

Nah & Frisch

KINDERPOST

GRATISHEFT

NR. 5/DEZEMBER 2017



Tolle Deko:
Weihnachtliche
Bastel-Ideen



Jede Menge
Rätselspaß



Mitmachen & gewinnen!

«Ferdinand»

GEWINNSPIEL



**JETZT GRATIS
KEKSAUSSTECHE
HOLEN!**



Lustiger Malspaß
mit Haas



Oral-B Gewinnspiel
Zeichnen & gewinnen!





Eddi Eisbär kommt nach Hause



„Uff, das ist ganz schön schwer!“, seufzt Eddi Eisbär und schiebt sich die Mütze aus dem Gesicht. Es ist noch ein weiter Weg nach Hause.

Bald ist Weihnachten und er freut sich sehr auf seine Familie. Lang hat er Geschenke gesucht und ordentlich auf einen großen Schlitten gestapelt. „Ich schaffe das! Alle werden sich so über die Geschenke freuen!“, ermutigt er sich selbst und zieht schnaufend weiter.

Plötzlich ertönt ein lautes Knirschen! Ein langer Riss erscheint im Eis. „Auch das noch!“, ruft Eddi erschrocken. Schnell lässt er den Schlitten los und springt auf die Seite. Mit einem heftigen Krachen bricht das Eis und der Schlitten und all die Geschenke verschwinden im kalten Wasser.

Entsetzt blickt Eddi auf die losen Leinen in seiner Hand. „Alles ist weg!“, denkt er verzweifelt. „Sie werden enttäuscht sein, wenn ich ohne Geschenke komme!“ Er ist so traurig, dass er sich nicht einmal freuen kann, dass ihm nichts passiert ist. Mit hängendem Kopf setzt er seinen Weg fort.

Schließlich, es ist schon dunkel, sieht er das Haus seiner Familie. Auf dem Haus liegt eine dicke Schneeschicht und aus den Fenstern strahlt ihm das warme Licht entgegen. Ob er ohne Geschenke überhaupt

willkommen ist? „Eddi! Endlich bist du da!“, strahlend und mit offenen Armen steht Mama Eisbär in der Tür. Sie hat schon so lange auf ihn gewartet.

Schon steigen dem kleinen Eddi wieder die Tränen in die Augen. „Ich hab ... ich war ... ich wollte ...“, schluchzt er. Dann erzählt Eddi seiner Mama die ganze Geschichte und davon, was ihm auf der Reise hierher passiert ist.

„Aber Eddi, sei nicht traurig!“, tröstet ihn Mama Eisbär! Das Wichtigste ist doch, dass dir nichts passiert ist!“

Dann fügt sie kopfschüttelnd hinzu: „Das schönste Geschenk ist doch, wenn wir alle zusammen sind!“

Und so verbringt die Eisbärfamilie einen glücklichen Weihnachtsabend und Eddi hat viel von seiner aufregenden Reise zu erzählen.



Schau genau!

Welcher Schatten passt genau zum Original? Achte auf die Details!



Eine Frage des Geschmacks!

Sicher gibt es Dinge, die dir gut schmecken, und solche, die du nicht so magst. Doch wie funktioniert das mit dem Schmecken? Der Geschmackssinn wird auch „gustatorische Wahrnehmung“ genannt. Daher sagt man auch oft: „Ich habe einen Gusto auf etwas.“

UNSER GESCHMACKSSINN

Wir Menschen können fünf Arten von Geschmack unterscheiden: süß, sauer, bitter, salzig und umami. Umami? Dieses Wort kommt aus dem Japanischen und bedeutet „fleischig“ und würzig. Damit erkennen wir Nahrung, die besonders viel Eiweiß beinhaltet wie zum Beispiel eben Fleisch und Fisch.

Manche Dinge haben zwar einen Geschmack, aber wir brauchen unseren Geruchssinn, um sie zu erkennen. Dazu gehören zum Beispiel Zimt und Nelken. Geschmacks- und Geruchssinn sind eng verbunden. In früherer Zeit warnten sie uns vor giftiger Nahrung.



AUF DER ZUNGE

Auf unserer Zunge befinden sich bis zu 10.000 Geschmacksknospen.

Das macht Sinn, denn alles muss hier vorbei. Die Knospen melden Signale an unser Gehirn und informieren uns, welchen Geschmack die Nahrung hat.

bitter

sauer

salzig

süß



Ausmalen und Gewinnen!

Male „Edi Haase“ an, so wie er dir am besten gefällt!
Sende dein Bild mit der Post an Ed. Haas Austria GmbH,
Eduard-Haas-Straße 25, 4050 Traun oder per E-Mail an
marketing@edhaas.at und gewinne **1 von 3 Haas-
Überraschungspaketen** für leckere Kuchen
und viel Spaß beim Backen.



Gewinnspielzeitraum: 01.12.2017 - 31.01.2018. Teilnahmechluss ist der 04.02.2018. Das Gewinnspiel gilt nur in Österreich. Es werden drei Backpackete mit Produkten der Firma Haas (je nach Verfügbarkeit) verlost. Der/die GewinnerIn wird per E-Mail oder postalisch verständigt. Eine postalische Einsendung an folgende Adresse ist möglich: Ed. Haas Austria GmbH, Eduard-Haas-Straße 25, A-4050 Traun. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Weitere Teilnahmebedingungen unter www.haasbacken.at/teilnahmebedingungen-edi-haase

Lokal ist die beste Wahl!



Die Milch bei deinem Nah&Frisch-Kaufmann kommt fast immer aus deinem Bundesland. Vielleicht gibt es sogar bei dir in der Nähe einen Milchbauern, der die Molkerei deines Nah&Frisch-Kaufmanns beliefert.

In Österreich leben ungefähr 35.000 Familien als Milchbauern. Sie kümmern sich um die Kühe, füttern sie und schauen, dass sie gesund sind. Und natürlich melken sie die Kühe täglich, damit wir die wertvolle Milch genießen können.



Produkte, die rund um dein Dorf erzeugt werden, findest du jetzt bei deinem Nah&Frisch-Kaufmann. Das ist gut für die Bauern, für die Dorfgemeinschaft und die Umwelt!

DIE KUH GIBT MILCH!



Kühe sind Vegetarier! Am liebsten fressen sie Heu und Gras. Das Futter wird meistens von den Bauern selbst angebaut.

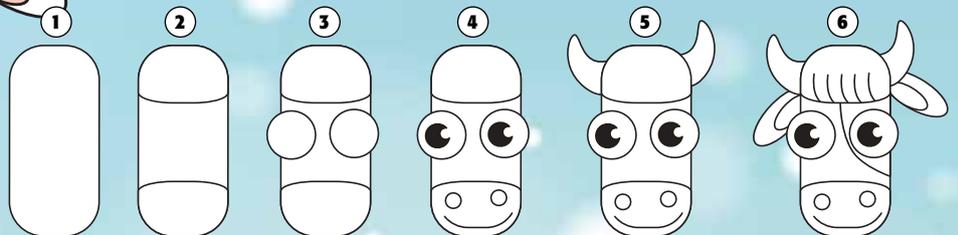
Eine Kuh gibt je nach Rasse zwischen 20 und 50 Liter Milch am Tag!

Hast du schon mal eine Kuh gezeichnet? Das ist gar nicht schwierig. Hier siehst du, wie es gemacht wird. Probier's aus!

- ① Beginne mit einem Rechteck mit abgerundeten Ecken.
 - ② Zeichne Stirn und Schnauze ein.
 - ③ Dann kommen große, runde Augen dazu.
 - ④ Jetzt Mund, Nasenlöcher und Pupillen einzeichnen.
 - ⑤ Mit 2 Hörnern und den ⑥ Ohren sowie ein paar Haarsträhnen ist die Kuh perfekt.
- Zum Schluss kannst du dein Bild noch bunt ausmalen. Und fertig ist die Kuh!

Wertvolle Milch!

Milch ist ein wertvolles Grundnahrungsmittel, das viele wichtige Nähr- und Mineralstoffe sowie Vitamine enthält. Aus Milch entstehen viele weitere Produkte. Dazu gehören Joghurt, Butter, Topfen und natürlich Käse. All das wird in Österreich produziert und viele Menschen haben so einen Arbeitsplatz. Ungefähr jeder zehnte Mensch verträgt Milch nicht. Das nennt man Laktoseintoleranz. Hierfür gibt es spezielle Milch, die keine Laktose enthält.



GEWINNSPIEL

Ferdinand geht STIERisch ab!

FERDINAND erzählt die Geschichte eines riesigen Stiers mit einem großen Herzen. Nachdem man Ferdinand irrtümlich für ein wildes Tier hält, wird er gefangen genommen und von zu Hause weggeschafft. Fest entschlossen, zu seiner Familie zurückzukehren, trommelt er ein Team von Außenseitern für das ultimative Abenteuer zusammen. Ferdinand beweist bei der in Spanien angesiedelten Geschichte, dass man einen Stier nicht nach seinen Hörnern beurteilen kann.

Mitmachen & gewinnen!

Wir verlosen
2x Ferdinand-Rucksäcke
und 2x Fan-Sets mit Mütze
mit Plüschhörnern,
Schreib-Set und Stickern!



AB 15. DEZEMBER
NUR IM KINO.
AUCH IN 3D.

GEWINNFRAGE:

Was ist Ferdinand für ein Tier?

Teilnahmebedingungen für das Gewinnspiel: Schicke eine ausreichend frankierte Postkarte mit der richtigen Antwort und dem Kennwort an: ZEV Nah&Frisch Marketingservice GmbH, Radingerstraße 2a, 1020 Wien, oder sende die richtige Lösung per E-Mail an: kinderpost@nahundfrisch.at! Vergiss nicht, deinen Namen, deine Postanschrift und dein Alter anzugeben. Sag uns auch, ob du ein Bub oder ein Mädchen bist! Die Gewinne werden unter allen richtigen Einsendungen im Jänner 2018 verlost. Die Gewinner werden schriftlich verständigt. Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2017. Eine Barablöse der Gewinne ist nicht möglich. Nicht zur Teilnahme berechtigt sind Mitarbeiter der Firmen MARKANT Österreich und ZEV Nah&Frisch Marketingservice GmbH, des Nah&Frisch-Groß- und Einzelhandels sowie deren Angehörige. Die Daten werden für statistische und Marketingzwecke verwendet, aber nicht an Dritte weitergegeben.



Zeichne Deine Lieblingsfigur aus dem
Disney Pixar-Film „Cars 3“ und



GEWINNE 1 VON 10
ORAL-B STAGES POWER
KINDERZAHNBÜRSTEN!



Schicke Deine Zeichnung in einem ausreichend frankierten Umschlag an: ZEV Nah & Frisch Marketingservice GmbH, Radingerstraße 2a, 1020 Wien, oder sende die Zeichnung gescannt per E-Mail an: kinderpost@nahundfrisch.at - Kennwort: Oral-B! Maximale Dateigröße 2MB. Vergiss nicht, Deinen Namen, Deine Postanschrift und Dein Alter anzugeben. Sag uns auch, ob Du ein Bub oder ein Mädchen bist. Der Einsendeschluß ist der 31. Jänner 2018. Die Zahnbürsten werden im Februar 2018 verlost. Die Gewinner werden schriftlich verständigt. Gewinne sind nicht in bar ablösbar. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Nicht zur Teilnahme berechtigt sind Mitarbeiter der Firmen Procter & Gamble Austria, MARKANT Österreich und ZEV Nah&Frisch Marketingservice GmbH, des Nah & Frisch Groß- und Einzelhandels sowie deren Angehörige. Die Daten werden für statistische und Marketingzwecke verwendet, aber nicht an Dritte weitergegeben.



FRIEREN ist super!

Ernsthaft? Ja, denn Frieren ist ein Warnsignal und schützt deinen Körper vor Unterkühlung. Der Mensch ist ein kleiner Heizkörper und gibt ständig Wärme an die Umgebung ab. Wenn er zu viel Wärme verliert, lässt er uns frieren und sagt damit: „Vorsicht, kalt!“

DAS GROSSE ZITTERN!

In unserem Gehirn gibt es Thermorezeptoren. Die passen auf, ob die Temperatur in der Umgebung für uns geeignet ist. Wenn es zu kalt ist, versucht der Körper, durch Muskelarbeit Wärme zu erzeugen. Dann beginnen wir zu zittern. Gleichzeitig strömt weniger Blut in die Hände und Füße, da sich die Adern zusammenziehen. Deshalb ist uns da immer zuerst kalt. Also sind im Winter warme Schuhe und Handschuhe besonders wichtig!



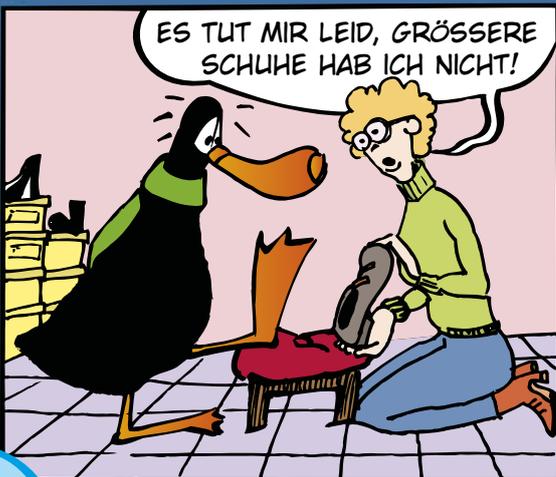
Auch im Winter macht es viel Spaß, draußen zu spielen!



Achte aber darauf, dass du immer warm angezogen bist. Eine Tasse heißer Tee oder Kakao wärmen dich schnell wieder auf! Wusstest du übrigens, dass manche Tiere ihre Körpertemperatur an die Umgebung anpassen können? Diese nennt man wechselwarm. Dazu gehören zum Beispiel Fische und Reptilien. Ganz schön praktisch, oder?

BLACK DUCKS

COMIC



ZEICHNUNGEN VON IGOR ŻAKOWSKI

Adventzeit ist Bastelzeit!

Bunte Tannenzapfen! Bemale die Zapfen mit Deckfarben. So entstehen ein bunter Wald und weihnachtliche Deko!



Wenn es draußen bitterkalt ist, ist das die richtige Zeit zum Basteln! Wir haben hier einige Ideen für dich gesammelt. Damit vertreibst du dir die Zeit und vielleicht entstehen so ja auch schon ein paar Weihnachtsgeschenke!

Orangen-Duftkerze

VORSICHT
Lass dir beim Schneiden und Ausschneiden von einem Erwachsenen helfen!



So wird aus einer Orange eine Duftkerze!

Besonders gut duftet diese Orangenkerze. Dazu schneidest du eine Orange in der Mitte auf und hohlst sie vorsichtig aus. Lass dir dabei am besten von einem Erwachsenen helfen. Mit einem Keksausstecher schneidest du einen Stern in die obere Hälfte. Rundherum piekst du Löcher in die Schale und steckst Gewürznelken hinein. In die Mitte kommt ein Teelicht und schon ist deine eigene Duftkerze fertig!

Lustige Marshmallow-Schneemänner



Dafür brauchst du Marshmallows, Salzstangerln und Lebensmittelfarben.

Stecke zwei bis drei Marshmallows mit einem Zahnstocher zusammen. Augen, Nase und Knöpfe malst du mit Lebensmittelfarbe auf. Arme und Beine bestehen aus Salzstangerln! Als Schal bindest du einen Wollfaden herum. **Achtung!** Vor dem Verzehr die Zahnstocher entfernen! Den Wollfaden nicht mitessen!

Kastanienmännchen

Aus Kastanien, leeren Nuss-Schalen und Zahnstochern oder Zündhölzern kannst du lustige Männchen oder Tiere basteln. Mit aufgeklebten Augen, die du im Bastelladen kaufen kannst, sehen die Figuren noch witziger aus!



Kekse-Geheimschrift

Jeder Keks steht für einen Buchstaben. Findest du das Lösungswort?

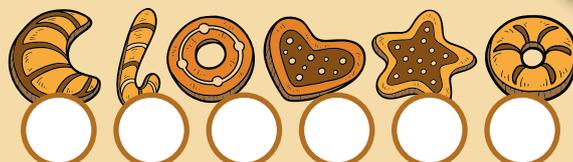


Löse das Rätsel und hol dir als Belohnung einen

Keksausstecher gratis!

Findest du das richtige Lösungswort? Dann schnell zu deinem Nah&Frisch-Kaufmann! Nenne ihm die Lösung und schnapp dir einen coolen Keksausstecher!

Lösungswort:



Freue dich auf die nächste Ausgabe der Kinderpost, die ab 25. Jänner 2018 bei deinem Nah&Frisch-Kaufmann erhältlich ist!

FROHE YIPPY FESTTAGE!

