

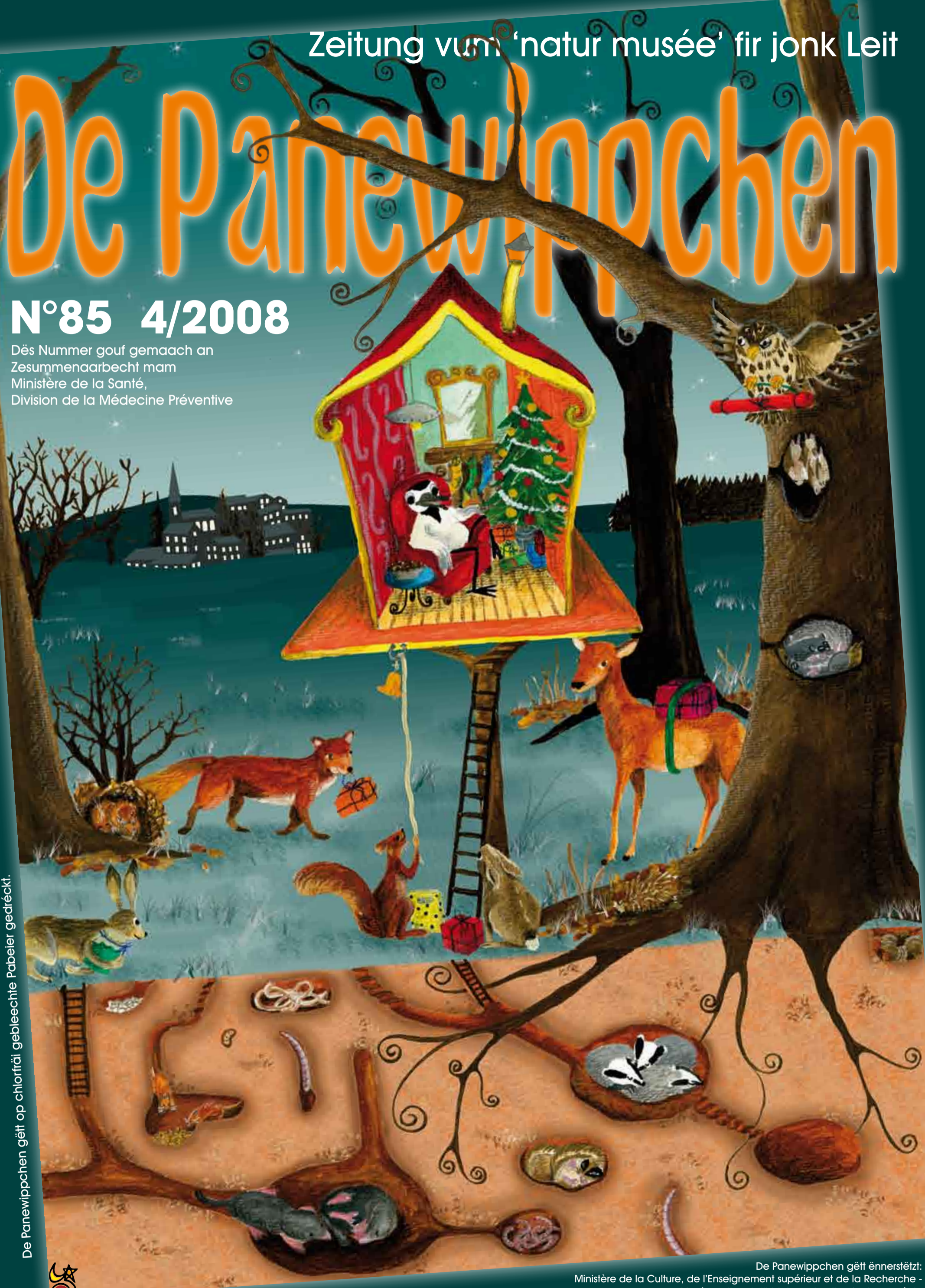
Zeitung vum 'natur musée' fir jonk Leit

De Panewippchen

N°85 4/2008

Dës Nummer gouf gemach an
Zesummenarbeit mam
Ministère de la Santé,
Division de la Médecine Préventive

De Panewippchen gëtt op chlorfräi gebleechte Pabeier gedréckt.



'natur musée' - 25, rue Münster -
L-2160 Lëtzebuerg - Tel.: 462233 450
www.naturmusée.lu
www.panda-club.lu

De Panewippchen gëtt ënnerstëtzt:
Ministère de la Culture, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche -
Musée national d'histoire naturelle - 'natur musée' -
Ministère de la Famille et de l'Intégration - Service National de la Jeunesse -
Ministère de l'Environnement - Administration des Eaux et Forêts - Administration de l'Environnement -
Ministère de la Santé -
Ministère de l'Intérieur et de l'Aménagement du territoire, Administration de la gestion de l'eau -
Ministère de l'Education nationale et de la Formation professionnelle

WUPP NEWS

Impressum:

Redaktionscomité:

S. Backes, C. Brochmann, S. Goerens, C. Greisen, M. Grosbusch, M. Hagen, S. Hagen, C. Heidt, M. Hoffmann, M. Kirsch, S. Majerus, M. Reichard, F. Theisen, M. Ursone, Y. Wagener.

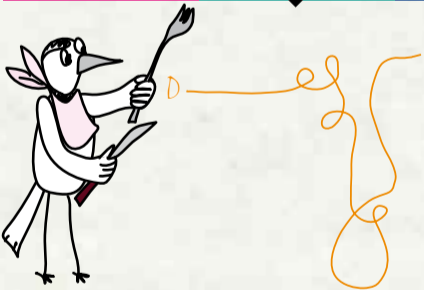
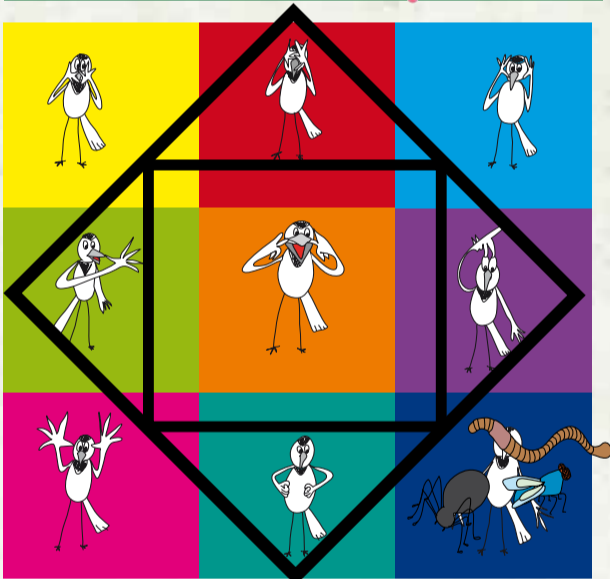
Texter: E. Buttini, S. Goerens, C. Greisen, S. Hagen, C. Heidt, T. Helminger, M. Kirsch, F. Theisen.

Grafik an Illustratioun:
S. Goerens, S. Hagen.

Fotoen: © 'natur musée',

Wëssenschaftleche Rot:
Ministère de la Santé, Division de la Médecine préventive.

Opléisung Quiz



Bicher



Darwin und die wahre Geschichte der Dinosaurier

bei Arena Verlag ënnert der
ISBN^o: 9783401057422.

E spannend Buch iwwert de berühmten englesche Fuerscher Charles Darwin (kuck niewendrun). An dësem Buch erzielt de Fuerscher iech seng Entdeckunge selwer. Mat ganz villen Zeechnungen!

JANUAR-ABRËLL 2009

Wat ass am 'natur musée' lass?

bis de 15. August am 'natur musée':

Coquilles coquines

HARTE SCHALE, WEICHER KERN



Eng Ausstellung iwwert d'»Mëlldéieren« mat den haarde Schuelen. Klamm an e Schleekenhaischen eran, kuck de liewegen Nautilusen no, bewonner dee gréissten Ammonit vun der Welt an déi

risegrouss Origami-nautilusen, sich am Sand no Muschelen a géi ënnert dem Risekalamar duerch, deen iwwert dengem Kapp hänkt.

Verbréng mat dengem Elteren a Frënn e puer Stonnen an der faszinanter Welt vun de Muschelen, Schleeken an Tëntefesch.



Internationaalt Astronomiejoer



400 Joer nodeems de Galileo Galilei als éischte Mënsch den Nuetshimmel duerch en Teleskop beobacht huet, ass

2009 dat „Internationaalt Astronomiejoer“.

Zu Lëtzebuerg ginn iwwert dat ganz Joer e ganze Koup Aktivitéite fir Jonk an AI organiséiert. De Panda Club an de Science Club sinn och dobäi. D'Amateurastronomen weisen an de Schoulen (vun der Spillschoul un) eng flott interaktiv Show iwwert d'Stären an eise Sonnesystem.

Fir weider Informatiounen, kuck regelméisseg op de Site vum Astronomiejoer:
www.astronomy2009.lu a maach mat bei der Entdeckung vun eisem Universum.

Chales Darwin

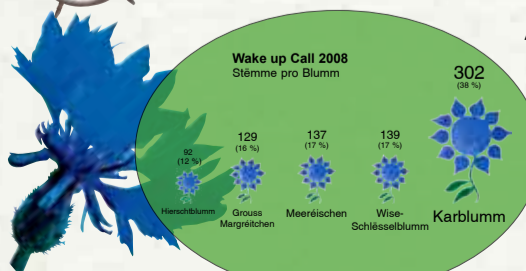


D'nächst Joer wier den **Charles Darwin** (12.02.1809 - 19.04.1882) **200 Joer** al ginn. De Charel war e bekannte Naturfuerscher, deen op enger Weltrees d'Déieren an d'Planze studéiert huet. Op de Galapagos-Inselen (bei Südamerika) ass him opgefällt, datt déi Risen-Deckelsmouken op all Insel anescht ausgesinn. Dat huet hien op d'Iddi bruecht, datt déi verschidden Déieren- a Planzenzorte sech am Laf vun der

Zäit änneren an datt se all vun deem selwechte Liewewiesen ofstamen. An anere Wieder: d'Mënschen an d'Chimpanzen hunn deen nämlechten Ur- Ur- Bopa. Dat huet den Darwin **virun 150 Joer** a sengem Buch «On the Origin of Species» beschriwwen. **Am 'natur musée kënnst dir vum Hierscht 2009 un eng Ausstellung zu dësem Thema gesinn.**



Wake up call: 302 Stëmme fir d'Karblumm



Am Fréijoer war um Site vum 'natur musée' en Opruff fir aus 5 Blummen déi beléiftesten erauszewielen. Lëtzebuerg huet ronn 800 Stëmme

ofginn. Et ass erauskomm, datt d'Karblumm eis Liblingsblumm ass. Dono kommen d'Kuckuckblumm, d'Meeresischen, d'grouss Magréichen an d'Hierschtblumm.



CHRËSCHT DAG AN ENGLAND?

ECH STINN HEI BEI DER MADAM BLACKCAP, DÉI PRETT ASS, FIR HIR ALLJÄHRLECH REES.

FIRWAT GITT DIR SCHWAARZKÄPPCHEN GENANNT, DIR HUTT DACH E BRONGE KAPP?

ONSE REPORTER PANEWUPP HUET D'SYLVA BLACKCAP VIRUN HIRER REES AN ENGLAND BEGËINT.

GANZ EINFACH, WELL DÉI VULLEMETTEN JUST MÄI MANN KENNE AN DEE FLITT MAT ENGEM SCHWAARZE KAPP DUERCH D'GÉIGEND.

ECH HUNN HËIEREN, DATT DIR WËLLES HUTT BIS AN ENGLAND ZE FLËIE FIR DO AM WANTER ZE BLEIWEN. MÄ FANNT DIR DANN DO IWWERHAAPT EPPES FIR Z'IESSEN?

FIR WËI TOPEG HAALT DIR ONS? AN ENGLAND GINN ET MASSEG RESTAURANTEN, BAL AN ALL GAART ASS EEN ZE FANNEN. DO SUERGEN D'MËNSCHEN DOFIR, DATT MIR NET ERHËNGEREN AN HÄNKE MASSEG FETTKNIDDELEN OP.

IESST DIR NËMME FETT?

NATIERLECH NET. AM FRËIJOER AN AM SUMMER STINN INSEKTEN UM MENU AN AM HIERSCHT BIEREN (HIELETER, PÄERDSBIER).

FRËIER SINN D'SCHWAARZ-KÄPPERCHER JO AM HIERSCHT BIS A FRANKRÄICH AN A SPUENIEN GEFLUNN. FIRWAT GITT DIR DANN NET MËI DOHIN?

HAUT GINN ET OCH NACH ÈMMER ESOU KLAUTERCHER, DÉI BIS DOHI FLËIEN. IWWER SOU VILL DOMMHEET KANN ECH NËMME LAACHEN.

MAT DEENE SCHWAARZ-KÄPPERCHER WËLLE MIR AWER NÄISCHT MËI ZE DINN HUNN.

FIRWAT?

MÄI MANN KANN IECH DAT BESSER ERKLÄREN. JHEMP, KOMM MOL DO ROF.

MÄ GANZ EINFACH: ENGLAND LÄIT NET ESOU WÄIT EWECH WËI SPUENIEN. DE GROUSSE VIRDEEL ASS, MIR SINN ÈISCHTER AUS ONSCH WANTERQUARTËIER ZRËCK A KËNNEN NATIERLECH DOFIR DÉI BESCHT REVËIERE BESETZEN. FIR DÉI SPUENIER BLEIFT JUST NACH DE SCHROTT IWWREG.

DER KOPPEL MÖNCHSGRAS-MÛCKE ENG GUTT REES AN DOMAT ZRËCK AN DE STUDIO. ALBA PANEWUPP FIR RADIO TÉLÉ MUSÉE.

MERCI FIR DAT GESPRËICH.

WANTERQUARTËIER VU SCHWAARZKÄPPERCHER, DÉI ZU LËTZEBUERG BERËNGT GI SINN.

mmmmh! naschelen!!!

Naschels du och sou gäer? Du däärfst naschelen - mat Mooss! Ech weisen der wéi s de et richtig méchs.



Wéi dacks, wéivill, wéini?

1x am Dag

1 Portioun, dat ass däin Handteller

zu enger Zäit, déis du mat dengem Elteren ausméchs, net virum lessen, net virum der Tëleé an net virum Computer!

genéiss deng Portioun! du däärfst, awer du muss net! Wéivill Deeg packs du et ouni? Probéier et aus!

An 1 Glas Nuss-Nugat Creme vu 400 gr si 87 Stécker Zocker.

Wat zielt zu den Naschelsaachen?

Zocker

gezockert Gedrénks: Limo, Cola, Uebstnektar, Äistéi

séisst Gebäck: Kuch, Kichelcher, Mëtschen (Croissant a Co)

alles mat Schokola

Glace

Pudding an aner fäerdeg Desserten

Äerdnossbotter a Schokolabotter

Käreprodukter: Cornflakes, Müsliriegel, fäerdeg gezéckert Müsliemischungen

Chips

Kamellen, Lutschen, Speck, Lakritz, ...

Mëllechschnitten

Wat geschitt, wa mer zevill naschelen?

vill Séisses iessen gëtt en Däiwelskrees:

vill Séisses

séier Energi

séier erëm hongreg a Loscht op Séisses

séier erëm midd an onkonzentriert

Du kucks bestëmmt gäer déi schéi faarweg a lëschtteg Reklammen op der Tëleé!

Reklammen!



Mä, mol éierlech, mungs de wierklech, wann s du dee Yoghurt oder dee Pudding ëss, da kéins du e Piano mat enger Hand ophiewen, da géifs du ni krank ginn, da wäers du ëmmer gutt gelaunt an häss méi Frënn a méi e schéint Bamhaus an da wär eng laang Zuchrees dofir méi lëschtteg? Och wann an deenen lesssaache Vitaminen dra sinn, ass awer meeschtens ganz vill Zocker a Fett dran. Kuck mol d'Etiketten a lies, wat dran ass.

Beispill: e Schokoriegel

Zutaten: Zocker, Glukose, Fruktosesirup, Weessmiel, Räs, Mëllechpudder, Kakaobotter, Lactose, Ueleg, gehäert Planzefett, planzlech Fetter, Kakaomass, Botterfett, Mëttel fir fiicht ze halen: Glyzerin, Salz, Emulgator: E322, E476, E471, Aromen, Bakdreimëttel, Hief, Geeschmalzextrakt.

Du weess jo, wat méi vir an der Lëscht steet, dovun ass am meeschten dran. Alles, wat mat -ose ophält, ass Zocker: Glukose, Fruktose (Fruuchtzocker), Lactose (Mëllechzocker). A verschidde «Pauseniessen» kriss du versprach, et wär e Glas Mëllech. A Wierklechkeet misst du 17 Schnitten iessen, fir op 1 Glas Mëllech ze kommen! Lo weess de, wou s de dru bass a wat s de do ëss, lo brauchst de dech net méi uschmieren ze loossen!

XXL Portiounen

wann s du mat der Mamm akafe gees, da pass op, datt dir net zevill Genaschels an och keng Risentute kaaft. Léiwer all Woch e puer kleng Leckereie kafen. Dann ass et vill méi einfach fir net «dranzefalen»!





Bastel dir eng Naschelkëscht oder huel eng Dous, wou s du d'Naschelsaachen dra lees.



Ë puer Iddien fir «gesond» ze naschelen:

Amplaz:

- Cola a Limo
- Äistéi
- Glace
- Schokolabotter
- fäerdegen Dessert
- fäerdege Pudding
- Chips
- Pâtisserie
- Kichelcher
- Mëtschen (Croissant a Co)
- Cornflakes, fäerdege Müslimischung
- Schokoriegel
- «Séissegkeeten»
- Dessert
- fäerdege Yoghurt

Léiwer:

- Uebstjus-Schorle, e bësse Sirup mat vill Waasser
- selwergemaachtenen Äistéi: je 1/3 Téi, Jus a Waasser
- Sorbet oder Uebst-Yoghurtglace (selwergemaach)
- Hunneg, Gebees
- wäisse Kéis- oder Uebstzoubereedung, rote Grütze
- Pudding selwer man mat haleffetter Mëllech a manner Zocker
- Brezel, Salzstaangen
- Uebstkuch, Hiefgebäck
- Räiskichelcher, Miniknäckebrot, Zwieback
- Brout, Bréidercher
- selwer Müsli man aus Kären, Flacken, Uebst, Korinthen
- eng Répp Schokola mat vill Kakao
- gedréchent Uebst: Äppelreng, Aprikosen, Korinthen, Banannechips, ... Geleefrüchten, Popcorn ouni Zocker
- frëscht Uebst
- wäisse Yoghurt mat Uebst, Korinthen, Hunneg, Gebees, ...

An engem Liter Cola sinn 30 Stécker Zocker. An engem Glas geséisster Limo oder Cola sinn 8 Stécker Zocker.



Rezepter

Uebstgummien

Dréchefrüchten: Aprikosen, Pijen, Ananas, Mango, ... all Zort eenzel oder gemëscht am Mixer zu Pürée verschaffen. Op e Bakblech mat Bakpobeier schmieren. Bei 160 Grad am Schäffchen e puer Stonnen dréchnen loossen. A mondgerecht Stécker schneiden (Stären, Dräiecker, Rondelen,...) An engem Glas versuergen.

Yoghurt



wäisse Yoghurt mat kleng geschnidde Uebst an Hunneg oder mat Kompott oder zertripstem Uebst oder mat Gebees oder mat Kären (Sonneblumme-, Pinie-, Kürbiskären) an Hunneg mëschen.

Uebst-Yoghurtglace

300 gr Déifkilluebst 30 Sekonnen am Mixer kleng man, 500 gr wäisse Yoghurt an 2 EL Hunneg derbäiginn an 1 Minutt laang glatréieren.



Fir d'Elteren

Kanner hu Séisses gäer!
Hei e puer Rotschléi fir et gutt ze maachen:

- 👉 naschelen net verbidden!
- 👉 Spillreegele festleeën: eng Zäit am Dag ausman, wou d'Kanner dierfen naschelen. Zesumme bestëmmen, wat si naschelen.
- 👉 Ni Séisses als Belounung oder als Troust ginn, de Kierper gewinnt sech drun an als Erwuessenen geet et virun: Frustiesser a Kummerspeck ...
- 👉 Keng grouss Reserven u Séissem aleeën a keng XXL Packunge kafen, dann ass d'Versuchung net sou grouss fir vill beieneen z'iessen.
- 👉 Vill Uebst mondgerecht prett hunn, wann d'Kanner heem kommen oder spillen.
- 👉 Zesumme mat de Kanner d'Reklammen an der Tële an an den Zeitunge kucken an ënnersichen. D'Publizitéit fir déi sougenannte «Kannerprodukter» gëtt speziell op Kanner an Elteren ausgeriicht a versprécht Gesondheet a Leeschtungsfähegkeet. Dacks sinn dat awer staark geséisst a fetthaltig Liewensmëttel a Séissegkeeten, deenen hir Qualitéit och net duerch déi zougesate Vitamine besser gëtt..
- 👉 Zesumme mat de Kanner d'Etikette kucken.
- 👉 Dat Wichtigst ass de Kanner e Virbild sinn: net «dauersnacken» doheem, fest Molzechten hunn, zesumme kachen, sou mann wéi méiglech Fäerdeggerichter oder Fastfood iessen, mat Fantasi kachen an hinnen aner Geschmaacher proposéieren.



experimentieren



basteln



kuchen a brachen



Knäpwwel



Käschtemuffinen



Fir dës flott Stärkichelcher brauchst du a Véierecke geschnittene Bakpobeier an e guut Kucherezept. (du kannst awer och dat 4/4 Rezept vum gemachte Kuch huelen)

1 Diagonalen diebelen. emdréinen. nach emd de Strécher no diebelen. den 1 op de 4 diebelen, dono den 3 an dann eréischt den 2 op de 4 diebelen. emdréinen. Mam Fängererafueren an erofklappen. d'Ecker an d'Mett diebelen. de éischt Pabeierschicht no riets klappen. Déi zwee Ecker zur Mett klappen. Déi éischt an déi zweet Pabeierschicht no léns klappen. Déi zwee Ecker zur Mett klappen. Déi éischt Pabeierschicht no riets klappen. Déi éischt Pabeierschicht no riets an d'Spézt no uewe klappen. Klapp d'Spézt no riets. emdréinen. Hin an hier falen dat de Pi guut gezeechent ass. Klapp d'Spézt no uewen. emdréinen. Klapp d'Spézt och no uewen. Zwa Pabeierloen no léns klappen an déi lescht Spézt och erop diebelen an ausemeen zéien. Du kannst och mat de Fängerer nohelfen. Bësse méi wéi d'Halschent vum dengger Stärform mat Kuchendeeg fellen an am virgehätzene Schäffche bei 175° Grad 10-15 Minutte baken.

2 De Strécher no diebelen an dono rem opklappen. D'Écker op d'Mett Klappen, mat de Fängerer erafueren an erofklappen. D'Écker bis an d'Mett falen. De léns enneschten Eck op de riets ieweschten diebelen an rem zréck klappen. Dat selwecht mam riets enneschten Eck maachen. Klapp d'Spéstedeker erop, datt se stoe bliwen. Fal des zwee Ecker rem ausemeen. Klapp déi drett Säit vum dengger Käschte esou erop wéi um Schema. Dës Form och erem bësse méi wéi d'Halschent mat Deeg fellen an am virgehätzene Schäffche bei 175° Grad 10-15 Minutte baken. Du kannst dir och een Deckel fir d'Kichelche falen. Dofir muss d'Véiereck da 5 mm méi grouss si wéi fir dengger Käschchen. Mat engem flotte Stréckel aus Bast gesäit dat ganz schéin aus.

Vewen an enne bis an d'Mett falen, an dono rem opklappen. Déi riets an déi léns Säit bis an d'Mett falen, an dono rem opklappen.

Agemachte Kuch

dee sech ee Mount hält.

Huel denger Mamm hiert üblecht guut Kucherezept oder folleg eisem. Fir dësen normale 4/4 brauchst du 4 Eeër, 250 gr Zucker, 250 gr melle Botter, 250 gr Miel, 1 Pak Vanillezocker an en

1/2 Päckelche Bakpulver.

Mam selwechte

Rezept kannst du och

en Zitrounekuch

maachen: de Jus

an d'Schuel vum

enger onbehandelter

Zitroun ënnert de

Kuchendeeg ginn. Oder

e Marmorkuch: bei ee

Véirel vum Kuchendeeg

gëss du 2 Zoppeläffel

Kakao dobäi.

Mat engem Mixer schléis du de Botter mat den Eeër, dem Zucker an dem Vanillezocker bis eng schéi glat Mass entsteet. Siff d'Miel mam Bakpulver driwwer a réier deng Botter-Eeër-Zucker-Mass zu engem glaten Deeg.



Lo kannst du den Deeg amplaz an eng Bakform a gefetten a gemielten Amaachglieser (Gebeessglieser mat engem Schraubdeckel ginn och) schëdden. Maach deng Glieser awer nëmme just e bësse méi wéi d'Halschent voll!



Am virgehätzene Schäffchen op 175° baken.

No 20-25 Minutten picks du eng Kéier mat engem Knäipchen dran. (wann de Knäip dréchen eraus kënnt, ass d'Kuch guut. Bleift awer nach Deeg dru pechen, da setz d'Kuch nach emol fir e puer Minutten an de Schäffchen).

Fro deng Mamm fir de Kuch eraus ze huelen, den Deckel drop ze schrauwen an d'Glieser d'ennescht-d'iewescht op eng Hierchen ze setzen. Beim Ofkillen entsteet dann am Glas e Vakuum, dee mécht, datt de Kuch sech bis zu 4 Wochen hält.



kriwwelen



rätselen



bauen

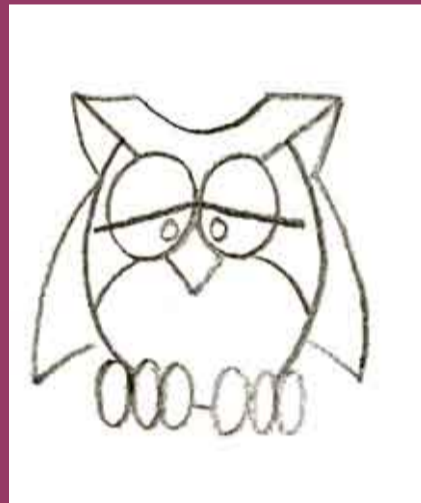


spillen an amesieren

Saiten



Wéi molen ech eng Eil?



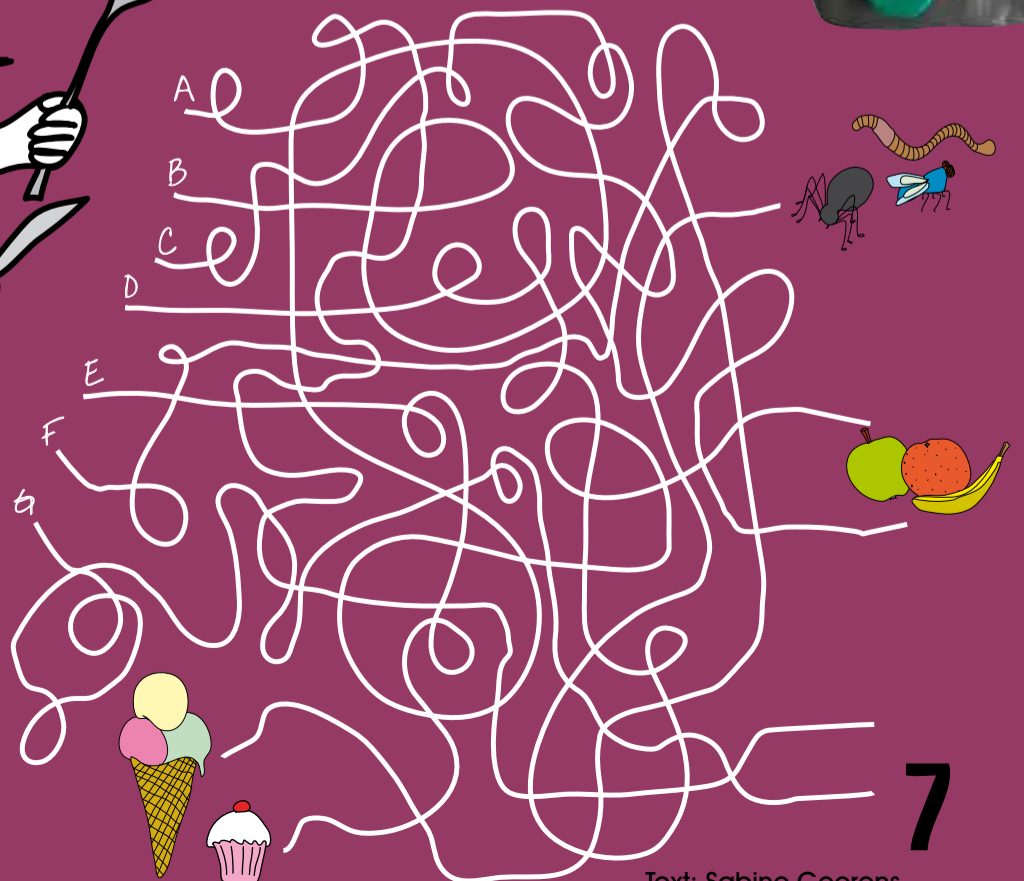
Spill mam Panewippchen



D'Panewippercher sinn haut streidereg drop: si schneide Grimassen oder strecke sech Zong raus. Mat zwee Véierecke kanns du si sou aspären datt jiddereen eleng ass. Deng Véierecken däerfe sech net kräizen.





Wéi ee Wee muss de Panewippche goen fir un säin lessen ze kommen?





2009

Januar

1	Do	Neljooschdag
2	Fr	
3	Sa	
4	So	
5	M	
6	Do	Drätkinneksgdag 
7	Më	
8	Dë	
9	Fr	
10	Sa	
11	So	
12	M	
13	Dë	
14	Më	
15	Do	
16	Fr	
17	Sa	
18	So	
19	M	
20	Dë	
21	Më	
22	Do	
23	Fr	
24	Sa	
25	So	
26	M	
27	Dë	
28	Më	
29	Do	
30	Fr	
31	Sa	

Februar

1	So	
2	M	Lichtmëssdag
3	Dë	
4	Më	
5	Do	
6	Fr	
7	Sa	
8	So	
9	M	
10	Dë	
11	Më	
12	Do	
13	Fr	
14	Do	Valtesdag 
15	So	
16	M	
17	Dë	
18	Më	
19	Do	
20	Fr	
21	Sa	
22	So	Fuesend 
23	M	
24	Dë	
25	Më	
26	Do	
27	Fr	
28	Sa	Buegbrennen

Mäerz

1	So	
2	M	
3	Dë	
4	Më	
5	Do	
6	Fr	
7	Sa	
8	So	
9	M	
10	Dë	
11	Më	
12	Do	
13	Fr	
14	Sa	
15	So	
16	M	
17	Dë	
18	Më	
19	Do	
20	Fr	d'Frëijoer geet un 
21	Sa	
22	So	Bretzelsonndeg 
23	M	
24	Dë	
25	Më	
26	Do	
27	Fr	
28	Sa	
29	So	1 Stonn éischer opstoen
30	M	
31	Dë	

Abrëll

1	Më	Abrëllsgeck 
2	Do	
3	Fr	
4	Sa	
5	So	
6	M	
7	Dë	
8	Më	
9	Do	
10	Fr	
11	Sa	
12	So	Guschtersonndeg 
13	M	Guschtermëindeg
14	Dë	
15	Më	
16	Do	
17	Fr	
18	Sa	
19	So	
20	M	
21	Dë	
22	Më	
23	Do	
24	Fr	
25	Sa	
26	So	
27	M	
28	Dë	
29	Më	
30	Do	

Mee

1	Fr	Mir maachen e Meckranz
2	Sa	
3	So	
4	M	
5	Dë	
6	Më	
7	Do	
8	Fr	
9	Sa	
10	So	
11	M	
12	Dë	
13	Më	
14	Do	
15	Fr	
16	Sa	
17	So	
18	M	
19	Dë	
20	Më	
21	Do	Christhimmelfahrt
22	Fr	
23	Sa	
24	So	
25	M	
26	Dë	
27	Më	
28	Do	
29	Fr	
30	Sa	
31	So	Péngschten

Juni

1	M	Péngschtmëindeg
2	Dë	Péngschtdënschdeg
3	Më	
4	Do	
5	Fr	
6	Sa	
7	So	
8	M	
9	Dë	
10	Më	
11	Do	
12	Fr	
13	Sa	
14	So	Mammendag 
15	M	
16	Dë	
17	Më	
18	Do	
19	Fr	
20	Sa	
21	So	de Summer geet un 
22	M	Freedefeier
23	Dë	Nationalfeierdag
24	Më	
25	Do	
26	Fr	
27	Sa	
28	So	
29	M	
30	Dë	

JULI

August

September

1	Më
2	Do
3	Fr
4	Sa
5	So
6	M
7	Dë
8	Më
9	Do
10	Fr
11	Sa
12	So
13	M
14	Dë
15	Më
16	Do
17	Fr
18	Sa
19	So
20	M
21	Dë
22	Më
23	Do
24	Fr
25	Sa
26	So
27	M
28	Dë
29	Më
30	Do
31	Fr

1	Sa
2	So
3	M
4	Dë
5	Më
6	Do
7	Fr
8	Sa
9	So
10	M
11	Dë
12	Më
13	Do
14	Fr
15	Sa
16	So
17	Më
18	Dë
19	Më
20	Do
21	Fr
22	Sa
23	So
24	M
25	Dë
26	Më
27	Do
28	Fr
29	Sa
30	So
31	M

1	Dë
2	Më
3	Do
4	Fr
5	Sa
6	So
7	M
8	Dë
9	Më
10	Do
11	Fr
12	Sa
13	So
14	M
15	Dë
16	Më
17	Do
18	Fr
19	Sa
20	So
21	M
22	Do
23	Më
24	Do
25	Fr
26	Sa
27	So
28	M
29	Dë
30	Më

October

November

Dezember

1	Do
2	Fr
3	Sa
4	So
5	M
6	Dë
7	Më
8	Dë
9	Fr
10	Sa
11	So
12	M
13	Dë
14	Më
15	Do
16	Fr
17	Sa
18	So
19	M
20	Dë
21	Më
22	Do
23	Fr
24	Sa
25	So
26	M
27	Dë
28	Më
29	Do
30	Fr
31	Do

1	So
2	M
3	Dë
4	Më
5	Do
6	Fr
7	Sa
8	So
9	M
10	Dë
11	Më
12	Do
13	Fr
14	Sa
15	So
16	M
17	Dë
18	Më
19	Do
20	Fr
21	Sa
22	So
23	M
24	Dë
25	Më
26	Do
27	Fr
28	Sa
29	So
30	M

1	Dë
2	Më
3	Do
4	Fr
5	Sa
6	So
7	M
8	Dë
9	Më
10	Do
11	Fr
12	Sa
13	So
14	M
15	Dë
16	Më
17	Do
18	Fr
19	Sa
20	So
21	M
22	Dë
23	Më
24	Do
25	Fr
26	Sa
27	So
28	M
29	Dë
30	Më
31	Do

Eng Schreffieder wéi beim Harry Potter

Vill bekannt wierker si mat enger Fieder a mat Tënt verfaasst ginn. Och den Harry Potter a seng Frënn hantéiere mat grouse Fieder. Den Harry Potter benotzt iwwregens eng Fieder vum Adler, fréier hu se awer Gänsefidere benotzt. Et ginn nëmmen déi fënnf baussechst Schwongfidere vun engem Fillek benotzt, vun deenen déi zweet an déi drëtt déi bescht sinn. Rietshänner schreibe léiwer mat de Fiedere vum lénkse Fillek a Lénkshänner hu léiwer d'Fiedere vum rietse Fillek.

2. an 3. Schwongfieder

5 baussechst Schwongfidere

Gänsefieder

Fiederäscht

Kiel

Int

Du brauchst:
grouse Fieder
Sand
eng kleng feierfest Form
Schéier, Cutter
Tënt

4 An d'Tënt zappen an drop lass schreien? Am Ufank ass et guer net sou einfach mat enger Fieder ze schreien. Et gi méi Flecke wéi Bustawen. Net opginn: «Übung macht den Meister»!

Verléiert e Vull eng Fieder, dann ass déi «verhornt» a ka liicht zougspëtzt ginn. Géings du se erauszupfen, da misst de se fir d'éischt mol haart maachen. Schneid dofir fir d'éischt d'Spëtzt vum Kiel erof. Maach dann de Sand an enger feierfester Schossel ongeféier eng véierel Stonn am Schäffche bei 200 Grad waarm. Dréin dono d'Enn vum Kiel liicht am waarme Sand hin an hir a looss se ofkillen. Dobäi gëtt se haart.



2 Mat Hëllef vum Cutter zitts du eng kleng Haut bannen am Kiel eraus, d'Séil, wéi se och genannt gëtt. Déi muss erausgeholl ginn, soss kann een net schreien.



3 Schneid d'Spëtzt ongeféier 3 mm an, fir datt d'Tënt do kann zesumme lafen. Hei muss een extra gutt oppassen, well de Kiel kann dobäi aräissen.

Tënt aus Eechegallen



Fréier sinn Eechegalle* benotzt gi fir Tënt ze maachen. Probéier et aus!

Du brauchst:
6 Eechegallen, 1-2 Gramm Eisesulfat (Apdikt), Knuewlekspress, klengt Glas, Häschen, Pabeier a Fieder.

Do onbedéngt Händschen un! (dat fierft staark!)
Dréck d'Eechegallen duerch d'Knuewlekspress aus. Vermesch de Jus mat e puer Kristallen vum Eisesulfat.



Huel fir ze schreien eng Vullefieder
Versuerg d'Tënt an engem Glas.

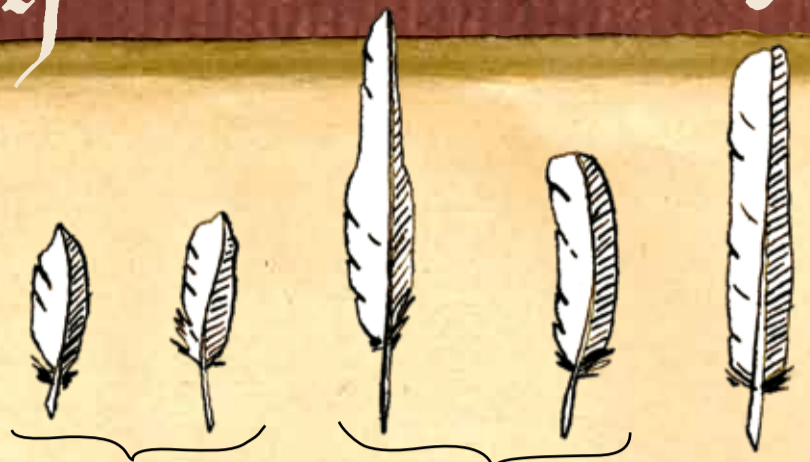


nach mei Fiederer...



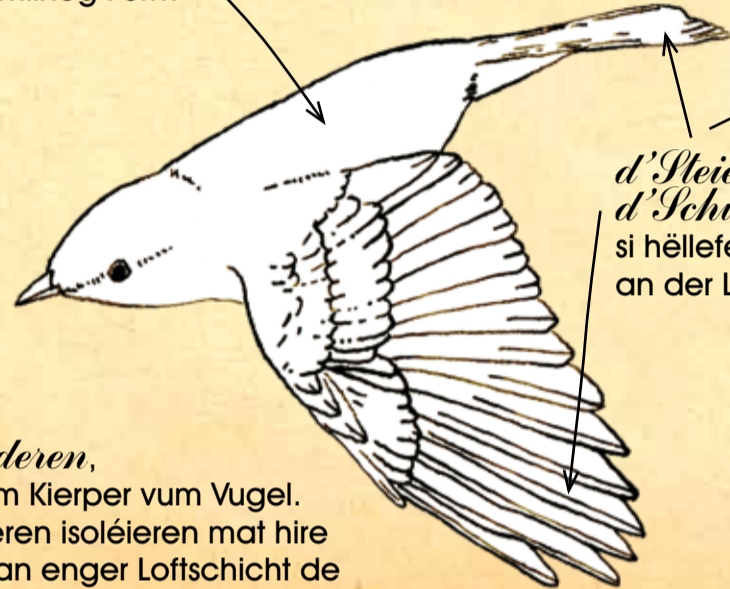
Fiedere sinn eng grouss Erfindung vun der Evolutioun, duerch déi sech d'Vigel vun deenen aneren Déieren ënnerscheiden.

Et ginn dräi Aarte vu Fiederer:



d'Konturfiederer, dës Fiedere ginn dem Vugel seng stroumlinieg Form

d'Fliefiederer an d'Schwongfiederer, si hëllef de Vigel beim Manövréieren an der Loft.



d'Daunefiederer, si sinn direkt um Kierper vum Vugel. Dës mëll Fiederer isoléieren mat hire rengen Äscht an enger Loftschicht de Vullekierper an halen e waarm



Mat de Fiedere kënnen d'Vulle fléien. D'Fiedere sinn awer och nach fir ganz aner Saachen do:

- si halen de Vigel hire Kierper waarm an dréchen
- si tarnen d'Vigel an der Natur
- si zéien e Partner un (Balz)
- si hëllef d'Eeër auszebréien



Genee wéi d'Hoer, d'Krallen an d'Haren sinn d'Fiederer aus engem Protein*, dee «Keratin» heescht. De Keratin hëllef, datt d'Fiedere fest sinn a sech gutt béie loossen.

Eemol am Joer wiesselen d'Vullen hir Fiederer, dat nennt ee Mauser. De kleng Jäizert flitt nach mat ofgelafene Pneuën, eeh, Fiederer an Afrika an do kritt heen da seng nei Fiederer. Aner Vullen, wéi d'Schwarzkäppchen kritt seng nei Fiederer ier en an England flitt (kuck S.3)

Kuck mol eng Fieder ënnert der Lupp: gesäis du d'Widerhaken, mat deenen déi eenzel Fiederäscht zesammenhalen?

Fiedere si bei de Mënsche laang Zäit als "Schmuck" benotzt ginn, awer och fir praktesch Zwecker:

- als Schreiffieder,
- d'Daune vun den Inten a Gänse ginn haut och nach benotzt fir Bettdecken, Këssen a waarm Jacketten ze féllen.
- déi faarweg Fiedere vun tropesche Vigel gi fir kënschtlech Mécke bei de Fëscher verschafft.



Dat wat d'Vigel iessen bestëmmt och d'Faarf vun de Fiederer: d'Flamingos friessen z.B. Krabben an aner Kriibsdéieren, déi orange Faarfstoffer enthalen. Dës Faarfstoffer lagere sech an de Fiederer of an d'Flamingos hunn eng schéin orange Faarf.

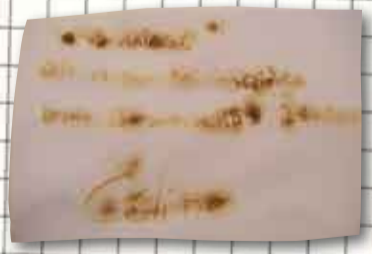
Kleng Kolibrisen hu bis zu 1000 Fiederer a Schwane bis zu 25 000 Fiederer.



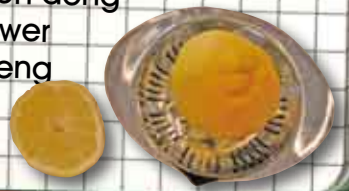
Geheimtënt

All Material vu Liewewiesen, dat kloer oder bal kloer ass (Mëllech, Zitrounejus, Eewäiss), kann als Geheimtënt benotzt ginn. Dëst Material enthält Kuelestoff (C), dee bei Hëtzt verkuelt a schwarz gétt.

Schreif denge Frënn e Bréif mat dëser spezieller Tënt. Wa si de Bréif kréien, da musse si mat enger Käerz (opgepasst - nëmme mat engem Erwuessenen!) de Bréif wieren fir e kënnen ze liesen.



Oder schreif mat Vollmëllech, grouss mat déckem Pinsel an zapp dacks an d'Mëllech. Do musse deng Frënn da Pfeffer driwwer streeën a kënnen deng Norricht liesen.

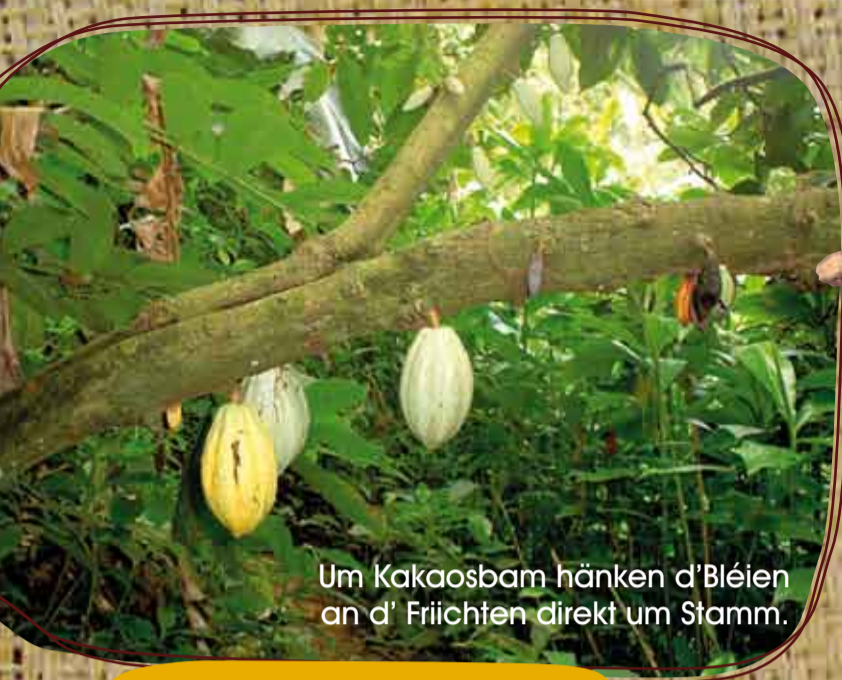


De Wëssenschaftler, dee sech mat Fiedere befaasst, heescht "Plumologe".



*Protein: Eewäiss

SCHOKOLA



Um Kakaosbam hängen d'Bléien an d' Friichten direkt um Stamm.



Kakaosfruucht = Kaboss



Kakaosbounen

Déi zeideg Friichte gi mat laange Macheten vum Stamm erof geschnitten a mam Messer opgeschloen.



Déi wäiss, ficht Boune gi mam Fruchtfleisch eraus gekrazt a kommen dann op e grouse Koup. Alles gëtt mat Bananeblieder zougedeckt an e puer Deeg gäre gelooss. Dobäi entsteet deen typesche Kakaosgoût.

Duerno ginn d'Kakaosbounen ausernee geschäert, gewäsch an an der Sonn gedréchent. Da si se färdeg fir a grouse Säck mam Camion a mam Schëff bis an eis Länner transportéiert ze ginn.



An der Schokolafabrik ginn d'Kakaosboune geréischtert. Dobäi entwéckelt sech deen typesche, battere Kakaosgeschmaach.

Da ginn d'Boune geschieft a gebrach, esou entsti **Kakaonibs**. Des Nibs ginn an enger Mille gemuel.

Duerch d'Hëtzt beim Muelen gëtt d'Kakaosfett aus de Boune flësseg a leeft eraus: dat ass d'**Kakaomass**.

Aus deser Kakaomass gëtt an enger Press de **Kakaosbotter** erausgepresst.



Fir gudde Schokola ze kréien, muss en elo nees gemëscht a laang geréiert ginn: Kakaomass+Kakaosbotter+Mëllech+Zocker. Je nodeem wéivill Zocker a Mëllech dra kënnt, gëtt et Mëllehschokola oder schwaarze Schokola. D'Schokolasmass gëtt a Forme gegoss, z.B. a Kleeserchersformen an ofkille gelooss. Dono gi se nach agewéckelt a Papeier oder Cellophan an da geet et an de Buttek, wou déi schneekeg Keefer sech dee beschten auswielen.



Kakao = Götterfruucht!!!

An der Kakaosfruucht si vill gesond Stoffe dran, z.B. Vitamin E. Kakao wierkt awer och op eis gutt Laun. Wat méi Kakao am Schokola ass (also wat de Schokola méi donkel ass), wat méi Gléckshormoner an eisem Kierper fräi gesat ginn. Ma da loosst iech de Schokola gutt schmaachen!

12



FAIRTRADE

Transfair Schokola kënnt aus dem Fairen Handel, d.h. déi Friichte ginn net vu Kanner gepléckt an den Aarbechter kritt e gerechte Loun, vun deem e seng Famill erniere kann. Am Transfair Schokola ass nëmme richtege Kakaosbotter dran a keng aner mannerwäerteg Planzefetter, duerch déi de Schokola méi bëlleg, mee manner gutt gëtt. Den Transfair Schokola gëtt et vu wäiss, hell bis ganz donkel (bis 85% Kakao), du kritt en op ville Plazen ze kafen an du erkennst en um Transfair Logo.

ORANGEN



D'**ORANGE** kënnt aus China an ass am 15. Joerhonnert bei eis an Europa komm. Hei gouf se du virun allem a Portugal ugebaut. Haut gi se a Südeuropa an Nordafrika iwweill do ugebaut, wou et waarm genuch ass an et net fréiert. Déi Länner, déi am meeschten Orange produzéieren si Brasilien an Amerika.

D'Orange gehéiert wéi d'Zitrounen an d'Pampelmussen zu den Zitrusfriichten.

D'Orange wuessen op bis 3 Meter héige Beemercher. Déi sinn d'ganzt Joer iwweill gréng, mee fäerten de Frascht. Am Fréijoer hu si wäiss Bléien, déi ganz guft richen. Hei an Europa ginn déi zeideg Friichte vun Dezember bis an de Juli gepléckt.

Op hollännesch heescht d'Orange «Sinaasappel», dat heescht «China-Äpfel»



Orange schmaachen herrlech säftig a séiss. Si liwweren eis vill **Vitamin C**, déi mir besonnesch lo am Wanter brauche fir Energie ze hunn an net sou séier krank ze ginn.

Eng Orange huet, deemno wéi grouss se ass, ronn 30 Milligramm VitaminC. Bio-orangen hunn 30% méi VitaminC. Mir brauche pro Dag ongeféier 100 Milligramm VitaminC.

TIP: wann et der ze vill ëmständlech ass, fir eng Orange ze schielen an opzeman, da schneid se an 2 Halschenten a suckel se aus oder dréck de Jus aus an dréck en. Fänk moies den Dag mat engem Glas Orangejus (an enger Taass Mëllech a Müsli oder Vollkarbrout) un, dat mécht topfit!



Orangegebeess

- 1 Kilo Orangen (onbehandelt)
- 1/2 bis 1 Kilo Äppel
- 1 Kilo Zocker
- 1/4 Liter Waasser



D'Orange wäschen an di orange Schuel ganz dënn erof schneiden. D'Schuelen an e bësse Waasser mëll kachen. An dënn Sträife schneiden.



Vun den Orangen di wäiss Schuel an d'Haut ewech man.



D'Orangen a Stécker schneiden an d'Kären ewech huelen.



D'Äppel schielen, d'Kären eraus huelen an an dënn Scheiwe schneiden.



Den Zocker am Waasser opkachen an d'Orangestécker, d'Äppelscheiwen an d'Schuelesträifen derbäiginn an ongeféier eng 3/4 Stonn kachen bis d'Gebeess steif ass.



chrëschtdeko

- Orangen
- Neelcheskäpp
- Ficelle oder Bändchen
- Messer

Schneid an eng Orange Musteren mam Knäipchen. Stiech do, wou een déi wäiss Schuel gesäit, Neelcheskäpp an d'Orange. Setz d'Orange op en Teller (mat Nëss, Kichelcher, ...) oder hänk se mat engem Bändchen op.



Schneid Orangen a reng Scheiwen (looss der vun engem Erwuessenen hëllef). Dréchen d'Rondelen am Schäffchen (+/- 2 Stonne bei 100° mat der Dir op). Wa se ganz dréchen an haart sinn, fiedels de se op eng Ficelle oder e Bändchen op an hängs se an d'Stuff oder als Girland op de Chrëschtbeemchen.



Schloooooooofen!



Deng
Aen picken, du
gaaps, du fills dech ganz
weech? Da seet däi Gehir, den
Dirigent vun dengem Kierper,
dir: «ech si midd!» An do gött
et just eent: an d'Bett a
geschlof!

Wat geschitt, wa mir net genuch schlofen?

Mir si schlecht gelaunt, kënnen eis net
konzentréieren an hunn et alt schwéier,
fir déi richtig Wieder ze fannen. Mir hu
keng Energi a fillen eis schlapp.

D'lescht
huet d'Lisi mer
gezielt, datt hatt sech
fir angeschlofen Geschichten
ausdenkt oder fir Geschichten,
déi hatt gelies huet, en anere
Schluss erfénnt.
E gudden Trick!

Firwat ass Schlof wichteg?

* Am Schlof gött eise Kierper
reparéiert, wéi en Auto an der Garage.

D'Muskelen entspane sech, den Otem
geet méi lues, eise Kierper erhëlt sech
vum ustregenden Dag. E sammelt nei
Energi a Kraaft fir deen nächsten Dag.
Eise Kierper mécht ganz vill Hormonen,
déi hëllefén ze wuessen. De Schlof mécht,
datt eist Immunsystem (dat wat mécht,
datt mir net sou séier krank ginn) richtig
funktionnéiert.



* Am Schlof gött d'Batterie vun eisem
Gehir nei opgelueden.

Am Schlof gött an eisem Gehir geraumt.
Alles, wat mer am Dag erlieft, geléiert
oder gesinn hunn, gött an Tiräng getesselt
oder erëm vergiess, fir datt mer deen
nächsten Dag erëm Plaz hu fir Neies.

Wéivill Schlof brauche mir?

Puppelcher: 15 - 20 Stonnen

Kanner: 10 - 12 Stonnen

Jonker: 9-10 Stonnen

Erwuessener: 7 - 8 Stonnen

Eler Leit: 5 - 6 Stonnen

Wéi laang ee schléift, hängt vu jiddfer-
engem of. Haaptsaach, et schléift ee gutt!

Mir schlofen ongeféier 1/3 vun eisem Liewen.

Wann s du 75 Joer al bass, dann hues du 25
Joer geschlof!



Schlofen d'Déieren och?

Déi meescht Déiere brauchen och
Schlof. Net nëmme fir ze raschten. Déi
Zäit, wou si gutt verstoppt schlofen,
kënnen si net gefriess ginn an néierens
eroffalen, well si an der Däischtert net
gesinn. Gutt an hirem Nascht gekuschelt
spueren si Energi fir den nächsten Dag
erëm alle Gefore gewuess ze sinn.



8 Tips fir gutt ze schlofen:

1 Am Dag genuch
Bewegung hunn.



2 Am Dag vill dobaussen an
der Dagesluucht sinn an nuets
däischter schlofen.

3 Regelméisseg Zäiten hu fir
schlofzegoen a fir opzestoen.



4 An enger killer (18°C) gutt
gelëftener Kummer schlofen. (Nuets
brauch d'Gehir vill Sauerstoff, well et
ganz vill schafft).



5 An enger «roueger» Kummer
schléift et sech am beschten: kee
Kaméidi, net zevill Chaos, sou mann wéi
méiglech Apparater: Computer, Fernseh,
Nintendo, Handy ... D'Apparater ausman
a wa méiglech an de Schaf stellen oder
an engem aneren Zëmmer loossen.

6 Virum Schlofegoen relaxen: roueg
Musek lauschteren, kuschelen, liesen,
Tagebuch schreiwen.



Op kee Fall rolzen, diskutéieren,
Videospiller man, streiden.

7 Tëschent dem Owendiesen an
dem Schlofegoen 2-3 Stonne vergoe
loossen. Mat vollem Bauch schléift et
sech net gutt. Eng Banann, e klengt
Stéck Schokela oder eng Taass Mëllech
mat Hunneg ass awer suguer ganz gutt
fir angeschlofen.



8 Bequem, weit Kleeder
undoe fir ze schlofen.



* Fir d'Elteren: ganz wichteg ass
eng gutt Mattrass an e gudde Lattoflex.
Kanner, déi all Nuecht schlecht leien,
riskéiere Récken- an aner Problemer ze
kréien.

Schlof ass
liewenswichtig, mä
zevill rëmlungen an ze
mann Bewegung hunn ass
ongesond!

Serie Polarjoer dës Kéier: Bass du e Polarexpert?

INTERNATIONAL 2007 & 2008
POLAR YEAR

Dat 4. internationaalt Polarjoer - wat jo am Fong 2 Joer gedauert huet (März 2007 bis März 2009) - geet sou lues op en Enn. Iwwer 50.000 Wëssenschaftler hu vill Neits erausfonnt iwwert dës extrem - a fir eis ganz Äerd wichteg - Géigenden.

Kenns du dech aus an den zwou Polarregionen? (An dene 7 leschte Panewippercher fënns de vläicht eng kleng Hëllef)



NORDPOL
pôle nord

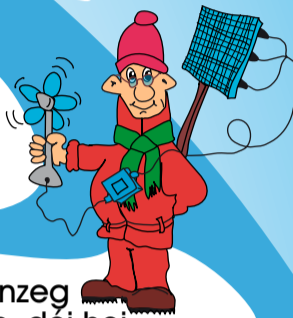
Wéi eng Äisscholl gehéiert op wéi ee Pol?



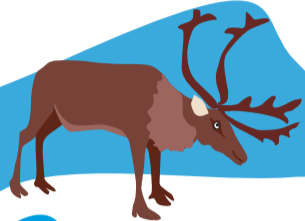
3 d'Kompassnol weist um Pol riicht an de Buedem (op mannst an der Theorie)



4 Um Himmel blénkt de 'Polaris', de Polarstär



8 Déi eenzeg Mënschen, déi hei lieve si Fuerscher



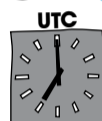
2 Rendéiere ginn et hei masseg



7 Offiziell gëllt hei d'Weltzäit (UTC)

PARIS
6:00

LONDON
12:00



UTC



11 Heihi kommen all Joer 1,5 Milliounen Touristen



12 Dee Kontinent, wou de Wand am meeschten an am stäerkste bléist



6 De gréisste Séisswaasserspäicher vun der Welt



5 Hei wunnen d'Eskimoen



10 Gehéiert zu Russland, Kanada, USA, Dänemark an Norwegen



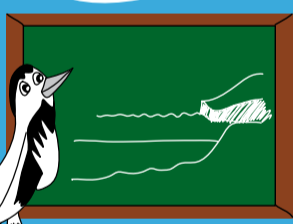
16 De Polarfuuss fillt sech hei wuel



17 Naturschutzgebiet: verbuede fir Hënn!



9 E gousst Mier, vu Land ëmginn



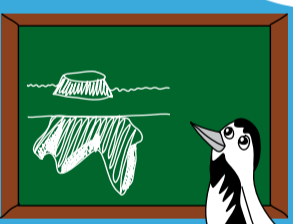
13 Um Pol hunn ech 4 Kilometer Äis an och Land ënnert de Féiss



18 Rekordtemperatur: -89,2° C



19 Hei weist de GPS: S 71°57' - E 23°20'



15 Um Pol kënnt de Wand ëmmer vu Süden

20 Um Pol hunn ech e puer Meter Äis a 4 Kilometer Mier ënnert de Féiss



21 Knapp 40.000 Touriste komme pro Joer heihinn

22 Dat gréisste Landdéier ass 12mm grouss (dat ass eng Méck)

23 Wann hei Summer ass, ass bei eis och Summer

24 Hei spillen d'Kanner KAIPSAK**

29 Hei wuessen nëmmen 2 einheimesch Bléieplanzen

26 Hei läit de magnéiteschen Nordpol, och nach antarktesche Magnéitpol genannt



27 Hei ginn et Polarlichter

28 Den Amerikaner Peary huet de Pol 1909 'erobert'

d'Antarktis gehéieren
An
d'Äisschollen: 1, 6, 7, 8,
12, 13, 14, 17, 18, 19, 21,
22, 25, 26, 27, 29.

d'Arktis gehéieren
An
d'Äisschollen: 2, 3, 4, 5,
9, 10, 11, 15, 16, 20, 23,
24, 27, 28.

Da komm, mir kucke mol ob s du alles richtig gemach hues!

*Dat sinn d'geographesch Coordinéite vum der fuschneier belscher Fuerschungstalloun an der Antarktis 'Princess Elisabeth'
**KAIPSAK, e Spill bei den Inuit: d'Kanner setzen am Krees. Ee Kand dreit en Dapp an der Mëtt a muss da séier op d'Platz all d'Spiller lafen. Et muss zéck op senger Plaz sinn ier sech Dapp ophält mat dréinen. Am beschten um Glacis spillen!

