De Piwitsch

Fir d'Welt besser ze verstoen

Nummer 18 — Für die Zyklen 3 und 4 — Januar 2026

S. 4

Die Nase

Ein Superorgan mitten im Gesicht

S. 7

Olympische Spiele
Die Winterspiele 2026

S. 12

Zöliakie
Wenn Pizza und Nudeln krank machen

S. 18

Gitt eens!
Eng Geschicht vum Anne-Marie Reuter

Dat ass dran

4 **Die Nase**
Ein Superorgan mitten im Gesicht

7 **Die Olympischen Winterspiele 2026**
Mailand und Cortina d'Ampezzo

10 **Kinderfrage**
Wie funktioniert ein Wasserturm?

12 **Wenn Pizza und Nudeln krank machen**
Die Krankheit Zöliakie

14 **Interview**
Léinis Alltag mit Zöliakie

15 **Rezept**
Kürbis-Gnocchi mit Salbeibutter

16 **La reliure**
Un métier qui protège les livres

18 **Gitt eens!**
Eng Liesgeschicht vum Anne-Marie Reuter

22 **Mini-Redaktioun**
Helperknapp

24 **Piwifun**

Liebe Kinder,

im Winter ist schnell mal die Nase verstopft. Das nervt, denn die Nase ist wichtig. Sie hilft beim Atmen, Riechen und Schmecken. *De Piwitsch* hat sich diesen erstaunlichen Körperteil genauer angesehen.

In wenigen Wochen finden die Olympischen Winterspiele in Italien statt, in Mailand und Cortina d'Ampezzo. Dort treten über 10.000 Sportlerinnen und Sportler gegeneinander an. Was aber wird aus den Winterspielen, wenn es wegen dem Klimawandel immer weniger Schnee gibt?

Wusstet ihr, dass manche Menschen von Nudeln oder Pizza krank werden? Das passiert, wenn sie Zöliakie haben. Wir haben mit Léini gesprochen. Sie erzählt, wie sie mit dieser Erkrankung lebt. Entdeckt außerdem die Antwort auf die Kinderfrage: Wie funktionieren Wassertürme? – mit Experiment zum Selbermachen. Auch beim Rezept für Kürbis-Gnocchi ist euer Einsatz gefragt!

Die kalte Jahreszeit ist perfekt zum Schmökern. Ihr habt gerade kein Buch parat? Entdeckt auf Seite 18 eine tolle Geschichte von Anne-Marie Reuter! Mit Büchern beschäftigt sich auch Danielle Köller-Willems. Sie ist Buchbinderin und hat dem *Piwitsch* ihr faszinierendes Handwerk gezeigt. Auch die Mini-Redaktioun aus Helperknapp hat sich für ein Handwerk interessiert: Die Nachwuchsreporterinnen und -reporter haben eine Glasbläserin besucht.

Viel Spaß beim Lesen, Kochen und Entdecken!

Euer *Piwitsch*-Team

LIEBE LEHRPERSONEN,

alle Artikel sind auf www.piwitsch.lu sowohl auf Deutsch als auch auf Französisch verfügbar. Neben der Printausgabe erscheint dort der „Artikel der Woche" zu einem aktuellen Thema. Melden Sie sich für den Newsletter an, damit Sie nichts verpassen! https://piwitsch.lu/newsletter

Impressum:
Eng Publikatioun vum
MENJE/SCRIPT
L-2926 Lëtzebuerg
Kontakt: info@piwitsch.lu
ISSN: 3093-2971

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse

SCRIPT

Die „Mini-Redaktioun“ des *Piwitsch*

Deine Klasse wird Medien-Profi!

Was ist die „Mini-Redaktioun“?

Bei der „Mini-Redaktioun“ werden Schülerinnen und Schüler selbst zu Journalistinnen und Journalisten. Gemeinsam mit der Redaktion des *Piwitsch* entwickelt die Klasse ein eigenes Medienprojekt: einen Zeitungsartikel, einen Radiobeitrag, eine Audio-Reportage oder ein Video. Am Ende erscheinen die fertigen Beiträge im *Piwitsch*.

Was bringt die „Mini-Redaktioun“ deiner Klasse?

Die Arbeit an einem echten Medienprodukt fördert:

- Lesekompetenz und Schreibkompetenz
- kritischen Umgang mit Informationen
- Teamarbeit und Verantwortung
- Selbstbewusstsein, wenn der eigene Beitrag veröffentlicht wird

Wie läuft das Projekt ab?

Ihr wählt in der Klasse gemeinsam ein Thema. In eurer Gemeinde gibt es vielleicht Menschen, die besondere Berufe ausüben. Ladet eine Persönlichkeit in die Klasse ein! Oder vielleicht gibt es bei euch interessante Orte und Geschichten, über die ihr etwas schreiben wollt.

Ihr lernt Schritt für Schritt, wie man recherchiert, Fragen stellt, Informationen ordnet und daraus einen verständlichen Artikel oder eine spannende Reportage macht.
Das *Piwitsch*-Team begleitet die Klasse vom ersten Themenvorschlag bis zum fertigen Beitrag und erklärt unterwegs die Grundlagen von Journalismus und Medien.

Was ihr zu sagen habt, ist wichtig! Teilt es anderen mit – im *Piwitsch*!

Anmeldung und Kontakt

Du bist Schülerin oder Schüler: Frag deinen Lehrer oder deine Lehrerin, ob eure Klasse mitmachen kann!

Lehrer und Lehrerinnen schreiben für Anfragen und Anmeldungen an:
minired@piwitsch.lu

Weitere Informationen und Beispiele von vergangenen Projekten findest du auf:
www.piwitsch.lu/mini-redaktiounen

Wir freuen uns auf euer journalistisches Projekt!

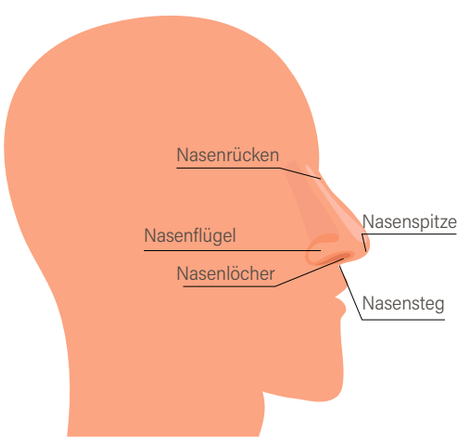
Die Nase

Ein Superorgan mitten im Gesicht

TOP THEMA

Photo: Shutterstock / Hakase 420

Die menschliche Nase sieht vielleicht klein aus, ist aber ein echtes Multitalent! Sie hilft beim Riechen, Atmen, Schmecken und sogar beim Schutz vor Krankheiten. In diesem Artikel erfährst du, was die Nase alles kann und warum sie so wichtig für den Körper ist.



Im Spiegel siehst du nur den äußeren Teil deiner Nase.
Grafik: Shutterstock / Ksu Design

So ist die Nase aufgebaut

Die Nase ist nicht einfach eine Öffnung für Luft im Gesicht. Sie macht auch etwas mit der Luft, die du einatmest. Hinter den Nasenlöchern befinden sich die Nasenhöhlen. Sie sind mit einer Schleimhaut ausgekleidet. Diese Schleimhaut ist ständig ein bisschen feucht. Sie hilft, die eingeatmete Luft zu reinigen. In deiner Nase gibt es außerdem winzige Härchen, die helfen, deine Atemwege sauber und gesund zu halten.

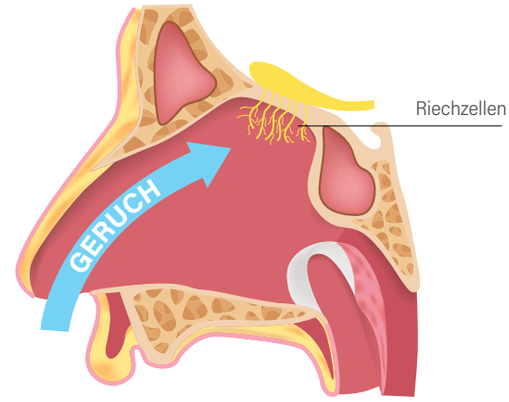
Die Luft in deiner Nase liefert Informationen über deine Umgebung. Wenn du zum Beispiel an einer Blume riechst, werden Duftstoffe eingeatmet. Die Duftstoffe reizen die Riechzellen. Diese senden dann blitzschnell Signale an dein Gehirn: „Das riecht nach Rose!“ Und vermutlich auch: „Das riecht aber gut!“

Mit der Nase sprechen?!

Die Nase hilft beim Sprechen! Weil sie hohl ist, kann sie die Stimme zum Klingen bringen. Sie bewirkt, dass sich die Stimme voller und wärmer anhört. Teste es selbst: Versuche zu reden, während du dir die Nase zuhältst! Du hörst sofort, wie anders deine Stimme klingt!

Die Nase als Atemweg

Die Nase ist der wichtigste Eingang für frische Luft. Bei der Atmung durch die Nase wird die Luft auf dem Weg zur Lunge erwärmt, befeuchtet und von Schmutz gereinigt. Winzige Härchen und der Schleim in der Nase fangen Staub, Pollen und sogar Bakterien ab. So schützt die Nase vor Krankheiten und sorgt dafür, dass möglichst saubere Luft in die Lunge gelangt.

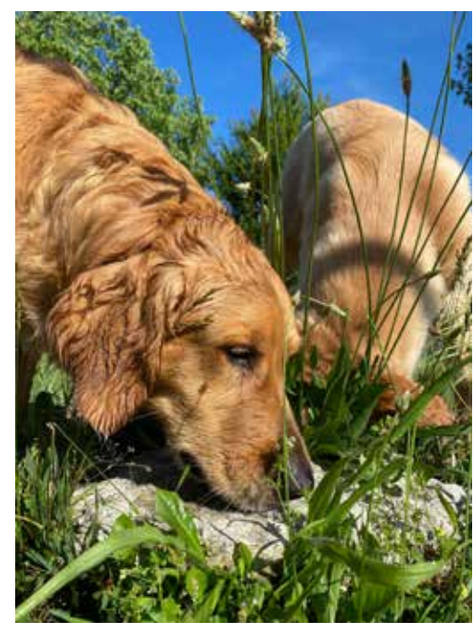


Ganz oben in der Nasenhöhle befinden sich die Riechzellen.
Grafik: Shutterstock / Gritsalak Karalak

Hunde können bis zu hunderttausend Mal besser riechen als Menschen

Die Nase kann riechen – und wie!

Über 10.000 verschiedene Gerüche kann der Mensch dank der Nase unterscheiden! Bei manchen Menschen sind es sogar noch mehr. Doch im Vergleich zu Hunden ist das wenig: Sie können bis zu hunderttausend Mal besser riechen als Menschen.
Ob etwas angenehm oder eklig riecht, erkennt die Nase sofort. Außerdem können Gerüche Erinnerungen wecken. Vielleicht erinnerst du dich beim Duft von Zimtkeksen an die Weihnachtszeit. Das liegt daran, dass das Riechzentrum im Gehirn ganz nah an dem Bereich liegt, der für Gefühle und Erinnerungen zuständig ist.



Hunde haben einen irrsinnig guten Geruchssinn!
Foto: Shutterstock / Ryan Brix / Ryan Brix

Bei Erkältung Taschentuch griffbereit halten!
Illustration: Colorfuel Studio

Was passiert bei Schnupfen?

Wenn du erkältet bist, schwillt die Schleimhaut in der Nase an und bildet besonders viel Schleim. Nasenschleim sieht vielleicht nicht schön aus, ist aber total nützlich. Er hilft, Staub, Viren und Bakterien abzufangen, damit du nicht noch kränker wirst. Allerdings erschwert der Schleim die Atmung. Du kannst außerdem weniger gut riechen. Zum Glück ist das meist nach ein paar Tagen wieder vorbei, wenn die Erkältung abklingt.

Die Nase hilft beim Schmecken

Beim Essen gelangen winzige Duftstoffe aus dem Mund durch den Rachenraum in die Nase. Die Riechzellen dort erkennen diese Stoffe und senden Signale ans Gehirn. Erst dadurch schmecken viele Speisen richtig intensiv. Das merkst du, wenn deine Nase verstopft ist: Ohne Geruchssinn schmeckt alles fade und langweilig. Nase und Zunge arbeiten beim Schmecken also wie ein starkes Team zusammen!

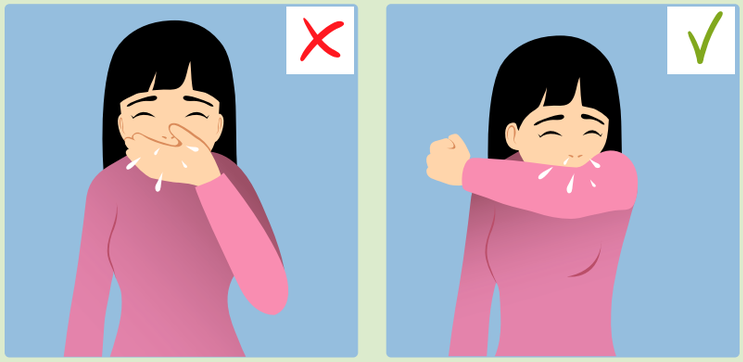


Illustration: Shutterstock / solgas

Warum musst du niesen?

Niesen ist ein Schutzmechanismus. Die Nase versucht, Fremdkörper wie Staub oder Viren loszuwerden, mit einem kräftigen „Hatschi!“. Damit du anderen diese Fremdkörper nicht ins Gesicht schleuderst, ist es wichtig, dass du dir beim Niesen etwas vor den Mund hältst – aber nicht die Hand! Sonst verteilen sich Krankheitserreger leicht weiter. Am besten niest du in deine Armbeuge oder in ein Taschentuch. So bleiben deine Hände sauber und andere Menschen gesund.

Ein Lebensmittel riecht komisch oder schlecht? Lieber nicht essen!
Illustration: Shutterstock / Vectorbum

Schutzfunktion der Nase

Parfüm duftet, Abfall stinkt. Warum ist es überhaupt wichtig, den Unterschied zu riechen? Der Geruchssinn ist ein Warnsystem: Wenn du etwas riechst, was ungesund oder vielleicht sogar gefährlich sein könnte, verdorbenes Essen, Rauch oder Gas, warnt die Nase. Sie sendet dem Gehirn zum Beispiel das Signal: „Vorsicht, Feuer!“ So kannst du dich rechtzeitig in Sicherheit bringen.
Auch im Alltag hilft der Geruchssinn: Das Essen hat das Haltbarkeitsdatum überschritten und riecht verdorben? In die Tonne damit! Deine Nase gibt dir also wertvolle Hinweise, was du lieber nicht mehr essen solltest.
Außerdem schützt dich die Nase, indem sie Eindringlinge einfach hinausbefördert – durch Niesen! Gelangen Staub, Pollen oder Viren hinein, reagiert sie mit einem Niesreflex. Dabei entsteht ein kräftiger Luftstoß, wie ein kleiner Wirbelsturm, der die unerwünschten Eindringlinge nach draußen pustet.

Rekordmeisterin Nase

- Die Nase wächst ein Leben lang ein kleines bisschen weiter – genau wie die Ohren!
- Erwachsene Menschen atmen etwa 20.000 Mal am Tag durch ihre Nase!
- Wenn du niest, schießt die Luft mit bis zu 160 Kilometern pro Stunde heraus! Das ist deutlich schneller, als man auf der Autobahn fahren darf.

Die Olympischen Winterspiele 2026

ARBEITSBLÄTTER!

Vertiefen Sie dieses Thema mit Ihrer Klasse! www.piwitsch.lu/ab

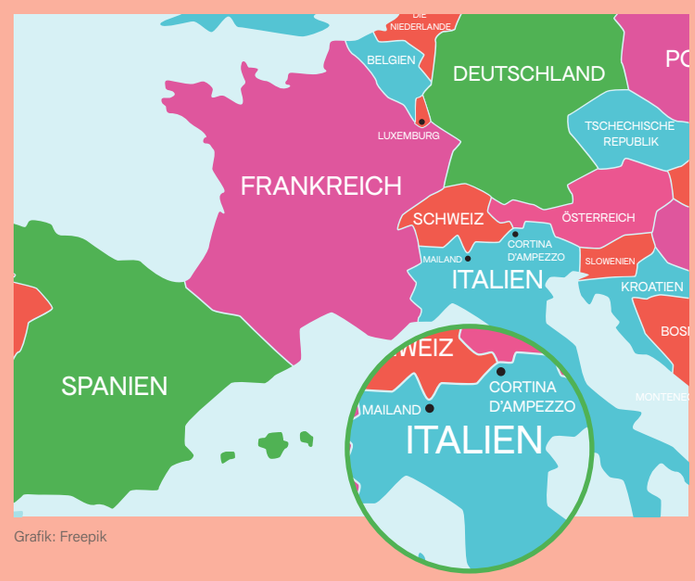
MAILAND UND CORTINA D'AMPEZZO

Die Olympischen Spiele sind mehr als nur ein Sportwettbewerb. Sie sind auch ein riesiges Fest. 2026 ist es wieder so weit: Die Olympischen Winterspiele finden in Italien, genauer gesagt in Mailand und Cortina d'Ampezzo, statt. Die besten Athletinnen und Athleten der Welt treten dort gegeneinander an.

Es gibt zwei Arten von Olympischen Spielen: die Sommerspiele und die Winterspiele. Bei den Sommerspielen stehen Sportarten wie Leichtathletik, Schwimmen oder Turnen im Mittelpunkt. Sie werden seit 1896 alle vier Jahre organisiert. Mehr als 10.000 Sportlerinnen und Sportler aus aller Welt nehmen daran teil.

Die Winterspiele kamen später hinzu. Sie wurden 1924 in Chamonix, in den französischen Alpen, zum ersten Mal ausgetragen. Dort gab es Wettkämpfe auf Schnee und Eis: Skifahren, Eishockey und Eiskunstlauf.

Der Mailänder Dom, das berühmte Wahrzeichen der Stadt.
Foto: Shutterstock / Real Sports Photos



Grafik: Freepik

Bis 1992 fanden die Sommer- und Winterspiele im selben Jahr statt. Seither wechseln sie sich ab: Alle zwei Jahre gibt es entweder Sommer- oder Winterspiele. So müssen Sportfans nicht so lange auf die nächste große Veranstaltung warten. 2026 sind die Spiele übrigens schon zum dritten Mal in Italien, nach 1956 in Cortina und 2006 in Turin.

Die Winterspiele fanden bislang nur in Regionen statt, wo es Berge oder künstlich angelegte Eisflächen gibt. Deshalb wurden sie bisher nur in Europa, Nordamerika und Asien ausgerichtet, aber nicht in Afrika, Südamerika und Australien / Ozeanien.

Spektakuläre Figuren sind in einer Halle sicherer.
Foto: Shutterstock / Leonard Zhukovsky

Sportarten im Wandel

Die Sportarten bei den Winterspielen haben sich im Lauf der Zeit stark verändert. Beim Eiskunstlauf zum Beispiel liefen die ersten Olympioniken noch auf zugefrorenen Seen, während Schnee vom Himmel fiel und Wind ihre Bewegungen erschwerte. Heute treten die Athletinnen und Athleten in hell erleuchteten Eishallen auf, wo das Eis spiegelglatt ist und die Bedingungen für alle gleich sind. Das macht ihre Sprünge sicherer und erlaubt spektakuläre Figuren, die früher undenkbar gewesen wären.

Auch das Bobfahren begann anders, als du es heute kennst. Anfangs sausten die Fahrer auf Naturbahnen ins Tal, die oft nur in den Schnee gegraben waren. Jede Kurve war unberechenbar. Eine solche Naturbahn gibt es noch in St. Moritz in der Schweiz. Dort finden immer noch internationale Wettkämpfe statt. Sonst gibt es heute fast überall Kunsteisbahnen, die exakt präpariert werden. Das macht die Rennen fairer und sicherer – auch wenn sie noch immer rasant und gefährlich sind.

Luxemburger Medaillen bei Olympia

Bei den Winterspielen sorgte Marc Girardelli für Furore. Er war einer der besten Skifahrer seiner Zeit. Er wurde in Österreich geboren und startete anfangs für sein Heimatland. Dann bekam er allerdings Streit mit dem österreichischen Skiverband, nahm die luxemburgische Nationalität an und startete seitdem für Luxemburg. Er gewann 1992 in Albertville zwei Silbermedaillen, eine im Riesenslalom und eine im Super-G. Damit setzte er Luxemburg auf die Landkarte des Wintersports.

Luxemburg bei den olympischen Spielen

Eine Goldmedaille für Luxemburg gab es bei den Winterspielen noch nie. Überhaupt hat nur ein Athlet aus Luxemburg es bis jetzt geschafft, eine Olympische Goldmedaille zu erhalten: Josy Barthel bei seinem legendären 1500-Meter-Lauf 1952 in Helsinki.

Später folgten neue Gesichter. Fleur Maxwell bezauberte 2006 in Turin als Eiskunstläuferin mit ihren eleganten Darbietungen. Matthieu Osch, ein alpiner Skifahrer, vertrat Luxemburg bei den Spielen 2018 in Pyeongchang und 2022 in Peking. Ebenfalls 2022 war mit Gwyneth ten Raa eine junge Skifahrerin für Luxemburg am Start. Auch wenn sie keine Medaillen gewannen: Allein die Teilnahme an den Olympischen Spielen ist ein großer Erfolg, denn die Qualifikation für Olympia ist hart umkämpft. Es dürfen schließlich nur die Besten der Welt mitmachen!

Die Zukunft der Winterspiele

So schön die Spiele sind, sie stehen auch vor großen Herausforderungen. Der Klimawandel bedroht die Zukunft der Winterspiele mehr als alles andere. Regionen, in denen zur Zeit der Spiele garantiert Schnee liegt, werden immer seltener. Die Winter werden kürzer und wärmer. Schon heute müssen viele Austragungsorte künstlich nachhelfen, indem sie Schneekanonen einsetzen. Doch das ist teuer und belastet die Umwelt. Millionen Liter Wasser werden verbraucht, dazu jede Menge Energie.

Dieses Symbol kennt jeder: die olympischen Ringe.
Foto: Shutterstock / lazyllama

Die olympischen Ringe

Sie stehen für Freundschaft und Zusammenhalt auf der ganzen Welt. Es gibt fünf Ringe in den Farben Blau, Gelb, Schwarz, Grün und Rot. Sie symbolisieren die fünf Kontinente. Das Symbol der Olympischen Spiele wurde 1913 von Pierre Coubertin entworfen, dem Gründer der modernen Olympischen Spiele. Es sind nur fünf Ringe, weil der sechste Kontinent, die Antarktis, keine eigenen Länder und keine Sportlerinnen und Sportler hat. Die Ringe sind miteinander verbunden. Das zeigt, dass Menschen aus allen Ländern beim Sport friedlich zusammenkommen. Die Flagge jeden Landes auf der Welt enthält mindestens eine der Farben der olympischen Ringe.

Die Skipiste für Beijing 2022: ein weißer Streifen in der Natur.
Foto: Shutterstock / ZCOOL HelloRF

2022 in Peking wurde das besonders deutlich. Fast alle Pisten waren künstlich beschneit. Für viele Zuschauer und Zuschauerinnen wirkte es seltsam, mitten in einer grünen Landschaft weiße Streifen aus Schnee zu sehen. Auch 2026 in Italien wird man nicht ohne Schneekanonen auskommen.

Wie die Spiele im Jahr 2040 aussehen werden, weiß niemand. Sicher ist nur: Damit Olympia im Winter stattfinden kann, müssen neue Lösungen gefunden werden –, Lösungen, die den Sport bewahren, aber gleichzeitig die Natur schützen.

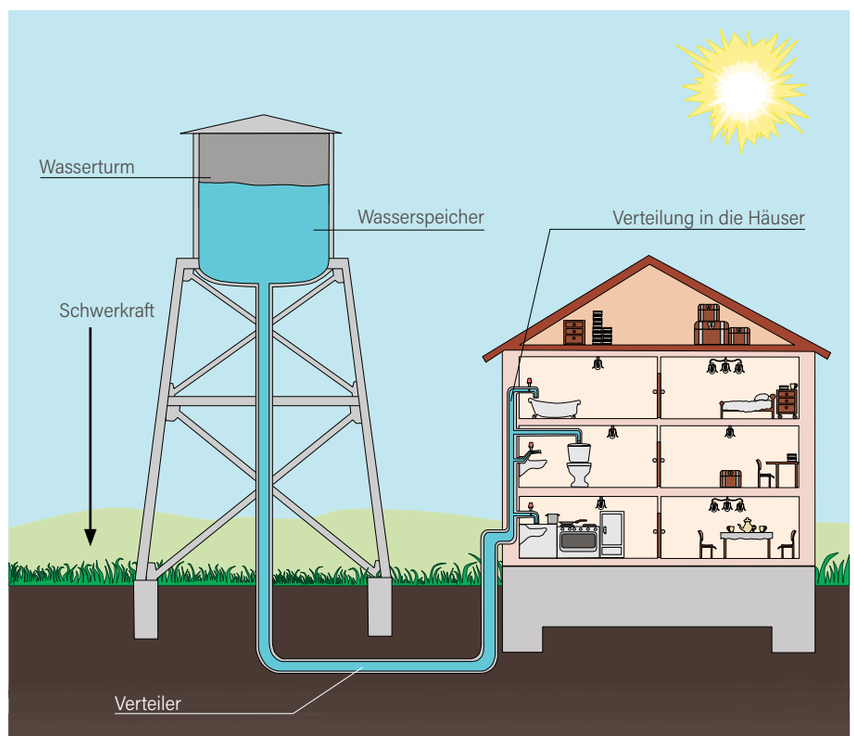
De Piwitsch

Hast du auch eine Frage, auf die du keine Antwort weißt?
Stell sie uns auf www.piwitsch.lu/kifra oder per E-Mail auf info@piwitsch.lu!

Pol aus Ettelbrück fragt:

Wie funktioniert ein Wasserturm?

Du hast bestimmt schon einen Wasserturm gesehen. Vielleicht steht einer in deinem Ort. Manche Wassertürme kann man gar nicht übersehen. Es sind riesige Türme mit einem großen Behälter am oberen Ende. In diesem Behälter befindet sich Wasser. Warum muss das Wasser so weit nach oben transportiert werden, damit es am Ende in dein Haus kommen kann? Hier erfährst du es!



Grafik: Shutterstock / Sergey Merkulov

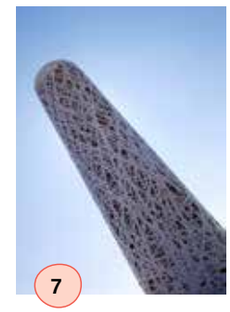
Warum muss das Wasser in die Höhe?

Ein Wasserturm ist ein wichtiger Teil der Wasserversorgung. Er hilft dabei, dass in allen Häusern Wasser fließt, wenn man den Hahn aufdreht. Der Trick steckt in der Höhe. Wenn Wasser oben in einem Turm gespeichert ist, kann es ganz von selbst nach unten fließen. Je höher das Wasser gelagert wird, desto stärker drückt es beim Abfließen nach unten. Dieser Druck sorgt dafür, dass das Wasser aus dem Turm es durch die Leitungen bis in die einzelnen Häuser schafft.

Wenn du also den Wasserhahn aufdrehst, kommt das Wasser nicht aus dem Nichts, sondern aus einem riesigen Behälter, der meist viel höher liegt als dein Haus. Durch den Druck kann es bis in deine Küche, dein Bad oder sogar bis unters Dach fließen. Menschen, die in hohen Gebäuden wohnen, brauchen manchmal zusätzlich Pumpen, die dem Wasser noch weiter nach oben helfen.

Wie funktioniert das genau?

Das Wasser wird meist in den Turm gepumpt, wenn die Menschen wenig Wasser brauchen, zum Beispiel nachts. Der große Behälter ist dann voll. Morgens, wenn viele Menschen duschen, Zähne putzen oder Tee kochen, fließt das Wasser durch den Druck aus dem Turm in die Leitungen. Der Wasserstand im Turm sinkt ab. Wenn die Menschen später wieder weniger Wasser brauchen, wird der Turm automatisch neu aufgefüllt.
Damit das klappt, ist die Höhe des Turms wichtig. Je höher der Wasserspiegel im Turm ist, desto stärker drückt das Wasser



1. Niederkerschen. Foto: Gemeinde Käerjeng
2. Bech. Foto: SCRIPT
3. Leudelingen. Foto: Gemeinde Leudelingen
4. Sandweiller. Foto: Fluo
5. Hivingen. Foto: Gemeinde Garnich
6. Berdorf. Foto: Philippe Lelong
7. Gasperich. Foto: Inga E

Wassertürme in Luxemburg

In Luxemburg gibt es rund 400 Trinkwasserbehälter. Die meisten sind allerdings vergraben oder gut versteckt. Nur 50 ragen in die Höhe. Davon sind einige wahre Kunstwerke! Manche sehen fast aus wie Raketen, andere wie riesige Skulpturen. Viele sind schon aus mehreren Kilometern Entfernung zu sehen. Der kunstvolle Wasserturm in Cloche d'Or (Gasperich) ist mit 68 Metern der höchste des Landes. Hier siehst du eine kleine Auswahl von außergewöhnlichen Wassertürmen in Luxemburg!

in die Leitungen. Die Rohre müssen gut abgedichtet sein und das Wasser muss sauber bleiben. Du willst schließlich nicht in trübem Wasser duschen oder es sogar trinken müssen! Deshalb wird das Wasser in Wasserwerken gefiltert und aufbereitet, bevor es in den Turm gepumpt wird.

Warum braucht man heute noch Wassertürme?

Auch in modernen Städten mit elektrischen Pumpen stehen Wassertürme. Die Türme speichern Wasser wie ein Akku Strom speichert. Wenn die Stromversorgung ausfällt oder sehr viele Menschen gleichzeitig Wasser brauchen, sorgt der Turm dafür, dass immer noch genügend Wasser mit Druck fließt.

Experiment

Bau dein eigenes Mini-Wasserturm-Modell

Du brauchst:
Einen Pappbecher, einen dünnen Schlauch, Wasser, etwas Knete und eine Kiste, die nicht wackelt.

So geht's:
Bohre mit einer Schere ein kleines Loch unten in den Becher. Befestige einen dünnen Schlauch (zum Beispiel einen Schlauch für's Aquarium) am Becher und dichte die Stelle mit Knete ab, damit kein Wasser austritt. Stell den Becher auf die Kiste. Leg das andere Ende des Schlauchs tiefer, zum Beispiel in eine Schüssel, und klemme es mit einer Wäscheklammer ab. Füll den Becher mit Wasser, löse die Klammer und beobachte, was passiert: Das Wasser fließt von selbst durch den Schlauch in die Schüssel – genau wie beim Wasserturm!
Nun kannst du ausprobieren, was passiert, wenn du den Becher niedriger hältst. Das Wasser fließt langsamer oder gar nicht mehr. Du siehst: Der Wasserdruck hängt davon ab, wie hoch das Wasser über dem Schlauchende steht.

Was du dabei lernst:
Das Wasser im hohen Becher hat „Kraft", weil es oben ist. Diese Kraft nennt man Schwerkraft. Das Wasser fließt nach unten, wenn du ihm einen Weg gibst. Das ist dieselbe Kraft, die in einem Wasserturm wirkt. Sie sorgt dafür, dass in deinem Haus immer Wasser aus dem Hahn kommt.

Auf www.piwitsch.lu findest du eine interaktive Landkarte mit den schönsten Wassertürmen des Landes.

Wenn Pizza und Nudeln krank machen

Pizza, Nudeln, Kuchen, Kekse – das schmeckt alles so lecker! Für manche Menschen können diese Lebensmittel jedoch gefährlich sein. Krank von einer Scheibe Toastbrot? Das gibt es wirklich. Die Krankheit heißt Zöliakie. Wer Zöliakie hat, darf kein Gluten essen. Das ist nicht leicht, denn Gluten steckt in vielen Lebensmitteln.

Gluten steckt in Brot, Nudeln und vielen anderen Lebensmitteln.
Foto: Shutterstock / Monticello

Was ist Gluten?

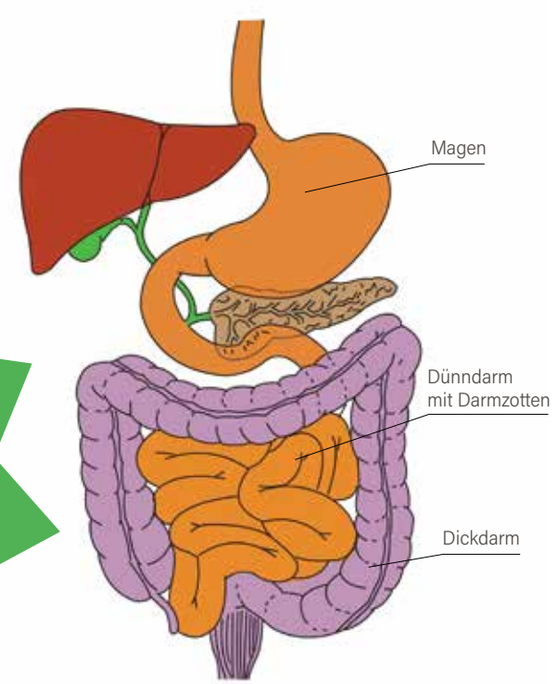
Gluten ist ein Eiweiß, das in vielen Getreidesorten vorkommt: Dinkel, Emmer, Einkorn, Gerste, Grünkern, Roggen und Weizen. Aus Getreide wird Mehl gemacht. Und mit Mehl kann man Brot, Nudeln, Kuchen und viele weitere Lebensmittel herstellen. Das Eiweiß, also das Gluten, sorgt dafür, dass die Zutaten beim Vermischen zusammenkleben. Es macht den Teig elastisch, so dass man daraus zum Beispiel verschiedene Formen von Nudeln herstellen kann. Ohne Gluten würde der Teig schnell zerbröckeln.

Foto: Shutterstock / Galigrafiya

Wer kein Gluten verträgt, hat eine Glutenintoleranz.

Was passiert im Körper?

Für die meisten Menschen ist Gluten völlig harmlos. Aber Menschen mit Zöliakie werden davon krank. Ihr Immunsystem – also das Abwehrsystem des Körpers – reagiert auf Gluten, als wäre es ein gefährlicher Eindringling. Es hält das Gluten für einen Feind und schlägt Alarm. Die Schleimhaut im Dünndarm reagiert und entzündet sich. Sie besteht aus den sogenannten Darmzotten. Die sehen so aus, als hätte der Dünndarm viele winzige Finger, ein bisschen wie bei einem groben Wollteppich. Mit den Darmzotten nimmt der Körper Nährstoffe wie Vitamine oder Mineralien aus den Lebensmitteln auf. Wenn sie entzündet sind, schrumpfen die Darmzotten. Der Körper nimmt dann weniger Nährstoffe auf. Der Körper wird schwächer und man fühlt sich müde und kraftlos.



So ist dein Verdauungssystem aufgebaut.
Grafik: Shutterstock / Faheem Shamsi Designer

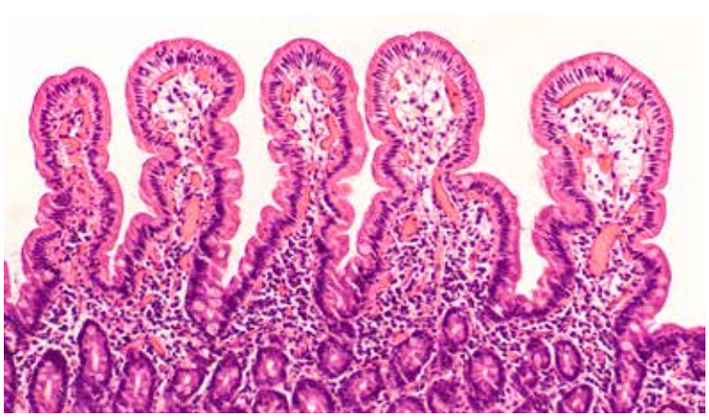
Gibt es Hilfe?

Ein Besuch beim Arzt oder der Ärztin hilft herauszufinden, ob man an Zöliakie leidet. Es wird ein Bluttest gemacht. Der Test zeigt, ob der Körper auf Gluten reagiert. Wichtig ist aber auch, den Darm genauer zu untersuchen. Es wird eine kleine Probe entnommen und unter dem Mikroskop analysiert. Im Labor erkennt man, ob die Darmschleimhaut entzündet ist.

Zöliakie kann nicht geheilt werden. Doch man kann gut damit leben, wenn man weiß, dass man betroffen ist. Wichtig ist, dass man komplett auf Gluten verzichtet. Einfach mal zum Bäcker ein Croissant holen? Das ist dann nicht mehr möglich. Natürlich ist ein Leben mit Zöliakie nicht immer einfach. Die gute Nachricht lautet: Sobald kein Gluten mehr in den Darm gelangt, kann der sich ganz erholen. Ein normales, gesundes Leben ist dann möglich.

Was darf man mit Zöliakie essen?

Plötzlich kein Gluten mehr essen? Besonders am Anfang bedeutet das eine riesengroße Veränderung. Von heute auf morgen müssen betroffene Menschen ihre Ernährung ganz umstellen. Zum Glück gibt es mittlerweile viele Alternativen zu Gluten. Es gibt Kekse, Brötchen und Nudeln aus Buchweizen, Hirse, Mais oder Reis. In Supermärkten gibt es Regale, in denen nur Lebensmittel ohne Gluten stehen. Das macht den Einkauf sehr viel einfacher. Zum Teil sind Lebensmittel auch gekennzeichnet. Das Symbol mit einer durchgestrichenen Ähre gibt Entwarnung: Dieses Produkt ist ganz ohne Gluten.



So sehen gesunde Darmzotten unter dem Mikroskop aus.
Foto: Shutterstock / David A Litman

Dieses Zeichen bedeutet: In diesem Lebensmittel ist kein Gluten.
Foto: Shutterstock / Michael Moloney

Foto: Shutterstock / Jo Panuwat D

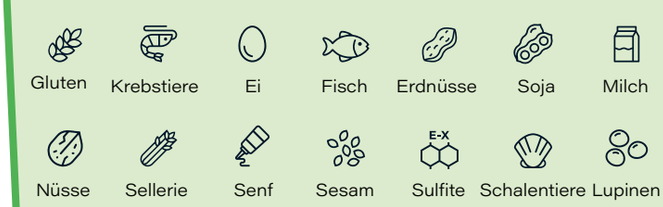
Wie reagiert der Körper bei einer Glutenintoleranz? Das ist bei jedem anders. So kann man es merken:

- Bauchschmerzen
- Blähungen
- Durchfall
- Erbrechen
- Müdigkeit

Bei manchen Lebensmitteln weiß man sofort: Sie enthalten Gluten. Aber manchmal steckt Gluten auch in Produkten, denen man es nicht sofort ansieht: Süßigkeiten, Eis, Wurst, Pommes oder sogar Medikamenten und Zahnpasta. Daher müssen betroffene Kinder zusammen mit ihren Eltern immer genau auf die Zutatenliste achten.

Auf der nächsten Seite findest du ein Interview mit Léini. Sie hat Zöliakie.

Bei der Association Luxembourgeoise des Intolérants au Gluten (ALIG) kannst du dich über Zöliakie informieren und dir Hilfe holen.



Grafik: Shutterstock / John Dory

Man kann auch von anderen Lebensmitteln krank werden. Das kann manchmal sogar richtig gefährlich werden. Deshalb gibt es in der Europäischen Union ein Gesetz, das besagt: Diese Zutaten müssen deutlich gekennzeichnet sein. Das gilt zumindest für die 14 häufigsten Auslöser von Lebensmittelintoleranzen und -allergien.

Léinis Alltag mit Zöliakie

Foto: privat

Als Léini sechs Jahre alt ist, bemerken ihre Eltern, dass es ihr nicht gut geht. Sie klagt häufig über Bauchschmerzen, hat wenig Appetit und wächst kaum noch. Der Arzt hat einen Verdacht und untersucht sie gründlich. Schließlich stellt er fest: Léini hat Zöliakie. Heute ist sie 16 Jahre alt und hat gelernt, mit der Krankheit zu leben.

***De Piwitsch*: Wie war das für dich, als du plötzlich auf so viele Dinge verzichten musstest?**

Léini Greischer: Am Anfang habe ich das nicht gleich verstanden. Ich war sehr enttäuscht und traurig, als ich merkte: ich kann nicht mehr einfach so eine „Aachtchen" essen. Dabei sind die so lecker! Ich habe mich aber schnell daran gewöhnt und so dramatisch ist es nicht.

Musstest du wegen der Krankheit im Alltag viel verändern?

LG: Es war schon eine Umstellung. Ich musste überall mein eigenes Essen mitnehmen und immer darauf achten, nichts von anderen Kindern zu essen. Oft musste ich ihnen erklären, dass ich eine Krankheit habe und deshalb nicht einfach alles essen darf. Am schwierigsten waren die Kindergeburtstage. Aber meine Freunde haben schon früh versucht, mich nicht auszuschließen. Manchmal haben sie sogar einen Kuchen extra für mich besorgt.

Kannst du einfach so in einem Restaurant essen?

LG: Das ist leider nicht so einfach. Ich muss mich immer vorher informieren, ob es dort glutenfreies Essen gibt. Selbst im Restaurant muss ich oft mehrfach nachfragen, bevor ich bestelle. Leider wissen noch nicht alle, was eine Glutenintoleranz bedeutet. Häufig denken Menschen, ich sei allergisch gegen Milch. Sie verwechseln Gluten mit Laktose. Das kann etwas nervig sein. Ich muss dann oft nochmal erklären, was Zöliakie ist. Einfach spontan mal Pommes essen zu gehen, ist für mich sehr schwer.

Ging denn auch schon einmal etwas schief?

LG: Einmal bekam im Restaurant mein Bruder Nudeln ohne Gluten – und ich leider die Nudeln mit Gluten. Danach hatte ich heftige Bauchschmerzen und musste mich übergeben. Solche Dinge können aber einfach mal passieren; ich bin deswegen niemandem böse.

Heute vermisst Léini am meisten ganz normales Brot. „Glutenfreies Brot ist leider total matschig", bedauert sie.

Kürbis-Gnocchi mit Salbeibutter

Gesamtzeit:
ungefähr 1 Stunde und 15 Minuten

Für 4 Personen

Zutaten:
- 500 g Hokkaido-Kürbis (mit Schale, wenn bio)
- 250 – 300 g Weizenmehl
- 1 Ei
- 50 g Parmesan
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- etwas Mehl für die Arbeitsfläche
- 50 g Haselnüsse
- ein paar Rucolablätter

Für die Salbeibutter:
- 50 g Butter
- 6 frische Salbeiblätter

Fotos: EHTL

Bitte einen Erwachsenen um Hilfe beim Kochen!

Zubereitung

- Schneide den Kürbis in zwei Hälften.
- Entferne die Kerne mit einem Löffel.
- Schneide den Kürbis in Stücke (mit der Schale).
- Koche die Stücke in Salzwasser oder dämpfe sie, bis sie weich sind.
- Gieße sie ab und lasse sie etwas ausdampfen.

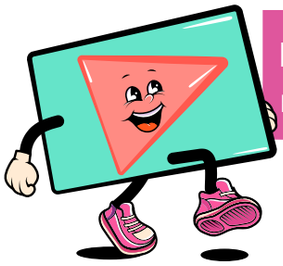
- Zerdrücke das Kürbisfleisch zu einem feinen Püree (mit einer Gabel oder mit Hilfe einer Gemüsemühle).
- Lass das Püree vollständig abkühlen, damit es etwas Feuchtigkeit verliert.
- Gib das Ei, einen Teil des geriebenen Parmesans, Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss hinzu.
- Gib nach und nach das Mehl dazu, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht.
- Die genaue Mehlmenge hängt von der Feuchtigkeit des Kürbisses ab.
- Bestäube die Arbeitsfläche mit Mehl.

- Teile den Teig in 3–4 Portionen.
- Rolle jede Portion zu einer etwa 2 cm dicken Rolle.
- Schneide kleine Stücke von ungefähr 2 cm ab.
- Rolle die Stücke über eine Gabel, um die typische Gnocchi-Form zu erhalten.

- Bring einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen.
- Koche die Gnocchi: Sobald sie an die Oberfläche steigen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und abtropfen lassen.
- In einer Pfanne die Butter mit dem Salbei schmelzen lassen.
- Wenn die Butter leicht schäumt, die Gnocchi hinzufügen und 2–3 Minuten goldbraun anbraten.

- Am Ende die Gnocchi in einem tiefen Teller anrichten.
- Mit Parmesan, gehackten und gerösteten Haselnüssen und Rucola bestreuen.

Guten Appetit!



En savoir plus

Regarde aussi notre reportage vidéo sur le site www.piwitsch.lu

La reliure

Un métier qui protège les livres

Quand tu ouvres un livre, tu vois des pages bien rangées. Ces pages tiennent ensemble grâce à la reliure. Aujourd'hui, la plupart des livres sont collés. Mais il existe une autre technique de reliure, plus ancienne et plus belle. Les pages sont cousues ensemble. Cette reliure garde le livre solide. Ainsi il ne se casse pas et tu peux le lire longtemps. Danielle Köller-Willems sait encore relier les livres de cette manière.

D'où vient la reliure ?

Les premiers vrais livres ont été fabriqués par des moines. Un moine est un homme qui vit dans un monastère, un bâtiment religieux où il prie, lit et travaille. Autrefois, il n'y avait pas d'imprimantes. Les moines copiaient les textes des livres à la main pendant des mois ou même des années. Après, ils cousaient les pages avec du fil et mettaient une couverture solide afin de protéger ce travail précieux.

Pourquoi la reliure existe-t-elle ?

Sans reliure les pages d'un livre se détachent et se perdent. Avec une bonne reliure, un livre peut durer très longtemps. « Un livre doit pouvoir être ouvert chaque jour sans se casser », explique Danielle.

Le travail de la relieuse et du relieur

Danielle regarde chaque page avec soin et observe les endroits abîmés. « Réparer un livre abîmé demande beaucoup de patience et de savoir-faire », explique-t-elle.
Beaucoup de personnes lui apportent leurs livres d'enfance, lus et relus pendant des années. Certains sont déchirés, d'autres complètement défaits. Pour leurs propriétaires, ce sont de vrais trésors. Danielle démonte ces livres, les recoud et les relie de nouveau pour qu'ils durent encore longtemps. Elle raconte que certains clients ont pleuré quand ils ont récupéré leurs livres réparés, parce qu'ils leur rappellent leur enfance.

Danielle Köller-Willems est relieuse.
Photo : SCRIPT

Danielle fabrique aussi d'autres objets importants. Elle crée des gros livres de textes de lois. Elle relie des archives pour certaines communes, des documents que la commune veut garder très longtemps. Elle fabrique aussi des fardes pour des documents importants comme des actes de mariage. Ce sont des papiers officiels qui prouvent que deux personnes se sont mariées. Tous ces objets sont faits sur mesure, pour une personne ou un service précis. On ne peut pas les acheter dans un magasin normal.

Pourquoi a-t-on encore besoin de ce métier ?

Beaucoup de livres sont faits par des machines, qui sont rapides et produisent beaucoup d'exemplaires. Mais certains livres sont très vieux, très fragiles ou uniques. Ces livres ont besoin d'une main humaine. « Une machine fait toujours le même mouvement,

Danielle coud un livre avec du fil.
Photo : SCRIPT

Anciens livres très abîmés
Photo : Reliure Willems

alors que moi je peux adapter mon geste à chaque livre, selon son âge, son état et son histoire », dit Danielle. Pour elle, ce métier reste important, car il protège des histoires précieuses qui, sinon, pourraient disparaître.

Fabrication de boîtes

Danielle fabrique aussi des boîtes très belles et très solides. Certaines sont pour la Cour grand-ducale du Luxembourg. Ces boîtes servent à transporter les cadeaux du Grand-Duc ou de la Grande-Duchesse lors de visites officielles.

Les cadeaux sont souvent en porcelaine, et doivent être bien protégés. Les boîtes sont bleu royal avec une couronne dorée sur le dessus. L'intérieur est en velours bleu foncé. Ce velours protège l'objet pendant le voyage et le présente de manière élégante quand on ouvre la boîte. Une belle boîte fait partie du cadeau, car elle montre que l'objet à l'intérieur est important.

Un métier pour l'avenir

« La reliure est un métier lent. Chaque geste demande du temps et de l'attention », nous dit Danielle. Dans un monde très rapide, le travail de Danielle reste précieux. « La reliure n'est pas un métier du passé, mais un métier pour l'avenir, parce qu'il donne de la valeur à ce que nous voulons garder longtemps », dit-elle sur le pas de la porte.

Autrefois, les moines copiaient les livres à la main.
Illustration: Shutterstock / Morphart Creation

Un client récupère ses livres d'enfance.
Photo : SCRIPT

Danielle prépare une boîte pour la Cour grand-ducale.
Photo : SCRIPT

« La reliure est un métier lent. Chaque geste demande du temps et de l'attention. »

Gitt eens!

Eng Geschicht vum Anne-Marie Reuter

D'Louise muss op d'Toilette. Hatt rutscht op sengem Stull hin an hier. Schonn eng Véirelstonn laang kuckt hatt andauernd op d'Auer iwwert der Tafel. Nach fënnef Minutte bis d'Paus. Soll hatt et riskéieren? Et ass net *esou* dringend … mee wann d'Joffer hatt elo géif goe loossen, da wier säi Moie gerett.

Normalerweis versicht d'Louise, an der Hallschent vun der Stonn ze goen. Dat wierkt méi seriö. Fënnef Minutte virun der Paus ass d'Joffer just genervt an déi aner laachen. „Gutt probéiert, Louise", soen si dann. Obwuel, iwwerleet hatt, sou vill laachen der net. Si wëssen, firwat fënnef Minutte wichteg sinn.

D'Louise otemt déif duerch, setzt e ganz verzweifelte Bléck op a streckt d'Hand aus: „Dierf ech op d'Toilette goen? Ech muss ganz, ganz dringend!" Mee hatt huet haut keng Chance. „Louise", seet d'Joffer, „et sinn nach dräi Minutte bis d'Paus. Du häls dat aus." Dem Louise bleift näischt aneres iwwereg, wéi sëtzen ze bleiwen.

D'Toilette ass um Enn vum Gank. D'Louise héiert d'Stëmmen a weess, dass et net wäert verschount bleiwen. Si si schonn do. Déi Grouss. D'Meedercher aus dem sechste Schouljoer. Wéi ëmmer sëtze si um groussen Heizkierper am enke Passage bei de Lavaboen, laanscht déi ee muss goen, fir bei d'Toilettekabinnen ze kommen. Wéi ëmmer stäipe si hir Bee géint d'Mauer vis-à-vis vun der Heizung, sou dass de Wee blockéiert ass. D'Louise kennt de Ritual nëmmen ze gutt. Et huet kee Wäert ze froen, dass si ee laanschtloossen, dass si hir Bee forthuelen oder anzwousch anescht schwätze ginn. Déi grouss Meedercher sinn nämlech ni do, well si op d'Toilette mussen, mee just, fir déi Kleng ze pisaken. „Wëlls du laanscht?", froe si, wéi wann dat net selbstverständlech wier. An da geet et lass. Et muss een e Lidd sange fir duerchzekommen. Oder si huelen engem Schockela of oder Kamellen oder souguer Suen. Meeschtens verlaange si awer eppes ganz aneres. D'Louise an all déi Kleng mussen ënner de Bee vun de grousse Meedercher duerchkrauchen, a wa si da sou gebéckt an an den Huppe versichen, bei d'Toiletten ze kommen, maachen déi Grouss, wéi wa si Déiere wieren, déi misste mat enger Peitsch an de Stall guidéiert ginn. „Allez, allez! Méi séier!" A schonn hu si een op de Kapp, de Réck oder den Hënneschte geschloen, oder mat Féiss gerannt.

D'Louise hëlt en Ulaf, léisst sech bei deenen éischte Been op de Buedem falen a kraucht sou séier wéi méiglech duerch den Tunnel. Wann ee séier ass, kann ee mol duerchsinn, ier si reagéieren. Haut ass et sou. Déi Grouss hunn iwwert iergendeppes geschwat an doriwwer vergiess, hatt ze quälen. D'Louise waart an der Kabinn, bis et héiert, dass de Gank ganz voll ass mat Gespréicher a Gejäiz. Hatt weess, dat mécht de Wee zréck an d'Klass méi einfach.

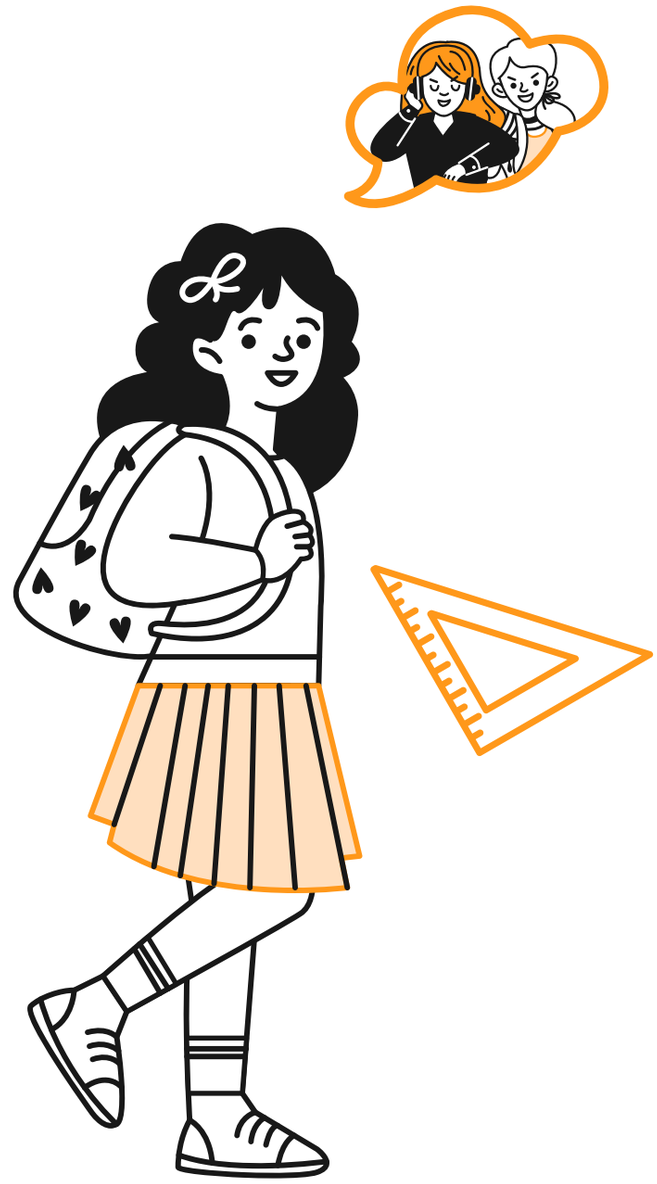
No der Paus freet seng Frëndin Hannah: „Wéi ass et gaang?" D'Louise hieft d'Schëlleren. „Et war ok", seet hatt. „Ech hu mech getommelt." – „Wat mengs du", iwwerleet d'Hannah, „solle mir nach eng Kéier mat der Joffer schwätzen?" D'Louise rëselt de Kapp. „Dat bréngt näischt. Da kënnt si rëm mat hirem: ‚Och, dir iwwerdreift! Gitt einfach laanscht a loosst déi Grouss mat Rou.'" D'Louise gëtt scho rosen, wann et nëmmen un dat Gespréich denkt. „Ma déi Grouss loossen *eis* net mat Rou!", hat hatt gejaut, an du war d'Joffer séier fäerdeg an huet gesot, si sollte sech zesummerappen. Si wiere schliisslech schonn am véierte Schouljoer. „Gitt eens!", sot si.

d'Louise

Haut ass Dënschdeg. Dënschdes no der Schoul geet d'Louise ëmmer bei säi Bopa an d'Altersheim. „Du bass schonn erëm méi grouss ginn", seet de Bopa, deen an der Entrée op hatt gewaart huet. „Elo bass de geschwënn en Teenager!" D'Louise schneit eng Schëpp. „Wéi dann?", freet de Bopa. „Wëlls du keen Teenager sinn?" – „Nee!", äntwert d'Louise. „Teenager sinn Idioten." De Bopa kuckt hatt verwonnert un. „A bon?", seet hien. „Ma da komm, mir ginn elo mol iessen. Bass de hongreg?"

Wéi se am Refectoire un hirem üblechen Dësch sëtzen, freet de Bopa: „Firwat sinn Teenager dann Idioten?" D'Louise bléist a seng Baken, iwwerleet kuerz an erkläert: „Teenager sinn eekleg." An da kann hatt sech net méi bremsen. „Am sechste Schouljoer fänkt et un, Bopa! Do menge si, si wieren d'Cheffen a kéinten alles commandéieren, a mir musse maachen, wat si soen. Si si mega krass drop. Mir ginn do richteg gemobbt!" De Bopa lauschtert ganz konzentréiert no. D'Louise erzielt him d'Detailer. Vläicht huet hie jo eng Anung, wat ee kéint maachen. Mee wéi hatt fäerdeg ass, seet e just: „Du muss mat der Joffer schwätzen."

Nom Iessen, am Bopa sengem Zëmmer, installéiert d'Louise sech an der Fotell an hëlt säin Handy eraus, deen seng Elteren him just dënschdes matginn, fir seng Draacheserie ze kucken, wärend de Bopa eng Mëttesrascht hält. Um dräi Auer



gi si spadséieren, dat ass de Programm, an duerno iesse si an der Cafeteria vum Altersheim nach eng Glace a waarden drop, dass dem Louise seng Mamm hatt siche kënnt.

De Bopa schnaarcht schonn, mee d'Louise ka sech net richteg op d'Draache konzentréieren. Déi eekleg Meedercher ginn him net aus dem Kapp. Do muss dach eppes ze maache sinn, denkt hatt. Dat kann net sou weidergoen! An da kënnt him eng Iddi! Natierlech! Hatt stoppt d'Draachen, mécht d'Kamera vu sengem Handy op a fänkt un, säi Bopa ze filmen. Dat ass et! Mar hëlt hatt säin Handy mat an d'Schoul. Wann d'Joffer d'Handyen asammelt, gëtt hatt säin net of. Dat wäert net weider opfalen, well hatt jo souwisou just dënschdes den Handy derbäihuet. An der Paus wäert hatt sech um Gank verstoppen a filmen, wéi déi Grouss mat deene Klengen ëmginn. D'Joffer soll sech dat da selwer ukucken.

Den nächste Moie seet d'Louise sengen Elteren, dass hatt den Handy muss mathuele fir e Projet. Si fannen dat e bësse komesch, mee gleewen him. An d'Louise denkt: Ech hu jo och e Projet! Et ass net gelunn! An der Schoul erzielt hatt direkt dem Hannah seng Iddi. Si pësperen nach wärend den éischten zwou Stonne sou vill, dass si eng Strof kréien, mee dat ass egal. Schäissegal, seet d'Hannah. Kuerz virun der Paus steet hire Plang.

Si waarden, bis si gesinn, dass déi grouss Meedercher op dem Heizkierper sëtzen. Da geet d'Hannah lues a Richtung Toilette. Hatt léisst sech gutt Zäit, gëtt vun e puer Schülerinnen aus dem drëtte Schouljoer iwwerholl, sou dass déi Grouss hir Zeremonie direkt mat engem klenge Grupp kënnen ufänken. Fir de Film ass dat ganz gutt, denkt d'Louise. Hatt ass prett. Déi Grouss gesinn hatt net, well si déi Kleng quälen, mee d'Kamera gesäit a filmt alles.

An der Klass weist d'Louise dem Hannah de Film. „Wow! Mega!", jäizt d'Hannah. „Wat maache mer dann elo domat?" – „Hmmm...", seet d'Louise. „Hues du Tiktok?", freet d'Hannah. D'Louise rëselt de Kapp. „Nee. Du?" – „Nee, ech och net ... schued ..." Si

denke weider no. „Vläicht sollte mer guer net bei *eis* Joffer goen, mee bei d'Joffer vun deene Groussen! Oder mir gi bei déi zwee!" An do kënnt dem Louise deen allerbeschte Plang iwwerhaapt.

„Mir ginn iwwerhaapt guer net bei d'Jofferen", seet hatt. „Mir gi bei déi Grouss! Mir soen hinnen, dass mir si gefilmt hunn. An da musse si eis verspriechen, opzehale mat hirem Schäiss. Si dierfen net méi op dem dem Heizkierper de Passage blockéieren, si dierfen iwwerhaapt *ni méi* bei den Toilettë sinn, ausser si musse wierklech goen. A wa si sech net dorun halen, da wäerten d'Jofferen de Film gesinn. Dat soe mir hinne klipp a kloer." D'Hannah ass total begeeschtert. Déi zwee fale sech ëm den Hals, wéi wann de Problem scho geléist wier. En ass jo och schonn hallef geléist, well si si gutt Frëndinnen, si halen zesummen, a si wäerte sech vun haut un net méi alles gefale loossen.

Mëttes huelen d'Louise an d'Hannah hire Courage an de Grapp a gi bei de Sall vum sechste Schouljoer. Si gi mat kräftege Schrëtt drop lass an d'Louise muss komescherweis u säi Bopa denken. „Hien hat recht", iwwerleet hatt, „mir si bal Teenager … Mee mir wäerte keng Idiote ginn!"

Foto: Marc Schroeder

D'Anne-Marie Reuter ass Schrëftstellerin, Editrice an Engleschproff. 2025 huet si fir hire Roman *M for Amnesia* de Servaispräis kritt. Si huet och scho Kuerzgeschichte publizéiert: *On the Edge* bei Black Fountain Press, a *Blue* a *Red* bei Redfoxpress an Irland. „Gitt eens!" ass hir éischt Geschicht op Lëtzebuergesch an hir éischt Geschicht fir jonk Leit.

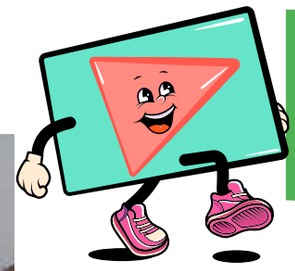
Op www.piwitsch.lu kriss du dës Geschicht vum Anne-Marie Reuter virgelies. Du kanns einfach dëse QR-Code scannen, fir se ze lauschteren

d'Hannah

Die Glasbläserei, ein spannender Beruf

Zu Besuch bei Pascale Seil

Fotos: Klasse 4.2
Helperknapp



En savoir plus

Regarde aussi notre reportage vidéo sur le site www.piwitsch.lu

Diese Reportage sowie das Interview mit Glasbläserin Pascale Seil wurden von den Schülerinnen und Schülern der Klasse C4.2 von Josiane Muller und Françoise Isabelle Thill aus Helperknapp im Rahmen einer „Mini-Redaktioun" verfasst.

Im Deutschunterricht behandeln wir zurzeit das Thema „Mein Traumberuf". Deshalb haben wir uns nach Berdorf aufgemacht, um der einzigen Glasbläserin Luxemburgs, Pascale Seil, einen Besuch abzustatten. Wir haben Pascale Seil Fragen gestellt, während sie und ihre Assistentin Klara arbeiteten. Dabei haben wir viele interessante Informationen über ihr Handwerk erhalten. Wir durften dabei zusehen, wie sie ein Raumduftglas herstellten. Das Erstaunliche ist, dass Pascale Seil alles von Hand herstellt und natürlich auch aus ihren eigenen Gläsern trinkt.

In der Werkstatt steht ein großer Ofen, der mit flüssigem, transparentem Glas gefüllt ist. Der Ofen hat eine Temperatur von 1150 Grad °C und läuft Tag und Nacht. Nur an Weihnachten und im Sommer wird er nicht gebraucht. Der Ofen wird mit Gas betrieben. „Es ist eine Geldverbrennungsanlage", erzählt Pascale Seil lachend. Der Ofen wird mit 100 Kilogramm transparentem Glas befüllt, das sie in der Tschechischen Republik einkauft.

Freitags wird der Ofen mit neuem Glas befüllt; es werden alle zwei Stunden 25 Kilo Glas hinzugefügt, bis sie 100 Kilo transparentes Glas im Ofen haben. Der Ofen wird zweimal im Jahr gereinigt, dann braucht er zwei bis drei Tage, bis er abgekühlt ist.

Das transparente Glas wird mithilfe der Stange aus dem Ofen genommen.

Handwerk und Glaskunst

Man kann dieses Handwerk in Frankreich und Deutschland lernen. In Straßburg studierte Pascale Seil zunächst Keramik. Pascale Seil und ihre Assistentin haben die gleiche Ausbildung, sie haben in Frankreich in der Nähe von Nancy studiert. Im ersten Jahr lernt man die Technik, wie Glas in der Fabrik produziert wird und wie mit Formen gearbeitet wird. Der kreative Aspekt kommt erst viel später in der Ausbildung vor.

Man muss viel Motivation und Durchhaltevermögen haben, denn es ist harte Arbeit.
Ein Arbeitstag fängt morgens um halb 8 an. Die Glasbläserin arbeitet bis 12 Uhr und dann von Eins bis halb 5. Sie stellt Skulpturen und alles rund um den Tisch her, zum Beispiel Gläser, Schüsseln usw., Lampen, aber auch „Péckvillercher", Schmuck (Ohrringe), Deko (z. B. Tannenbäume). Sie entwickelt auch Spezialanfertigungen auf Wunsch der Kunden und Kundinnen.

Durch das Blasen entsteht eine Glasblase.

Die Stange wird gerollt, damit das Glas gleichmäßig geformt wird.

Die Farben als Puder zum Färben.

Selbst hergestellte Glasdekorationen.

Drei Fragen an Pascale Seil

Welche Gefahren bringt der Beruf mit sich?
Mein Beruf hat eigentlich keine besonderen Gefahren. Die größte Gefahr sind Brandverletzungen. Ich muss einfach gut aufpassen. Es gibt eigentlich mehr Gefahren, wenn ich in der kalten Werkstatt arbeite, wo ich das Glas poliere, schleife, schneide und durchbohre. Beim Bohren kann das Glas in der Hand zersplittern, deshalb muss ich mit Handschuhen und Schutzbrille arbeiten. Beim Sandstrahlen entsteht viel Staub, deshalb sollte ich eine Maske tragen. Die kalte Werkstatt muss sehr sauber gehalten werden, denn schon ein kleines Staubkorn in der Poliermaschine kann die Skulptur völlig zerkratzen. Dann muss die ganze Arbeit wieder von vorne angefangen werden.

Wie bekommt das Glas seine Farbe und seine Form ?
Kleine vorgefärbte Glaskugeln werden mithilfe einer Metallstange aus dem 490-Grad-Ofen genommen. Anschließend werden sie erhitzt. Danach blase ich einen kleinen Luftstoß durch die Stange, um in der Kugel einen Hohlraum zu erschaffen. Erst jetzt kommt transparentes Glas hinzu, indem ich mit der Stange in den Ofen fahre, um dort transparentes Glas zu schöpfen. Dieser Vorgang ermöglicht es, das Volumen zu erhöhen. Die Stange mit dem Glas muss dann gedreht beziehungsweise gerollt werden, damit das Gefäß eine gleichmäßige Form bekommt.

Wie lange brauchen Sie, um ein Glas herzustellen?
Ich kann das nicht so direkt sagen, weil man immer unterschiedlich lang braucht. Es hängt davon ab, welches Objekt ich herstelle. Es kommt auch noch Vorbereitungszeit dazu, das bedeutet, die verschiedenen Dekorationen müssen ebenfalls vorbereitet und produziert werden.

Zum Schluss unseres Besuchs haben wir noch die Ausstellung besucht und die schönen Lampen und Skulpturen bewundert. Es war interessant und spannend, einen Einblick in dieses Handwerk zu bekommen.

Nummer 18

Piwifun

Maach Mat(h)

Treppauf, treppab

Sophie hat eine doppelseitige Treppe gebaut.Die ist einen Meter hoch und besteht aus Würfeln mit einer Kantenlänge von 5 cm.

Alex, ihr Freund, wohnt gegenüber. Er beobachtet Sophies Treppe durch ein Fernglas von seinem Zimmer aus.
Er sieht folgenden Ausschnitt (siehe oben):

Wie viele Würfel hat Sophie gebraucht, um ihre doppelseitige Treppe zu bauen?

Auflösung: www.piwitsch.lu

Die Witze-Ecke:

Was ist schlimmer als ein Elefant im Porzellanladen?
Ein Igel in der Luftballonfabrik!
Jacques, 8 Jahre

Was macht eine einzige Wolke am Himmel?
Sie genießt die Aussicht!
Noah, 9 Jahre

Quel est l'animal le plus heureux ?
Le hibou. Parce que sa femme s'appelle « Chouette ! ».
Sophie Charlotte, 10 ans

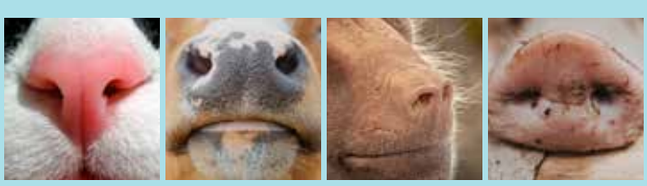
„Hier sind Ihre Medkiamente."
„Sie haben sich vertippt!"
„Nein, sie sind ja verschreibungspflichtig!"
Liz, 11 Jahre

Du kennst auch einen tollen Witz? Schick ihn an info@piwitsch.lu! Vielleicht wird er hier veröffentlicht.

Nasen-Quiz

Wem gehört diese Nase?

a b c d



e f g h

Fotos: Shutterstock

a: Bär, b: Giraffe, c: Hund, d: Kaninchen, e: Katze, f: Kuh, g: Pavian, h: Schwein

Welcher Rüssel macht was?

Grafik: Shutterstock / Oxsana Chumakova

LE GOUVERNEMENT DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse

SCRIPT

De Piwitsch