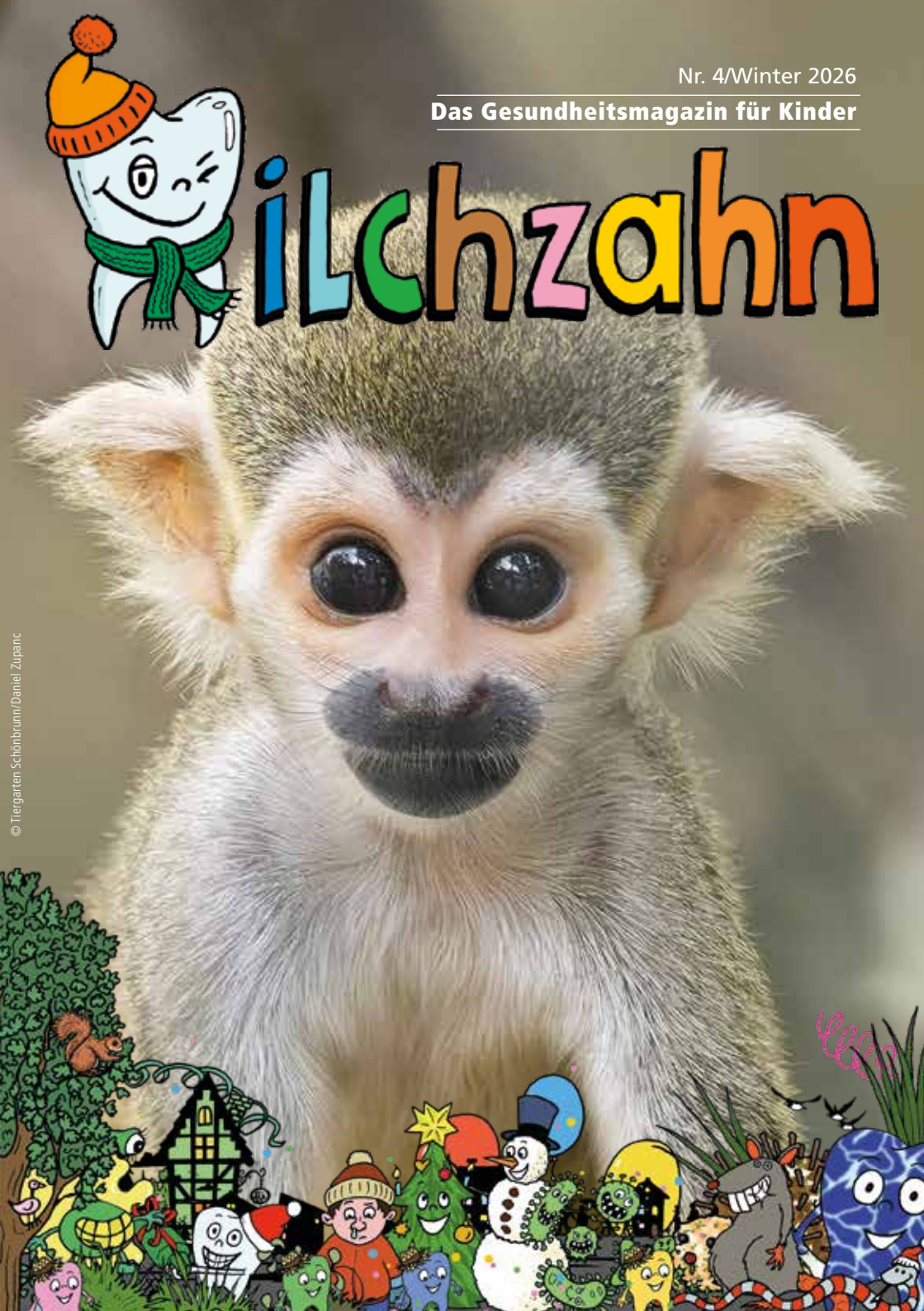
Nr. 4/Winter 2026

Das Gesundheitsmagazin für Kinder

iLchzahn



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

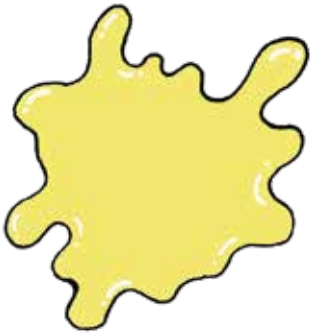

Milchi und Bürsti und die Langeweile
by Bürsi
MIR IST SOOOOO LANGWEILIG!
MIR IST AUCH SOOOOOO LANGWEILIG!
WAS SOLLEN WIR NUR TUN?!
DU MEINST, AUSSER UNS ZU LANGWEILEN?
JA, GENAU!
HMMM...?
NICHT LANGWEILIG.
WAS KANN DAS NUR SEIN?
FRAGEN WIR DOCH DAS INTERNET. DAS HAT DOCH AUF ALLES EINE ANTWORT!
DA STEHT, WIR SOLLEN COMPUTERSPIELE SPIELEN ODER TV-SERIEN SCHAUEN.
OCH, DAS IST SOOO LANGWEILIG!
LASS UNS DOCH NACH DRAUSSEN GEHEN UND EINEN SPAZIERGANG MACHEN. VIELLEICHT FÄLLT UNS JA DANN WAS EIN.
KLINGT ETWAS LANGWEILIG, ABER OKAY.
ALSO, GROSSE WELT, INSPIRIERE UNS!


HEY! DA IST JA SARAH, DIE ZAHNSEIDE!
HALLO!
WAS MACHST DU DENN HIER?
ICH DACHTE, ICH MACH' MAL EINEN SPAZIERGANG.
MIR IST NÄMLICH SOOOOO LANGWEILIG.
HEY, UNS IST AUCH LANG= WEILIG.
DANN LASST UNS DOCH ZUSAMMEN EINEN LANGWEILIGEN SPA= ZIERGANG MACHEN!
UND EIN PAAR METER WEITER ...
HALLO, SCHOKI!
NA, DU ALTE RIPPE, WIE GEHT'S DENN SO?
ACH, WISST IHR, MIR IST SOOOO ...
... LANGWEILIG?!
WOHER WISST IHR DAS?!
UNS IST AUCH LANGWEILIG!
?
WARUM MUSS ES LANGEWEILE ÜBERHAUPT GEBEN? WARUM KANN ICH NICHT IMMER NUR SPASS HABEN?!
IMMER SPASS IST ABER AUCH STRESSIG.
UND SO PLAUDERTEN DIE VIER NOCH LANGE ÜBER LANGEWEILE, SPASS, GOTT UND DIE WELT UND BE= MERKTEN GAR NICHT, DASS IHNEN DABEI KEINE SE= KUNDE LANGWEILIG WAR.
ENDE

Hatschiii!

Winterzeit ist Schnupfenzeit. Draußen ist es kalt, du spielst im Schnee und die Nase beginnt zu rinnen. Kennst du das? Aber was ist eigentlich diese schleimige Flüssigkeit? Das wollen wir heute mal genauer untersuchen.





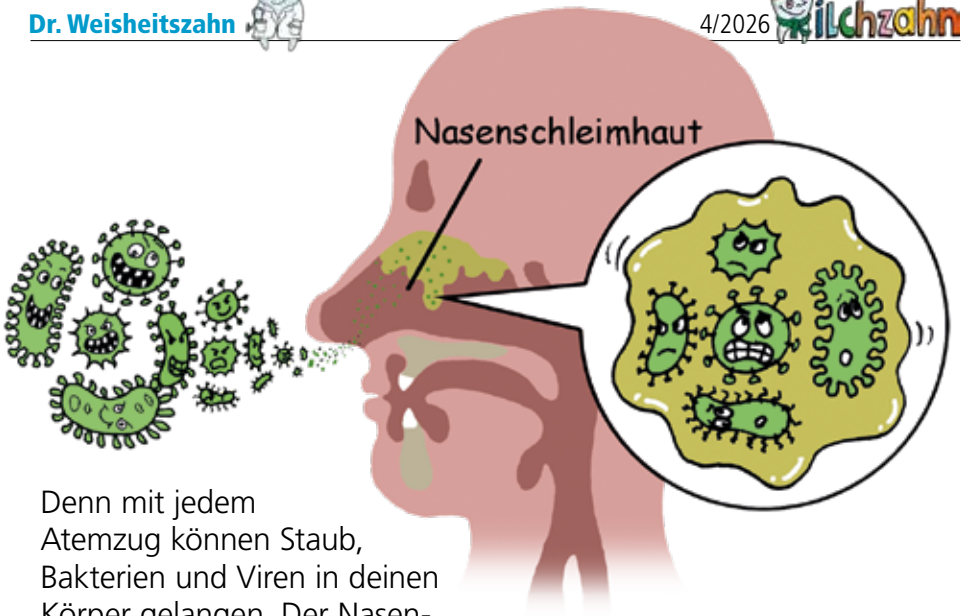
Nasensekret, besser bekannt als Rotz, ist eine schleimige Flüssigkeit in deiner Nase. Sie besteht hauptsächlich aus Wasser mit Salz und Proteinen.

Gebildet wird das Nasensekret von Drüsen in deiner Nasenschleimhaut. Und jetzt halte dich fest: Du produzierst jeden Tag bis zu zwei Liter davon! Aber das merkst du gar nicht, weil du den Nasenschleim einfach schluckst.





Meistens ist das Nasensekret durchsichtig. Wenn es gelb oder grünlich wird heißt das: Es liegt eine Infektion vor.



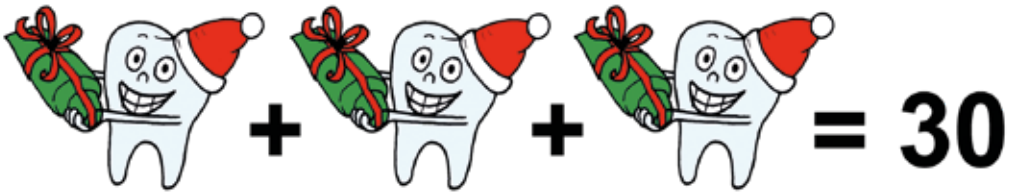
Denn mit jedem Atemzug können Staub, Bakterien und Viren in deinen Körper gelangen. Der Nasenschleim fängt diese Fremdkörper ein, umschließt sie und verhindert dadurch, dass sie sich festsetzen und dich krankmachen können.



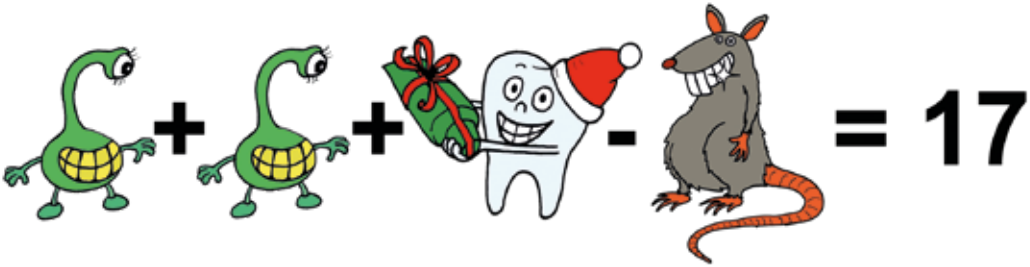
Bei einer Erkältung muss dein Körper gegen viele Krankheitserreger kämpfen. Er produziert mehr Schleim als sonst. Du bemerkst das an deiner verstopften Nase, die du oft schnäuzen musst.

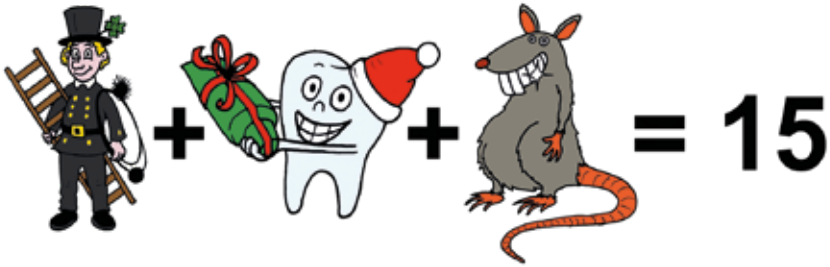


Zahlenrätsel











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, Dachs, Fledermaus, Eichhörnchen, Braunbär, Waschbär, Siebenschläfer, Schildkröte, Fisch, Frosch, Murmeltier, Eidechse







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

Käse-Igel

Du brauchst:

- 250 g Frischkäse
- 250 g geriebenen Käse
- einen Teelöffel Paprikapulver
- einen Teelöffel Senf
- eine Essiggurke
- eine Jungzwiebel
- Salz und Pfeffer
- zwei schwarze Pfefferkörner und ein rotes Pfefferkorn
- Soletti

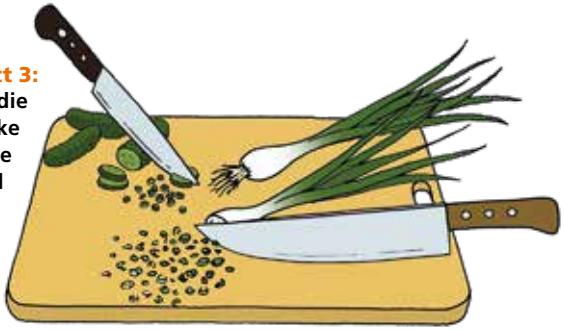


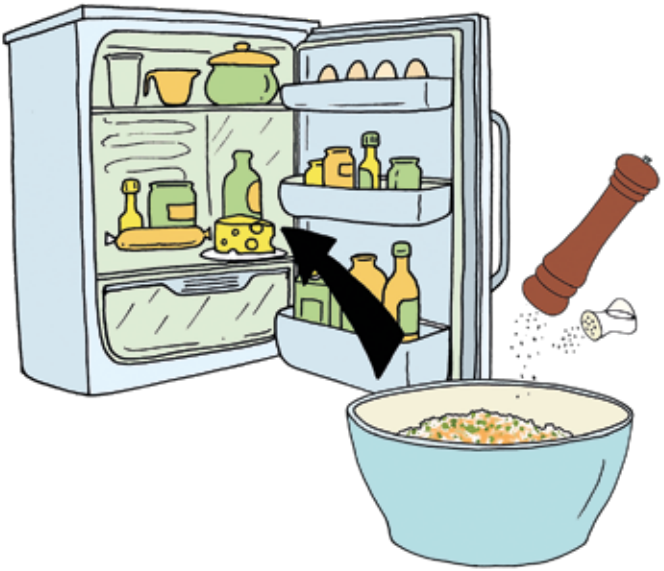
Schritt 1:
Vermische den Frischkäse mit dem geriebenen Käse.

Schritt 2:
Mische Paprikapulver und Senf in deine Käse-masse.



Schritt 3:
Schneide die Essiggurke und die Jungzwiebel in ganz kleine Stücke. Mische diese unter deine Käsemasse.





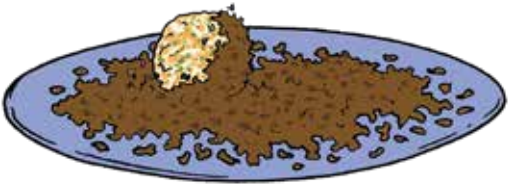
Schritt 4:
Schmecke mit Salz und Pfeffer ab. Dann stelle die Masse für eine Stunde in den Kühlschrank.

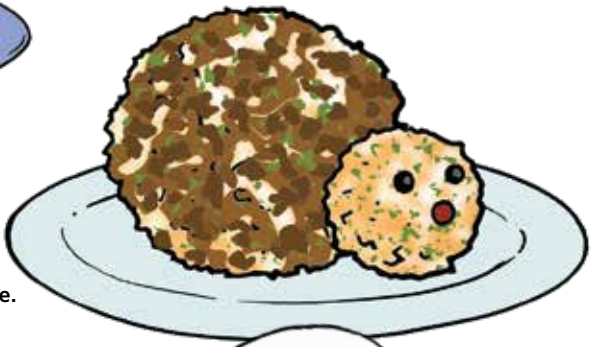
Schritt 5:
Gib die Pekannüsse in einen Plastikbeutel und zerkleinere sie vorsichtig mit einem Fleischammer. Dann schütte die Pekanstückchen auf einen Teller.



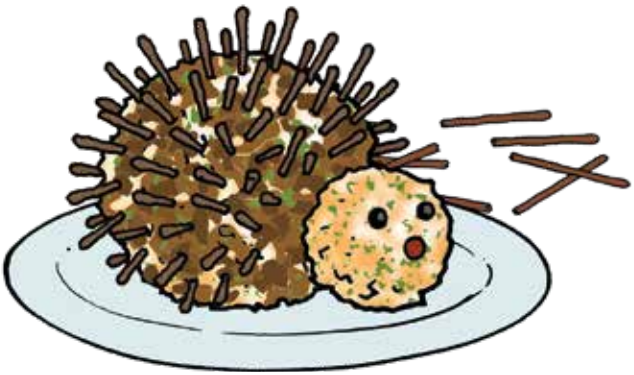


Schritt 6:
Forme aus der Käsemasse eine große Kugel und eine kleine Kugel. Wälze die große Kugel in den Pekanstückchen.





Schritt 7:
Stecke auf die kleine Kugel die schwarzen Pfefferkörner als Augen und das rote Pfefferkorn als Nase.



Bei den Käsezutaten kannst du experimentieren. Besonders weihnachtlich ist kleingeschnittener Camembert mit gehackten Cranberrys!



Schritt 8: Zum Schluss stecke die Soletti in den Igel und schon hast du ein köstliches Stacheltier!

Babyboom im Af



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

Es gibt drei neue Bewohner im Affenhaus! Sie wurden im September geboren und du kannst die süßen Tiere im Affenhaus beim Herumflitzen beobachten.



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

In den ersten Monaten verbringen die Totenkopfäffchen viel Zeit am Rücken ihrer Mütter. Erst nach sechs Monaten werden sie langsam unabhängig und können sich Nahrung selbstständig suchen und jagen.

TIERGARTEN SCHÖNBRUNN
Tiere sehen. Arten schützen.
www.zoovienna.at

fenhaus



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

Totenkopfaffen leben in Gruppen, die Männchen sind den Weibchen unterlegen. Nur zur Paarungszeit trauen sich die Männchen in die Weibchengruppen. Dafür nehmen die rund einen halben Kilo schweren Äffchen deutlich zu, nach der Paarung kehren sie zu ihrem Ausgangsgewicht zurück.



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

Totenkopfaffen sind sehr kommunikativ. Mit unterschiedlichen Lauten halten sie untereinander Kontakt, tauschen Informationen aus und pflegen ihre Freundschaften.



© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc

Du suchst nach einem außergewöhnlichen Geburtstagsgeschenk? Verschenke eine Tierpatenschaft, beispielsweise von den herzigen Totenkopfäffchen!



Du bemerkst diese unterschiedlichen Laute schon bei den drei Jungtieren. Wenn sie beim Herumtollen kreischen, klingt es anders, als wenn sie nach ihrer Mutter rufen.





© Tiergarten Schönbrunn/Daniel Zupanc



→ Die 10 Gewinner!

So viele schöne Kürbisse sind bei uns eingetroffen. Milchi und Bürsti haben sich riesig gefreut. Jedesmal, wenn der Briefträger ihnen einen Brief übergab, führten sie vor Freude den Kürbistanz auf!



Löwenritterburg

... zu gewinnen!



Große Löwenritter-burg



Schusswaffe Löwenritter

Milchi und Bürsti lieben Burgen. Du auch? Da kann man sich so herrlich verstecken und tolle Schätze in geheimen Gängen entdecken.

Nun kannst du deine eigene Burg von Playmobil gewinnen:

Auf der Großen Löwenritterburg wachen die tapferen Löwenritter über das Land und verteidigen ihre Heimat mit klugen Strategien.
Für actionreiche Spielszenen verfügt die Burg über eine durchbrechbare Mauer sowie zwei bewegliche Geschütze, die flexibel auf den Zinnen platziert werden können. Zahlreiche Funktionen, wie eine Zugbrücke und ein zusätzlich verriegelbares Tor, sorgen für Spannung im Spiel. Im großen Turm befinden sich viele weitere Highlights wie eine Schatzkammer oder das Verlies. Auf der obersten Plattform hat man den perfekten Blick über das gesamte Königreich und entdeckt sogleich anrückende Angreifer: Achtung, die Drachenritter stehen vor den Toren! Aber der Troll macht es den Gegnern nicht leicht und beschützt den Schatz der Löwenritter.

ACHTUNG: **Es gibt 5 Preise zu gewinnen!**

Zeichne uns einen stolzen Ritter mit Milchi und Bürsti und gewinne:

1. Preis: Große Löwenritterburg von Playmobil
2 – 5. Preis: Schusswaffe Löwenritter

Schicke deine Zeichnung bis 18. Jänner 2027 per Post und unter Angabe deiner Adresse an:

Der Verlag Dr. Snizek e.U.
Zeitung MILCHZAHN
Pötzleinsdorfer Straße 91
1180 Wien

So viele Milchis und Bürstis! Kannst

... die vier bunten Stroh=hut-Milchis finden?



Oder den italienischen Bürsti?



Oder den grantigen Milchi?



Und wo versteckt sich die Weihnachts=schlange?





du in diesem Gewimmel ...



Lapislazuli



© pixabay/rikkerst

Der dunkelblaue Stein hat wirklich einen lustigen Namen, richtig übersetzt heißt er einfach „blauer Stein“. Er besteht aus mehreren Mineralien, nämlich aus Lasurit, der ihm die tiefblaue Farbe gibt, Calcit, der dem Stein die weißen Adern beschert, und Pyrit, dem er die goldenen Einschlüsse verdankt. Seit Jahrtausenden schmücken sich die Menschen mit diesem wunderschönen Edelstein.



Lapislazuli ist ein relativ weicher Stein und lässt sich daher ganz besonders gut bearbeiten. Seit Jahrtausenden werden daraus Ketten, Ringe, Armbänder oder Anhänger gemacht.





© pixabay/ atarzyna Javaheri-Szpak



© pixabay/Zorro

Im alten Ägypten und in China wurden daraus Skarabäen, Buddhas oder Tiere geschnitzt, er wurde aber auch bei Totenmasken und königlichem Schmuck wie z.B. Kronen verwendet.

In der Natur findet man ihn als unregelmäßigen Rohstein oder Brocken. Er hat eine raue Oberfläche, auf der man die weißen Adern besonders gut sieht. Wenn du einen find willst, musst du allerdings nach Afghanistan, Chile, Russla oder Myanmar fahren.



Im Mittelalter entdeckte man,
dass zu Pulver zerriebener Lapislazuli ein hervorragendes Farbpigment ist. Mischt man dieses Pulver mit Öl, Acryl oder Kalk, entsteht die herrliche ultramarinblaue Farbe. In der Steinheilkunde gilt der Lapislazuli als „Stein der Wahrheit und der Könige".





© pixabay/weblab24

Bist du ein ganz besonderer Glückspilz,
so kannst du ihn auch in Kristallform finden. Da er ja selbst ein Gemisch aus verschiedenen Steinen ist, kann er keine eigenen Kristalle wachsen lassen. Aber er besteht ja zum größten Teil aus Lasurit, und dieses Mineral kann zwölfflächige Kristalle bilden. Weil sie so selten sind, sind sie bei Sammlern besonders begehrt.



© pixabay/enric



Weihnachtsspecial

Vogelfutter einmal an

Für das Grundrezept brauchst du:

- Sonnenblumenkerne
- Nüsse
- Sesam
- Leinsamen
- Trockenfrüchte wie Rosinen
- Kokosfett oder Rindertalg
- ein wenig Speiseöl
- eventuell Hagebutten und Cranberrys



1. Schritt: **Schmilz das Kokosfett vorsichtig in einem Topf.**



2. Schritt:
Mische alle trockenen Zutaten miteinander.



3. Schritt: **Gieße das flüssige Kokosfett über deine Mischung, füge ein wenig Speiseöl dazu und vermische alles gut.**



ders

Vitaminbomben

Du brauchst:

- Grundrezept
- ausgehöhlte Orangenhälften
- Draht
- Hagebutten, Cranberrys oder Rosinen
- flüssiges Kokosfett



Schritt 1:
Bohre den Draht durch die Orangenhälfte und bastle eine Aufhängung damit.



Schritt 2:
Füll deine Orangenhälften mit dem Grundrezept.



Schritt 3:
Mach zum Abschluss ein hübsches Muster mit den Hagebutten, Cranberrys oder Rosinen und übergieße es mit ein wenig flüssigem Kokosfett. Dann muss alles trocknen.

Zapfenzauber

Du brauchst:

- Grundrezept
- Zapfen
- dünnen Spagat



Schritt 1:
Binde den Spagat vorsichtig um den Zapfen.



Schritt 2:
Lass das flüssige Grundrezept etwas auskühlen, bis eine milchigweiße Masse entsteht.



Schritt 3:
Begieße den Zapfen mit der Grundmischung.

Die Steine der Liebe

Es war einmal ein kleines Mädchen. Es war recht arm, sein Vater war ein Schnürsenkelverkäufer und reiste viel im ganzen Land herum, um auf den Märkten seine wunderschönen Schuhbänder in vielen bunten Farben zu verkaufen. Da aber immer weniger Leute die Schnürsenkel zuschnürten und manche schließlich sogar ganz darauf verzichteten, wurde sein Wochenlohn immer kleiner.
Die Mutter war eine brave und tüchtige Frau. Sie kochte wunderbar und sehr erfindungsreich, um mit dem kleinen Haushaltsbudget auszukommen. Und es war immer so viel da, dass sie auch einer hungrigen Bettlerin etwas geben konnte, wenn diese an die Tür klopfte. Das kleine Mädchen aber war glücklich, spielte am liebsten mit bunten Murmeln und erzählte den Eichhörnchen jeden Tag eine Geschichte. Am Wochenende kam der Vater meist von seiner Reise heim und brachte dem kleinen Mädchen immer eine kleine, bunte Murmel vom Markt mit.
Eines Tages aber kam er mit hängendem Kopf nach Hause. Müde setzte er sich zum warmen Ofen und zog sein geliebtes Töchterlein fest an sich. „Diesmal konnte ich dir nicht einmal eine neue Murmel mitbringen, ich habe fast gar nichts verkauft!“ Da küsste ihn seine Tochter und sagte: „Papa, ich bin froh, wenn du da bist, du brauchst mir nichts mitzubringen!“ Der Vater lächelte, griff in seine Westentasche und holte einen dunklen Stein heraus. „Aber ich habe etwas für dich, einen kleinen hübschen Stein. Den hat mir ein armer Mann geschenkt, der dringend neue Schnürsenkel brauchte, aber kein Geld mehr hatte. Da habe ich sie ihm geschenkt und er gab mit dafür diesen Stein und meinte: `Er soll dir Glück bringen!´“
Das Mädchen nahm neugierig den Stein, einen Smaragd, in die Hand. Er war dunkelgrün, hatte kleine Fäden oder Adern in seinem Inneren und fühlte sich ganz wunderbar an. Freudig fiel es dem Papa um den Hals. „Das ist das Glück, das der alte Mann gemeint hatte“,



dachte dieser und wischte sich verstohlen eine Träne aus seinem Auge.
Beim nächsten Heimkommen des Vaters war das Mädchen gerade wieder mit den Murmeln beschäftigt. „Habe dir keine Murmel mitgebracht, sondern wieder einen Stein!“, sagte er und drückte seiner Tochter einen durchsichtigen Stein, einen Bergkristall, in die Hand. „Der alte Mann ist wieder zu mir gekommen und bat mich um braune Schnürsenkel für seine Frau, da habe ich sie ihm geschenkt. Und er gab mir diesen Stein mit den Worten: `Möge er dir und deiner Tochter immer klare Gedanken schenken´“. Neugierig nahm das Mädchen den Stein in die Hand, er hatte ganz viele kleine Zacken und war wunderschön anzuschauen. „Den musst du Mama schenken, denn er ist so rein und klar wie sie“, sagte es und drückte dem Vater den Stein wieder in die Hand.
In der dritten Woche kam der Vater lustig nach Hause und drückte der Tochter ein violettes Steinstück, einen Amethyst, in die Hand. „Lass mich raten“, sagte das Mädchen, „der alte Mann war wieder bei dir und erbat sich Schnürsenkel für seine Stiefel!“ „Ja, genau“, sagte der Vater, „und weil ich sie ihm schenkte, gab er mir diesen Amethyst mit den Worten: ´Der gehört dir, er stärkt Geist und Seele und schenkt Gelassenheit!´“ – „Wunderbar“, sagte die Tochter und klatsche in die Hände. „Diesen Stein musst du behalten, er soll dich immer begleiten und dir Mut und Gelassenheit geben!“ Da drückte der Vater sein Töchterchen ganz fest an sich. Und der Amethyst war fortan sein ständiger Begleiter.
Eine Woche später, als der Vater wieder nach Hause kam, wartete seine Tochter schon aufgeregt. Der Vater hob bedauernd, aber mit einem lustigen Augenzwinkern, die Hände: „Wieder keine Murmel, wieder – nur – ein Stein, aber ein blauer mit goldenen Punkten, ein Lapislazuli! Diesmal erbat sich der alte Mann Schnürsenkel für die Stiefel seiner Frau und drückte mir diesen Stein mit den Worten ´Möge er Weisheit und Klarheit bringen´ in die Hand“. Da freute sich das Mädchen und sagte: „Dieser Stein gehört uns allen. Wer immer Klarheit und Weisheit braucht, soll ihn berühren und fühlen.“ Da nahmen sich alle drei an den Händen und führten ausgelassen im Wohnzimmer den ersten Steintanz der Welt auf.

Ami Märchen

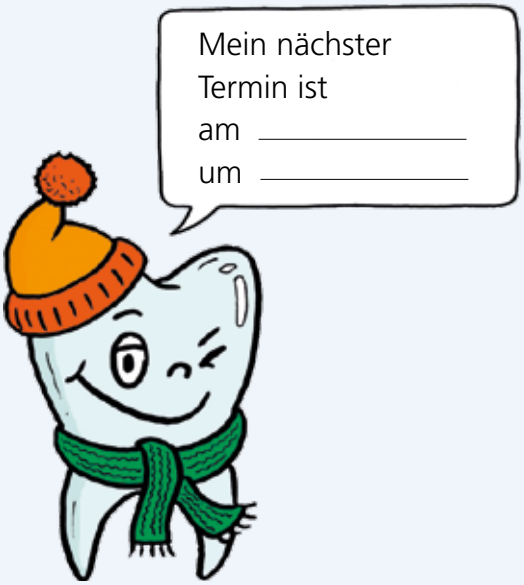


Hallo!



Schön, dass du wieder beim Zahnarzt bist! Deine Zähne sind ein wichtiger Schatz! Ohne sie kannst du weder kauen noch deutlich sprechen. Ganze 36 Zähne haben Totenkopfäffchen! Drei junge Totenkopfäffchen kannst du derzeit im Tiergarten Schönbrunn besuchen (S. 10). Um den Käseigel (S. 8) essen zu können, brauchst du auch Zähne! Zähne finden kannst du in unserem Wimmelbild (S. 15). Dort hat sich Milchi gleich mehrfach versteckt! Nicht verstecken müssen sich die jungen Künstler und Künstlerinnen, die uns Bilder von ihren Halloweenkürbissen geschickt haben! Milchi und Bürsti haben sich über eure Post sehr gefreut!!

Viel Spaß beim Lesen wünscht dir deine *lena*



STEMPEL

DER VERLAG
Dr. Snizek e.U.

IMPRESSUM und Offenlegung: Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Der Verlag Dr. Snizek e.U. Pötzleinsdorfer Straße 91, 1180 Wien; Telefon: 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: Mag.ª Magdalena Snizek, 0699/11 70 1237, lena.schnee@milchzahn.eu. Illustrationen: Mag. art. Tobias Gossow, www.comicbuero.com. Anzeigen: Monika Abraham-Wohl, 0664/45 27 376, m.abraham-wohl@zmt.co.at., Druck: Print Alliance HAV Produktions GmbH, Druckhausstraße 1, 2540 Bad Vöslau. AGB: 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.