



Ich heisse **Nils** und bin 11 Jahre alt. Ich bin der mittlere von drei Brüdern. **Das hat Vor- und Nachteile.** Der grössere schreibt auch gern, der jüngere ist gerade erst in die Schule gekommen und kann natürlich noch nicht richtig schreiben. Aber auch ich sitze nicht nur an meinen Texten, sondern bin auch gern draussen und treibe Sport. Früher schwamm ich viel, heute bin ich im Ruderclub Erlenbach ZH. Das gefällt mir sehr gut.

Kinder

## Der Nachwuchs-Krimiautor

*In seiner Freizeit denkt sich Nils gerne eigene Storys aus – am liebsten solche mit einem Kriminalfall. Im Schreibclub lernt der Elfjährige, wie man seine Geschichten gekonnt auf den Punkt bringt.*

Text: Andrea Fischer-Schulthess Bilder: Gabi Vogt

### Mein Hobby

#### Wenn du Fantasie hast und Geschichten liebst,

könntest du ja mal selber eine schreiben. Am besten bringst du Freude am Spielen mit Wörtern und am Umgang mit der Sprache mit. Es gibt nicht so viele Schreibclubs für Kinder. Am besten fragst du in der Schule oder in der Bibliothek nach. Dort sagt man dir, wo du in der Nähe ein Angebot findest. Vielleicht kennst du ja auch andere Kinder, die gern schreiben, und ihr gründet zusammen einen Schreibclub.

### Mein Club

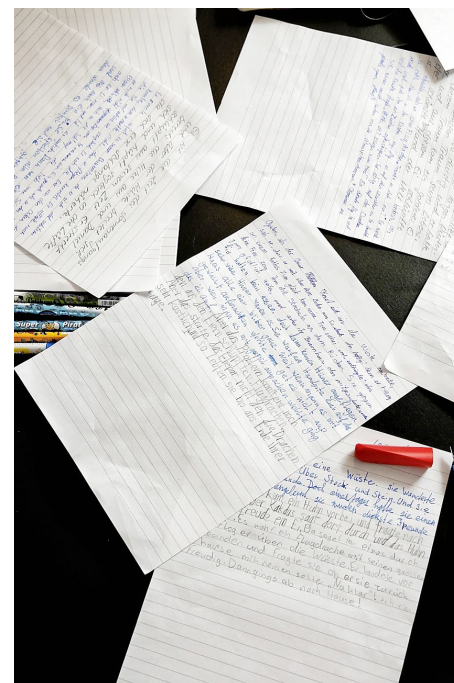
«**Schreibstrom**» ist ein Projekt der Lyrikerin und Begabungsförderin Svenja Herrmann. Die Clubmitglieder treffen sich in Zürich in den Räumlichkeiten des Jungen Literaturlabors Jull.

Infos: [www.schreibstrom.ch](http://www.schreibstrom.ch),  
[www.jull.ch](http://www.jull.ch)

«In der Schule schreibe ich sehr gern Aufsätze. **Lesen mag ich lustigerweise nicht besonders viel**, ausser vielleicht «Die drei Fragezeichen» oder «Harry Potter». Als ich im Kindergarten war, empfahl die Lehrerin meinem grossen Bruder den Schreibclub. Seit der 3. Klasse gehe ich nun auch zu Svenja Herrmann in den Schreibstrom. Dort sind wir im Moment vier Buben und



zwei Mädchen. Zuerst machen wir meistens eine Einführung und konzentrieren uns darauf, was wir hören, riechen, fühlen und so weiter. **Denn mit dem Training der Wahrnehmung werden auch unsere Geschichten besser.** Dann besprechen wir grundsätzliche Dinge: etwa, wie man eine Geschichte plant.



**Dazu erstellen wir eine Mindmap, in der wir alles aufschreiben, was zwischen dem Anfang und dem Ende passiert.** Danach arbeiten wir an unseren Geschichten und tauschen sie auch manchmal untereinander aus, um sie gemeinsam zu besprechen. Klar, man macht sich natürlich auch Sorgen, dass andere vielleicht besser schreiben als man selbst. Aber eigentlich geht es im Schreibclub überhaupt nicht darum, sich zu vergleichen.» **MM**



Gabriela, 13, Gelterkinden BL

**Lebensmittel enthalten Energie.** Diese führen wir beim Essen unserem Körper zu. Wenn wir uns zu viel davon einverleiben, werden wir dick. Darum versuchen viele Menschen, ihre Energiezufuhr zu kontrollieren. Sie rechnen aus, wie viele Kalorien sie sich erlauben können. Der Kaloriengehalt eines Lebensmittels zeigt, wie viel Energie drinsteckt. Experten bestimmen dafür den «Brennwert» eines Lebensmittels, indem sie es verbrennen und messen, wie viel

Energie es freigibt: Eine Kalorie ist die Menge an Energie, die es braucht, um 1 Milliliter Wasser um 1 Grad Celsius zu erwärmen.

**Aber wir Menschen sind doch keine Dampfmaschinen, oder!?** Wir «verbrennen» ja keine Kohlenbriketts (die übrigens sehr viele Kalorien haben). Wir verdauen unser Essen. Das tun wir je nach Lebensweise und Typ sehr unterschiedlich. Deshalb sagen Kritiker, das heute übliche Bestim-

mungssystem sei veraltet und müsse korrigiert werden. Bisher misst es nur, wie viel Energie in unseren Magen und Darm gelangt, aber nicht, wie viel unser Organismus davon wirklich aufnimmt und nutzt. Auch berücksichtigt es nicht, wie ein Lebensmittel verarbeitet wurde. Wenn du zum Beispiel ganze, rohe Mandeln knabberst, nimmst du bis zu einem Drittel weniger Energie auf, als wenn du die gleiche Menge in Form von Mandelmus genießt. MM



**Gabriela Bonin (48)** beantwortet Kinderfragen zu aktuellen Themen.

MIGROS  
**LILIBIGGS**  
**Rätselepass**

**NINAS KLEINES SOMMERRÄTSEL**

1. Wie nennt man Ebbe und Flut noch?

- a) Verzeihen
- b) Gezeiten
- c) Geuhr

2. Welches ist kein Sommermonat?

- a) Oktober
- b) Juli
- c) August

3. Was wächst bei uns im Juni?

- a) Erdbeeren
- b) Baumnüsse
- c) Kohl

4. Was ist UV-Schutz?

- a) Eine Velo-Marke
- b) Schutz vor der Sonne
- c) Eine Unfall-Versicherung



Lösung:  
1.b, 2.a,  
3.a, 4.b

Nina, Tobi und Hugo wollen eine Gemüsesuppe kochen. Auf dem Gestell findest du verschiedene Lebensmittel. Eines passt aber ganz sicher nicht ins Rezept der Lilibiggs. Weisst du, welches? Kreise es ein!



Lösung: Der Cupcake gehört nicht in die Gemüsesuppe.

Entdecke die fantastische Welt der Lilibiggs

Hier erwarten dich:

- lustige Spiele
- tolle Basteltipps & Malvorlagen
- spannende Geschichten und vieles mehr ...



[www.lilibiggs.ch](http://www.lilibiggs.ch)