eu). Illustrationen: Mag. art. Tobias Gossow, [www.comicbuero.com](http://www.comicbuero.com). Anzeigen: Monika Abraham-Wohl, 0664/45 27 376, [m.abraham-wohl@zmt.co.at](mailto:m.abraham-wohl@zmt.co.at). Druck: Print Alliance HAV Produktions GmbH, Druckhausstraße 1, 2540 Bad Vöslau. AGB: [www.der-verlag.at](http://www.der-verlag.at). Grundlegende Richtung: Patientenzeitung für Kinder in der Arztpraxis. 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.