

Das kostenlose Stadt- und Mitmachmagazin für Kinder



# Pünktchen

in Jena

**Osterspaziergang in Weimar**

**Elefanten auf der Autobahn**

**Zu Gast bei Schloss Einstein**

**Pünktchens Abenteuer**



*Hallo Kinder, diesmal kommt der Osterhase !!!*

*Über eine Menge Überraschungseier erzählen euch diesmal spannend und unterhaltend die Stadtwerke.*

*Elefanten auf der Autobahn? Lest den Beitrag des Zooparks und ihr werdet euch wundern, was mit den Dickhäutern alles passiert. Spannend und interessant geht es unter anderem hinter den Kulissen von „Schloss Einstein“ und dem Kinderfilmfestival „Goldener Spatz“ zu.*

*Natürlich gibt es auch wieder etwas zu gewinnen. Lest die Beiträge oder lasst sie euch vorlesen, dann könnt ihr die Fragen auf der letzten Seite im Quiz ganz sicher leicht beantworten.*

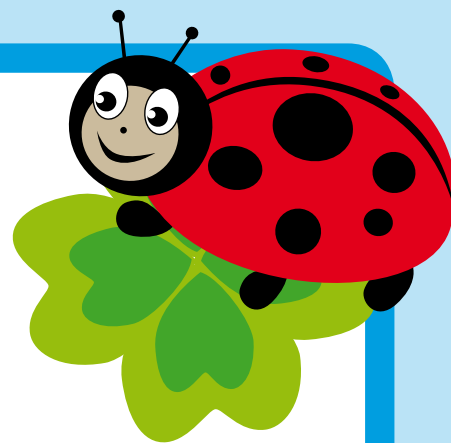
*Und nun viel Spaß beim Lesen und Mitmachen! Über Anregungen und Ideen freue ich mich auch diesmal. Schreibt an Redaktion „Pünktchen“, PF 800326, 99029 Erfurt.*

*Ich wünsche euch, euren Eltern und Familien ein buntes Osterfest!*

*Euer Pünktchen!*

*Und hier die Gewinner unseres letzten Quiz in der Weihnachtsausgabe:*

*Jeweils einen Gutschein für den Besuch der Viba-Nougat-Welt haben Theodor H. (9 Jahre) aus 07646 Quirla und Paul F. (9 Jahre) aus 99428 Weimar-Gelmeroda gewonnen. Ein Ticket für den Besuch des Thüringer Zooparks geht an Jana (7 Jahre) aus 99425 Weimar. Herzlichen Glückwunsch!*



#### IMPRESSUM

„Pünktchen in Jena“ Das kostenlose Stadt- und Mitmachmagazin für Kinder.

Herausgeber: teleboulevard-Verlag (c) 2013

Erscheinungsweise: vierteljährlich

Produktion: teleboulevard-Medienproduktion & Marketing, Weimarerische Strasse 45, 99099 Erfurt,

Postadresse: PF 80 03 26, 99029 Erfurt

Tel.: 0361 - 654 98 54, Fax: 032221329718, E-mail: [info@teleboulevard.com](mailto:info@teleboulevard.com) [www.teleboulevard.com](http://www.teleboulevard.com)

Redaktion: Sandra Daneyko, Anna Swirin, Tommy Lemm; Lektorat: Sandra Daneyko

Gesamtgestaltung, Grafik und Satz: Anna Swirin [www.webdesignatelier.de](http://www.webdesignatelier.de)

Text Osterspaziergang; Text, Fotos „Einfach Lecker“: Yvonne Andrä, [www.1meter60-film.de](http://www.1meter60-film.de)

Osterrätsel: Franziska Bucklich und Christin Appenrodt, Erzieherklasse 5 (1.AJ), IFBE-Bildungszentrum Comic „Pünktchens Abenteuer“: Cindy Rappsilber, Erzieherklasse 5 (1.AJ), IFBE-Bildungszentrum

Text, Fotos „Elefanten auf der Autobahn“: Thüringer Zoopark Erfurt, Am Zoopark 1, 99087 Erfurt

Text, Fotos „Goldener Spatz“: Kindermedienstiftung „Goldener Spatz“, Büro Erfurt

Rechte Maskottchen Figur „Marienkäfer“: Anna Swirin

„Pünktchen“ ist Lehr-Medienprojekt des IFBE-Bildungszentrum Erfurt

Vermarktung, Werbeanzeigen und Sponsoring: punktgenau, Knebelstraße 16, 07743 Jena,

Tel.: 03641 35040-43, Fax: 03641 35040-49

E-Mail: [puenktchen@punktgenau-zu-dauerkunden.de](mailto:puenktchen@punktgenau-zu-dauerkunden.de)

Wir danken dem Thüringer Zoopark Erfurt, dem IFBE-Bildungszentrum, der Saxonia Media Filmproduktion GmbH - Produktionsbüro „Schloss Einstein“ Erfurt, der Kindermedienstiftung „Goldener Spatz“ sowie dem Amt für Bildung der Stadtverwaltung Jena für ihre Mitwirkung und Unterstützung.

# In diesem Heft kannst du lesen:

**Einladung  
zum Weideauftrieb  
am 28. April!**



Urlaub auf dem Reiterhof und vieles mehr  
unter: [www.haflinger-in-meura.de](http://www.haflinger-in-meura.de)

Impressionen, Pferderomantik und ein  
Blick hinter den harten Arbeitsalltag auf  
Europas größtem Haflinger-Gestüt gibt es  
in der nächsten Ausgabe von „Pünktchen“!

*(Ferien- und Sommerausgabe erscheint am 01.06.13)*



## Österliches für die ganze Familie

Osterspaziergang	4
Osterrätsel	6
Ausmalbild	7

## Bei Giraffe, Nashorn & Co.

Elefanten auf der Autobahn	8
----------------------------	---

## Pünktchen beim Kinderfilm

Pünktchen zu Gast bei Schloss Einstein	10
Goldener Spatz 2013	13

## Pünktchens Abenteuer

Pünktchens Abenteuer (Comic)	14
------------------------------	----

## Einfach Lecker

Das falsche Spiegelei	16
-----------------------	----

## Pünktchens Sprechstunde

Was ist ein Heuschnupfen?	17
---------------------------	----

## Wir zeichnen und malen

Zeichenspaß	18
-------------	----

# Der Osterhase kommt



**S**chon seit vielen Hunderten von Jahren spielen das Ei und der Hase eine große und wichtige Rolle für die Menschen. Aber wieso kommen die beiden zusammen und was hat das mit Ostern zu tun. Das ist wirklich eine ganz schwierige Frage, aber ich versuche mal, sie dir zu beantworten.

Früher lebten hier bei uns die Germanen und die glaubten, dass der Hase ein Bote der Frühlingsgöttin Ostara wäre. Denn wenn die Hasen über Felder und Wiesen hoppelten und die Hasenmütter süße Häschen zur Welt brachten, spätestens da wussten alle, dass der Winter vorbei und der Frühling endlich da war.

Und noch mal viele hundert Jahre später wurde es zur Tradition, dass man zu Ostern Eier in der Kirche weihte.



Ostern wird jedes Jahr an einem anderen Termin gefeiert, denn der Termin richtet sich nach dem Mond: Ostern ist immer am Sonntag nach dem ersten Frühlingsvollmond. Deshalb ändert sich das Datum für das Osterfest jedes Jahr. Aber immer liegt es zwischen dem 22. März und dem 25. April.



Die schönen ovalen Eier wurden als Symbol des Lebens angesehen, denn wenn sich aus der harten, kalten Schale kleine flauschige, lebendige Küken picken, ist das schon so etwas wie ein geheimnisvolles Wunder. Und stell dir vor, es gab Zeiten, da waren die Eier so kostbar, dass man statt mit Geld mit Eiern bezahlte. (Mehr dazu erfahrt ihr auf Seite 7 im Text „Warum verschenkt man Ostereier?“). Eier also waren etwas Besonderes.

Und irgendwann, hatte irgendjemand, irgendwo den wunderbaren Einfall, dass es doch gewiss die Hasen wären, die zu Ostern die Eier bringen würden. Denn bei- des gab es zur Osterzeit in Hülle und Fülle. Auch wenn in manchen Gegenden die Leute noch lange glaubten, dass Fuchs, Storch, Hahn oder gar der Kuckuck für die Lieferung der runden Ostergaben zuständig seien, heute wissen es natürlich alle, dass die Langohren für uns die Eier verstecken.

In Weimar wussten die Kinder spätestens seit 1777, dass Ostern ein wunderbares Kinderfest ist. Denn in dem Jahr öffnete der große Dichter Johann Wolfgang Goethe erstmals seinen Garten in Weimar zum „Haseneiersuchen“. Er lud die Kinder seiner Freunde dazu ein, denn er mochte Kinder gern und hatte seine Freude daran, wenn sie aufgeregt auf der Suche nach den Eiern waren. Bis zu seinem Lebensende wurde Ostern dann im Park an der Ilm und seinem Garten zum Eiersuchfest.

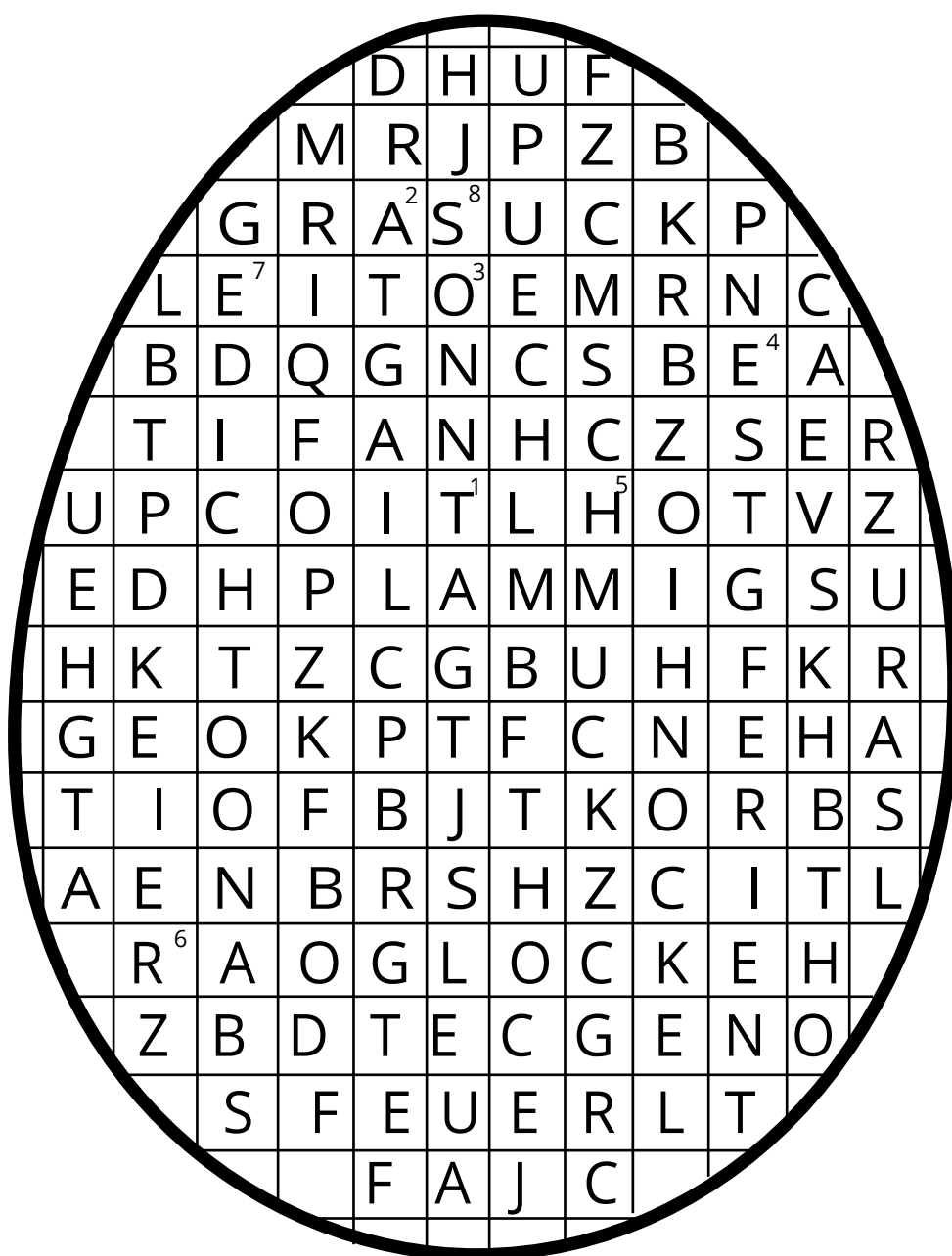
Und jetzt musst du dir etwas ganz Wichtiges merken. Denn auch du kannst noch heute diese schöne Tradition erleben und die süßen Gaben im Park suchen. Am 28. März, also am Gründonnerstag beginnt 10 Uhr die Suche auf der Wiese vor dem Goethe-Gartenhaus. Und alle Kinder können kommen. Auch du. Denn selbst wenn Goethe schon lange nicht mehr da ist, der Osterhase kommt zuverlässig. Jedes Jahr!

Wenn du noch Fragen zum Osterbrauch, persönliche Fragen an den Osterhasen oder nur den Wunsch hast, dass der Osterhase dir persönlich schreibt, dann kannst du das tun, denn in dem kleinen Ort Ostereistedt gibt es die „Osterhasenzentrale“ von Hanni Hase. Seine Adresse lautet: Herrn Osterhase Hanni Hase, Am Waldrand 12, 27404 Ostereistedt Du kannst ihm aber auch eine E-Mail schreiben. [hanni-hase@selsingende.de](mailto:hanni-hase@selsingende.de).



# Suchrätsel

Im folgenden Rätsel kannst du elf verschiedene Worte finden. Wenn du alle gefunden hast und die Zahlen vollständig sind, kannst du dir das Lösungswort zusammen basteln.



Lösungswort





THÜRINGER  
**ZOO**  
**PARK**  
ERFURT

# Erfurter Elefanten auf der Autobahn

**E**lefanten auf der Autobahn – geht so was? Ja, natürlich sind die grauen Rüsseltiere nicht zu Fuß unterwegs. Sie fahren mit einem speziellen „Elefanten-Reisemobil“. Bis nach Sigean in Südfrankreich.

Machen die Erfurter Elefanten „Csami“ und „Seronga“ Urlaub? Nein, beide Elefantendamen werden in Frankreich heiraten und dann hoffentlich ihre kleinen Elefantenbabys aufziehen.

Denn in Erfurt gibt es für beide keinen geeigneten Partner. Das alte Elefantenhaus ist für einen Bullen, wie man den männlichen Elefanten nennt, nicht geeignet. Viele Jahre wurde deshalb in ganz Europa ein passender Bräutigam gesucht. Und nun im Zoo in Sigean gefunden.

Also müssen die beiden im März umziehen. In Afrika würden sich die Elefanten in der Savanne treffen und zu Fuß umherziehen. Das geht bei uns in Europa natürlich nicht. Die Strecke ist viel zu weit. In ein normales Auto passen aber weder „Csami“ noch „Seronga“ rein. Auch nicht, wenn sie sich ganz klein machen und den Rüssel aus dem Fenster hängen lassen. Deshalb braucht man das spezielle „Elefanten-Reisemobil“.

Wie in einem Auto gibt es dort drin eine Heizung und eine Klimaanlage. Denn sonst würde es den Elefanten ganz schnell zu kalt werden. Allerdings gibt es keine Fenster – denn eine



Gemeinsam mit Seronga reist Csami (im Bild) bald in einem speziellen Reisemobil über die Autobahn.  
Foto: Zoo Erfurt



Die beiden Elefantendamen Akili und Chupa aus Frankreich ziehen im März in den Erfurter Zoo. Foto: Zoo Sigean

normale Glasscheibe könnten die Elefanten mit dem Rüssel oder Stoßzahn einfach rausdrücken. Und dann würde es im Reisemobil sehr kalt werden! Anders als im Auto gibt es keinen Teppich auf dem Fußboden. Dafür gibt es eine dicke, weiche Matte aus Stroh. Elefanten brauchen auch keine Autositze. Sie fahren im Stehen. Elefanten können übrigens im Stehen auch schlafen!





Wenn Akili und Chupa alt genug sind, soll es in Erfurt Elefantensbabys geben. Foto: Zoo Sigean

Klar gibt es auf der langen Reise auch etwas zu essen - Äpfel und Möhren als Leckerli, außerdem Heu und Stroh. Da die Elefanten sehr große Tiere sind, haben sie auch viel Appetit. So viel, das extra ein zweites nur mit Futter beladenes Auto mitfährt. Keine Sorge, auch im Erfurter Zoo gibt es weiterhin Elefanten. „Safari“, die dritte Elefantenkuh bleibt da. Und sie bekommt zwei neue Freundinnen aus Frankreich. Denn in Sigean wohnen noch „Akili“ und „Chupa“ bei ihrem Vater. Beide sind bald alt genug, um eine eigene Familie zu gründen und zuhause auszuziehen.

Wenn „Csami“ und „Seronga“ dann aus dem Reisemobil ausgestiegen sind, wird alles saubergemacht – denn ein Klo gibt es darin nicht. Und Elefanten gehen sowieso nicht auf eine Toilette. Wenn der Elefant muss, dann muss er. Genau da, wo er gerade geht oder steht – auch im Auto. Also wird alles geschrubbt, bevor „Akili“ und „Chupa“ einsteigen können. Da die beiden ja mal Elefantenmamas werden sollen – noch sind sie dafür zu jung – wird im Zoopark Erfurt ein neues, großes Elefantenhaus gebaut. In diesem Haus kann dann auch ein Bulle leben. Da Elefanten aber sehr große Tiere sind, muss das Haus auch sehr, sehr groß sein. So etwas zu bauen, dauert sehr lange. Seit einem Jahr wird schon gebaut und noch ein weiteres Jahr müssen die Handwerker arbeiten, bis alles fertig ist.

Dann werden „Safari“, „Akili“ und „Chupa“ noch einmal in das „Elefanten-Reisemobil“ steigen und zur neuen Elefantenanlage beim Bauernhof fahren.



### 31.03. und 01.04., ab 10:00 Uhr - Osterfest

Für die kleinen Zoobesucher hält der Osterhase bunte Leckereien im Zoopark und im Aquarium bereit. Auch viele Tierkinder freuen sich über einen Osterbesuch.

### 20. Mai, ab 10 Uhr - Kindertag am Pfingstmontag

Heute sind die Kleinsten die Größten. Neben einem bunten Bühnenprogramm gibt es jede Menge Spiel und Spaß auf der Festwiese zu erleben.

### Samstag, 1. u. 8. Juni, ab 18 Uhr - Tropennächte

Erleben Sie den Zoopark mit Tropenflair. Es erwartet Sie ein spektakuläres Programm mit großem Feuerwerk. Orientalische Klänge, karibische Musik und heiße Trommelrhythmen bringen die Luft zum Beben. Auf den Wegen zu den Bühnen begegnen Ihnen Fantasie- und Stelzenwesen sowie unsere Zooparktiere.

Weitere Informationen unter [www.zoopark-erfurt.de](http://www.zoopark-erfurt.de)





## Pünktchen zu Gast bei Schloss Einstein

Schon zweimal hat die beliebte Serie „Schloss Einstein“ den „Goldenen Spatz“ gewonnen: 1999 mit der Folge 11 und 2010 mit der Folge 581

Grund genug für Pünktchen, einmal direkt am Schauplatz des Films zu sein, um die Frage zu beantworten: Wer muss alles am Drehort dabei sein, damit „Schloss Einstein“ schließlich als Spielfilm entstehen kann? Pünktchen stellt euch einige wichtige Leute vor.



### Die Regie



Regisseur Frank Stoye erklärt den Darstellern die Handlung aus dem Drehbuch

Die Regie ist am Filmset sehr bedeutend, sie ist sozusagen die Spielleitung. Sie bestimmt in Zusammenarbeit mit der Redaktion, Produzent/ Producer, der Kamera und Autor, wie die Schauspieler spielen müssen, damit die Handlung glaubhaft dargestellt wird. Aber auch die Auswahl der Drehorte, die Anzahl der Haupt- und Nebendarsteller oder das Schneiden des Films sind weitere Aufgaben der Regie.

## Die Kamera



Der Kameramann Falk Fleischer (rechts) stimmt sich mit dem Regisseur ab

Die Kamera fängt die Handlung, auch „Szene“ genannt, mit der Kamera ein. Es erfolgt die Abstimmung mit der Regie, ob ein Schauspieler zum Beispiel ganz nah oder weiter weg aufgenommen werden soll. Damit können zum Beispiel Gefühle der Darsteller künstlerisch im Film unterstützt werden. Zum Beispiel, wenn ein weinendes Kind ganz nah aufgenommen wird, also nur das Gesicht gezeigt wird, vermittelt das dem Zuschauer das Gefühl von Traurigkeit. Wird das weinende Kind danach mit der Kamera

so aufgenommen, dass es allein auf einer großen Wiese steht, vermittelt es dem Zuschauer das Gefühl von Einsamkeit.

## Die Beleuchter



Oberbeleuchter Frank „Ossi“ Wagner gibt Anweisungen für die Beleuchtung

Die Beleuchter sorgen für die richtige Ausleuchtung der Szene. Die Beleuchter stimmen sich dabei mit den Kameraleuten ab, die bei Schloss Einstein die Verantwortung für die Bildsprache haben.

## Die Kostüm- und Maskenbildner



Maskenbildnerin Sandy Hänsel kontrolliert die Schminke an den Augen.

Die Kostüm- und Maskenbildner unterstützen mit der Auswahl der Kleidung und des Make-Ups den Charakter der Rollen. Die Kostümbildner sorgen für die richtige Kleidung, die zur Handlung passt. Die Maskenbildner arbeiten bei Schloss Einstein mit leichter Schminke, dem sogenannten „Make up“, um zum Beispiel Pickel zu verdecken oder je nach Charakter der Rolle zu verstärken.

## Die Requisiteure



Die Requisiteure Antje Goldmann und Christian Witter beim „Wettermachen“

Die Requisiteure sind für alles verantwortlich, was im Bild zu sehen ist, vom Bleistift bis zur Einrichtung im Kinderzimmer. Bei Schloss Einstein wird fast alles selbst gebaut: Möbel, Wände oder Sofaecken. Am Drehort achten die Requisiteure darauf, dass alles am richtigen Platz steht.



## Die Aufnahmeleitung

Die Aufnahmeleitung organisiert den gesamten Drehablauf, wie zum Beispiel den Einsatz der Kameraleute, Techniker oder Darsteller. Sie ist aber auch für schwierige Situationen zuständig, zum Beispiel, wenn das Wetter plötzlich nicht mit spielt und vielleicht kurzfristig ein im Außenbereich geplanter Drehtag dann kurzfristig nach innen verlagert werden muss.



Set-Aufnahmeleiter Tony Schmidt hält dem Regisseur den Stuhl frei

## Das Script-Continuity

Das Script-Continuity ist der „Sekretär“ am Set. Die besten Aufnahmen werden aufgeschrieben, damit die Regie diese später beim Schneiden verwenden kann. Außerdem wird darauf geachtet, dass die Logik der hintereinander folgenden Szenen stimmt, zum Beispiel, dass die Darsteller in einer Szene, die sich ja aus mehreren Aufnahmen, sogenannten „Einstellungen“, zusammen setzt, auch immer das gleiche Kostüm tragen.



Script-Continuity Thomas Jankowski bei Dreharbeiten an der Gera.

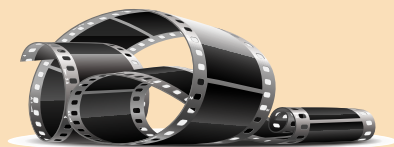
## Die Kinderbetreuer

Die Kinderbetreuer sorgen für eine gute Stimmung der Kinderdarsteller und achten darauf, dass sie Mittag essen oder begleiten sie am Drehort zur Maske und zu den Kostümbildnern. Und wenn eine Drehpause ist, werden die Kinder bei den Hausaufgaben unterstützt. Denn die Kinderdarsteller müssen auch weiterhin ihren schulischen Aufgaben gerecht werden.



Kinderbetreuer Steffen Stibbe stimmt die Kinderdarsteller Ferdinand und Sabrina auf die nächste Szene ein.

## Was ist das „Filmset“?



Den Ort, wo die Aufnahmen mit einer Kamera von den Schauspielern gemacht werden, also den Schauplatz der Handlung, nennt man in der Filmsprache auch „Motiv“. Um ein Motiv, also den gesamten Ort der Handlung und das, was da gerade von den Schauspielern gespielt wird, so aufzunehmen, damit es im Film richtig echt aussieht, müssen viele wichtige Leute am Drehort sein, so unter anderem: Regie, Kamera, Ton, Beleuchter, Requisiteure, Maskenbildner, Aufnahmeleitung, Kinderbetreuer und natürlich die Schauspieler. Wenn alle gleichzeitig am Drehort, also am Motiv sind, nennt man das „Filmset“ oder kurz „Set“. Dazu kommen noch viele andere Helfer, die zum Beispiel Kabel verlegen, den Drehort absperren, für die Verpflegung sorgen oder die Autos für die umfangreiche Technik fahren.



# „Goldener Spatz“ ist im Anflug

**B**ald ist es wieder soweit: Vom 26. Mai bis 1. Juni geht es beim Kindermedienfest „Goldener Spatz“ wieder rund um Filme und Spiele für euch. Sieben Tage lang – zunächst in Gera und dann ab 29. Mai in Erfurt könnt ihr euch auf ein außergewöhnliches Programm der besten Film- und Fernsehproduktionen sowie Onlineangebote freuen. Auch Darsteller, Regisseure, Produzenten oder Autoren werden erwartet, die gern eure Fragen beantworten. Mit etwas Glück lernt ihr sogar euren Lieblingsdarsteller aus dem eben gesehenen Film kennen.

Die Preisverleihung der „Goldenen Spatzen“ ist der Höhepunkt des Festivals. Am 31. Mai um 15 Uhr ist es im Theater Erfurt soweit. Einen Tag später, am 1. Juni, könnt ihr um 9.30 bzw. 11.30 Uhr die frisch gekürten Preisträgerfilme sehen.



## **Wo gibt es die Karten und was kosten sie**

Tickets gibt es ab 8. April an den Kinokassen in der Uci Kinowelt Gera und im CineStar Erfurt, sowie telefonisch unter (0365) 55 22 800 bzw. (0361) 66 38 617. Karten für einen Kinobesuch inkl. Hin- und Rückfahrt mit GVB bzw. EVAG im Stadtgebiet gibt es ab drei Euro. Wer möglichst viele Filme sehen möchte, für den lohnt sich das Spatz-Dauerticket für 7 Euro. Lehrer und Erzieher, die Schulklassen bzw. Kindergartengruppen begleiten, haben freien Eintritt.



Weitere Infos ab 8. April  
unter: [www.goldenerspatz.de](http://www.goldenerspatz.de)

# DAS OSTEREI

erzählt und gezeichnet von Cindy Rappsilber



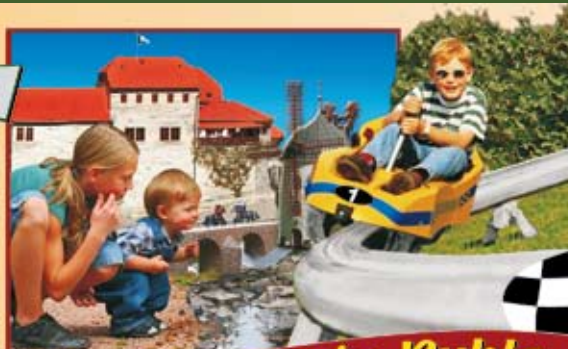


## mini-a-thür

Mehr als 100 detailgetreue Modelle von bedeutenden Bauwerken aus Thüringen und liebevoll gestaltete Alltagsszenen lassen die Modellwelt fast real erscheinen.

Genießen Sie die frische Bergluft unweit des Rennsteigs! Legen Sie zwischendurch eine Rast in unserer Gaststätte ein und dann auf zum Spielplatz, zur Modellbootanlage ...

Miniaturenpark - Gaststätte mit Terrasse, Modelleisenbahnen, Modellbootanlage, Spielplatz, Freigehege, Mini-Skooter u. viel mehr - Erlebnisrodelbahn



## Freizeitpark in Ruhla

einzigartig in Thüringen

www.mini-a-thuer.de  
99842 Ruhla, Geschw.-Scholl-Str., Tel.: 036929/8 00 08 u. 6 09 04

## Erlebnisrodelbahn

Spüren Sie den Fahrtwind in den Haaren und das Prickeln auf der Haut!

Auf der Erlebnisrodelbahn geht es mit max. 40 km/h rasant talwärts. Die Steilstrecke, die vielen Kurven und die erhöhte Sitzposition auf der Schiene machen die Überwindung von 111 m Höhenunterschied zu einem prickelnden Erlebnis.

Ostern/April bis 31. Oktober täglich 10 - 18 Uhr \*  
\* Öffnungszeiten im Oktober bis 17 Uhr  
\* Öffnungszeiten Erlebnisrodelbahn witterungsabhängig

# Pünktchens Geheimrezept: Das falsche Spiegelei



## Du brauchst:

Zutaten:

500 g Quark,

100 ml Milch,

50 g Zucker,

eine Dose Pfirsiche, ein  
kleines Stück Schokolade

Küchenutensilien:

Schüssel, Schneebesen,

Kelle, Küchenreibe, Löffel

und eine Küchenschürze  
(Achtung, es spritzt leicht  
beim Rühren)

Eigentlich muss man ein Spiegelei ja braten. Auf dem Herd. Aber vielleicht traust du dir das noch nicht? Und du willst deine Eltern trotzdem zum Osterfrühstück mit einem herrlichen frischen Spiegelei überraschen. Dann kann ich dir einen tollen Tipp geben, wie du ein Spiegelei ganz ohne Herd zaubern kann.



Du verrührst den Quark mit Milch und Zucker und kleckst einen großen Schwapp davon auf einen Teller. Das ist jetzt schon mal das Eiweiß.

Die Dose lässt du dir vielleicht doch von jemandem aufmachen, der das schon kann. Dann nimmst du einen halben Pfirsich und setzt ihn in die Mitte vom Eiweiß. Schon ist das Spiegelei fertig. Fast fertig.

Denn natürlich muss so ein richtig gutes Spiegelei auch gewürzt werden. Dafür streuselst du ein bisschen Zucker oben drauf und raspelt mit einer Küchenreibe Schokolade obendrauf.

Fertig ist dein mit „Salz“ und „Pfeffer“ gewürztes (falsches) Spiegelei.



Fünf kleine oder vier große Spiegeleier kannst du mit diesem Rezept machen. Wenn dann noch der Tisch gedeckt ist und auf jedem Platz Spiegeleier, dann werden deine Eltern Augen machen!



*Guten Appetit!  
Dein Pünktchen*



# Was ist ein Heuschnupfen?



**K**laus, Peter und Karin sind gute Freunde. Doch manchmal, wenn sie zusammen sind, wundern sie sich. Im Frühjahr, wenn alles erblüht und der Blütenstaub durch die Luft fliegt, muss Klaus immer heftig niesen.

Er hat Heuschnupfen. Dasselbe passiert Karin, wenn sie mit Peters Katze in Berührung kommt. Und Peter kann keine Tomaten essen, dann bekommt er sofort rote Flecken auf der Haut und es juckt.

Was ist passiert? Alle drei Freunde haben eine sogenannte Allergie. Was ist eine Allergie?

Unser Körper hat ein Schutzsystem für unsere Gesundheit, das Immunsystem. Krankheitserregende Bakterien und Viren, die in unseren Körper eindringen, werden vom Immunsystem gefunden und bekämpft, damit wir nicht krank werden. Manchmal aber irrt sich das Immunsystem und bekämpft Dinge, die für unseren Körper gar nicht schädlich sind, zum Beispiel den Blütenstaub der erblühenden Gräser im Frühjahr. Daher auch der Name „Heuschnupfen“. Oder Katzenhaare oder Tomaten. Dann juckt die Haut, es gibt Flecken oder man muss niesen. Eine Allergie ist also ein Fehlalarm unseres Körpers, also eine überempfindliche Reaktion auf Einflüsse, auf die der Körper normalerweise nicht abwehrend reagiert.

**Am besten täglich Staubsaugen und Wischen.**

**Da die Pollen sich in den Haaren verfangen, vor dem Schlafengehen Haare waschen.**

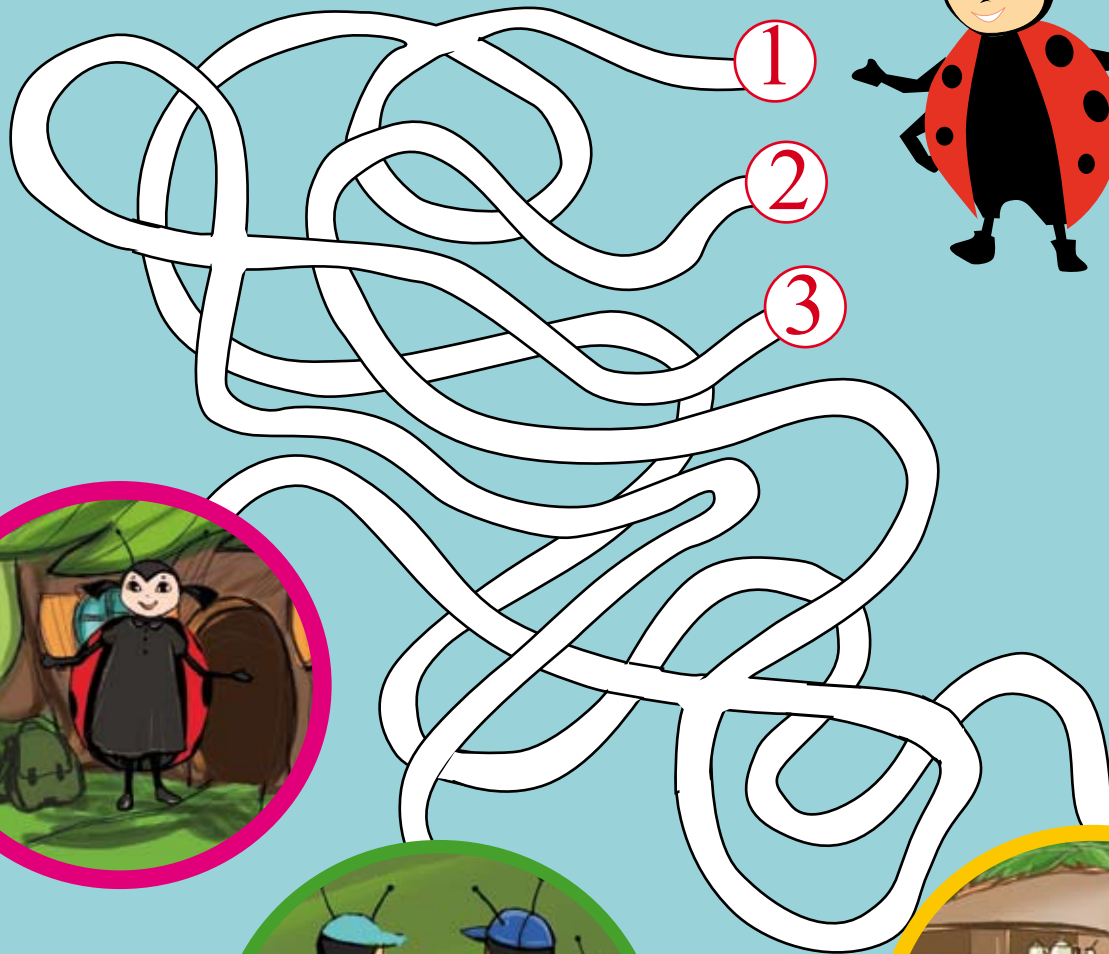
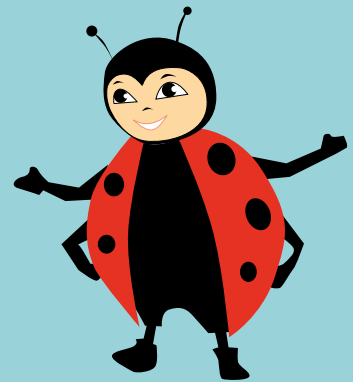
**Pollenvorhersagen im Radio hören, bei großer Pollenbelastung wenig im Freien aufhalten und keinen Sport treiben.**

**Früh lüften, denn in der Stadt herrscht die größte Pollenkonzentration am Abend.**

Das kann manchmal auch gefährlich werden, wenn dadurch zum Beispiel die Atemwege betroffen werden. Wenn du gegen Katzenhaare allergisch bist, meidest du am besten Katzen oder bei einer Lebensmittelallergie isst du das Produkt einfach nicht. Schwieriger ist es bei Heuschnupfen, denn der Blütenstaub - auch „Pollen“ genannt - ist sehr fein und fliegt überall in der Luft herum. Im Infokästchen kannst du lesen, was du gegen den Heuschnupfen machen kannst.

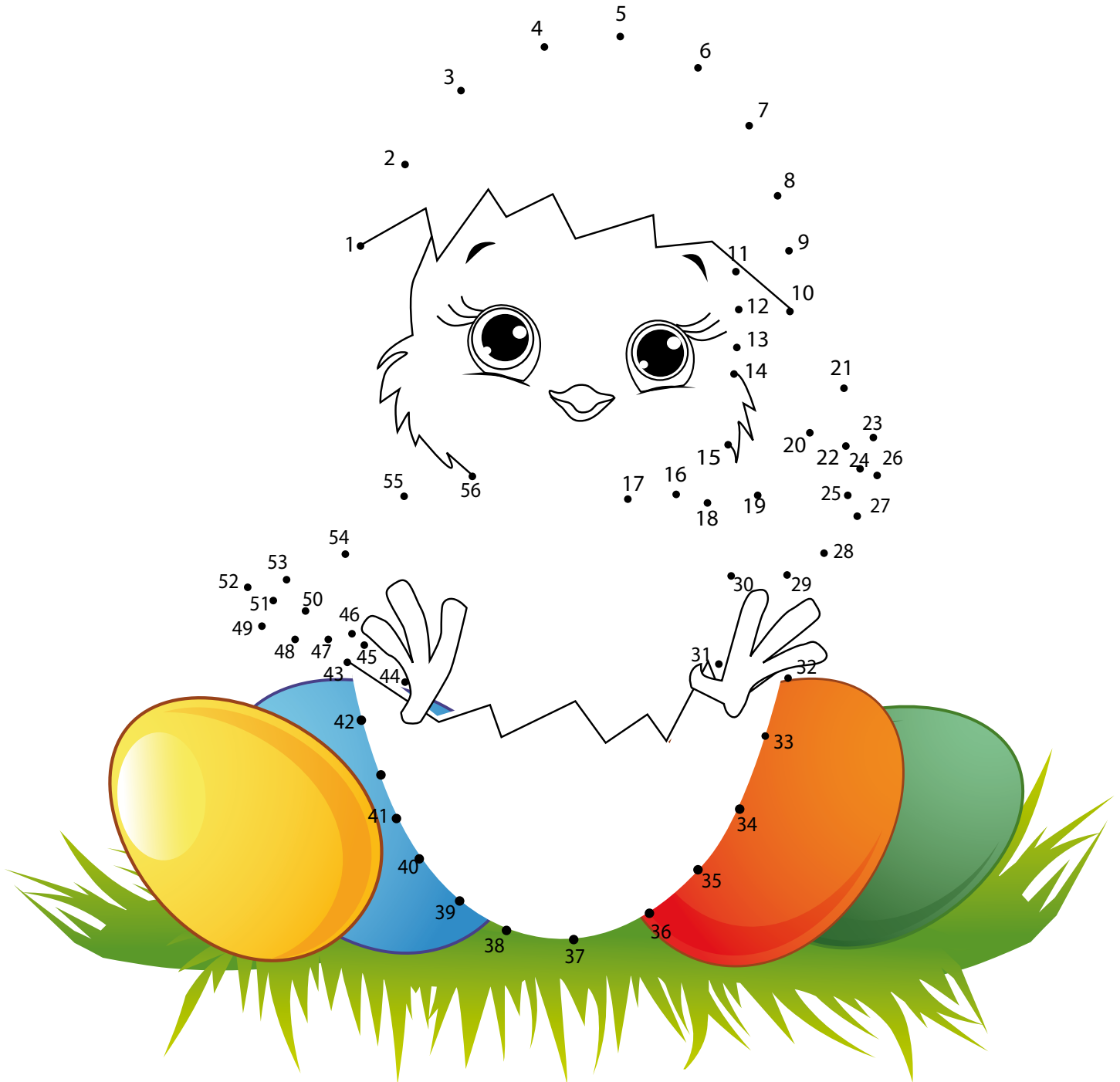
# Finde den Weg!

Püñkchen sucht seine Freunde, hilf dem Marienkäfer bei der Suche und male den richtigen Weg farbìg nach.



# Wer schaut denn da so süß?

Verbinde die Zahlen von Punkt zu Punkt.



Hallo Kinder! Nun kommt wieder unser Quiz!

Sicher habt ihr alles gelesen und zum Abschluss könnt ihr euer Wissen testen. Wenn ihr bei einer Frage nicht weiter wisst, blättert einfach nochmal zurück, alle Antworten stehen in diesem Heft. Kreuzt die richtige Antwort an und sendet diese an:

Redaktion „Pünktchen“, Postfach 80 03 26, 99029 Erfurt

Ihr nehmt dann an einer Verlosung teil, bei welcher es Eintrittskarten für den Thüringer Zoopark Erfurt zu gewinnen gibt. Die Gewinner werden per Post benachrichtigt.\*

1. Welche beiden Elefantenkühe kommen in die neue Elefantenanlage im Erfurter Zoo?

A) Csami und Seronga    B) Safari und Csami    C) Akili und Chupa

2. Welcher Beruf gehört zum so genannten „Filmset“?

A) Pilot    B) Kameramann    C) Straßenbahnfahrer

3. Was ist eine Allergie?

A) eine Überreaktion des Körpers    B) eine Melodie

C) eine ansteckende Krankheit

*\*Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.*

*Name, Vorname , Alter*

---

*Postanschrift*

---

