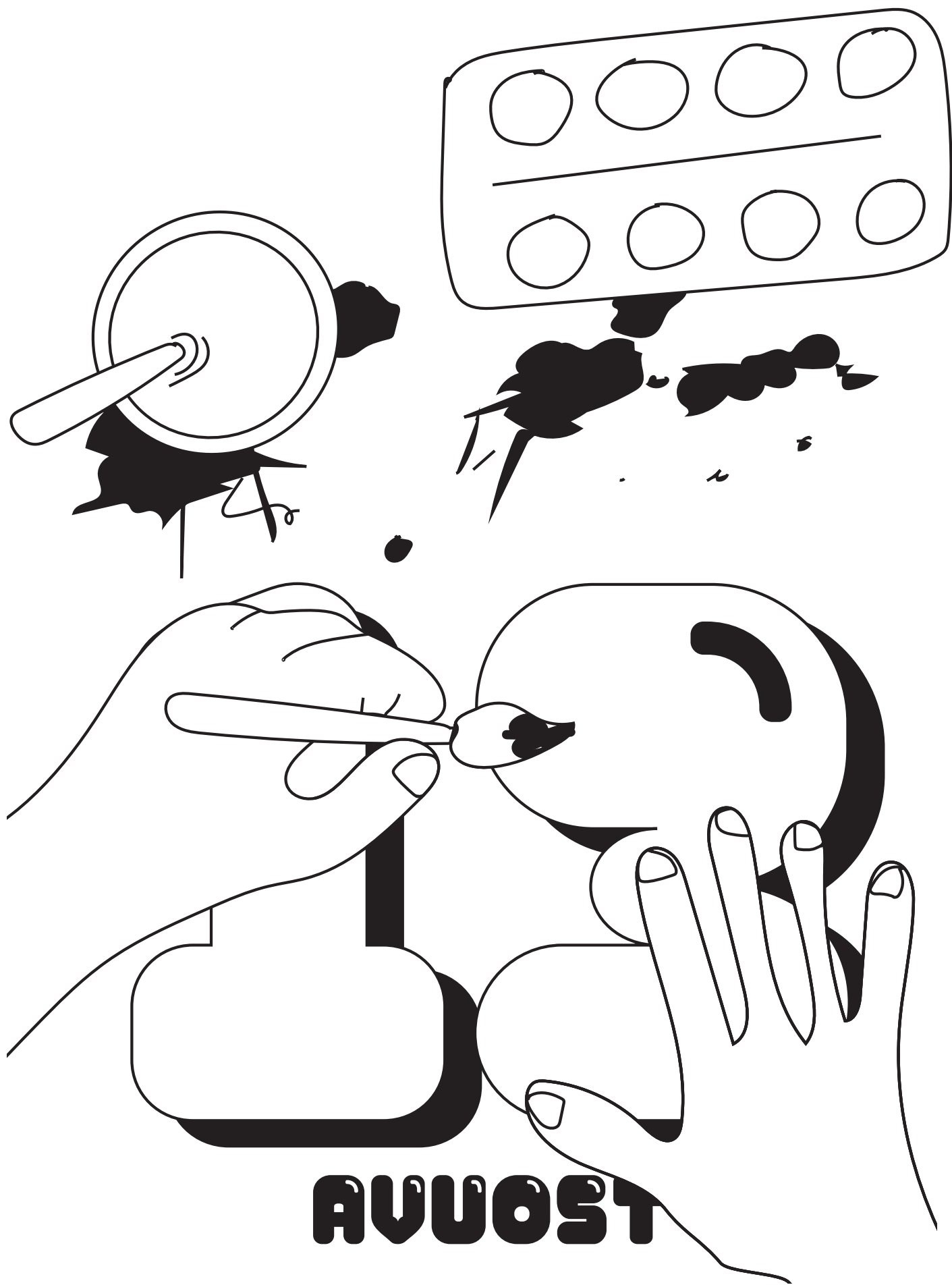


# Hoz es il Di da las tschankinas e dals tschankins



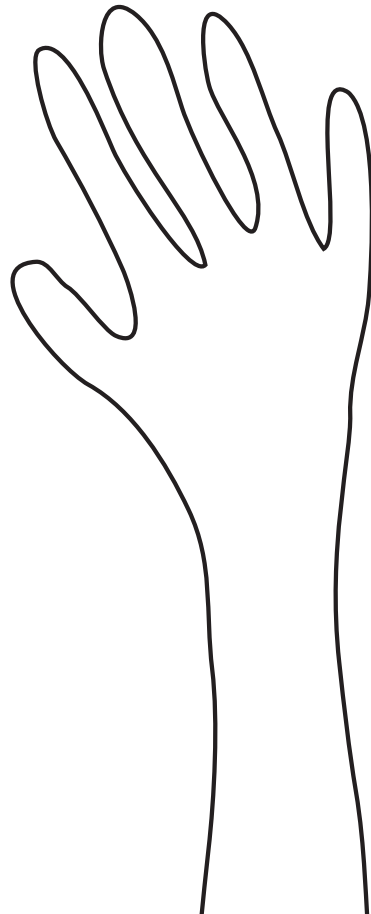
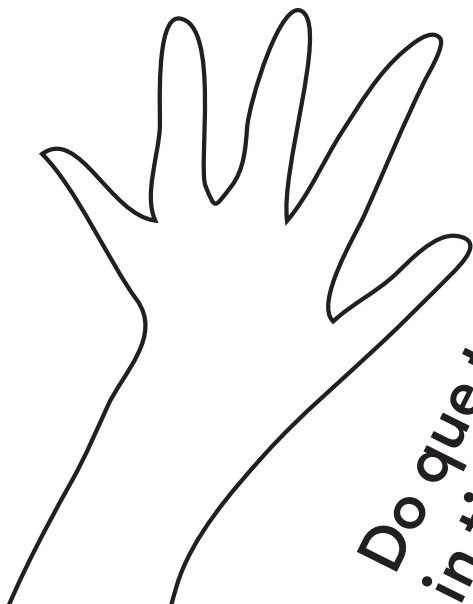
# Hoz es il Di da las tschankinas e dals tschankins

Cun che maun scrivast tü? Cun che-nün pittürast? E cun chenün vo que meglder da taglier? Cul dret u cul schnester? La granda part dals umauns fo quistas robas cul maun dret, ils bgers sun dimena dretners. Scha tü scrivast, pittürast, tagliast e büttast üna balla il pü gugent cul maun schnester, alura est tü tschankina u tschankin e quist di es specielmaing per te! L'Americaun Dean R. Campbell ho invento quist di l'an 1976 per fer üna fin a fosas idejas sur da personas chi drouvan pü gugent il maun schnester. Pü bod crajaiva la glied cha esser tschankina u tschankin saja qualchosa cha's stopcha correger. Uschè haun vossas nonas e voss nons tschankins prubabelmaing stuvieu imprendder a scriver cul maun dret eir scha füss sto pü simpel per els da scriver cul maun schnester. Hozindi as so cha tuots duos es normel. Que as muossa già magari bod, che maun cha qualchün preferescha.

Ün poppin müda auncha giò dret e schnester sch'el piglia per mauns sieus giovarets u otras chosas. Cur ch'el ho circa ün an, ho el ün maun preferieu e cun circa trais ans nu müda el pü giò il maun e que as vezza, sch'el es tschankin u dretner. Tschankinas e tschankins da renom sun per exaimpel l'artist Pablo Picasso, il chantadur Justin Bieber, il giuveder da ballapè Lionel Messi, la moderatura Oprah Winfrey e la chantadura Pink. Cur cha tü vezzast la prossma vouta üna fotografia u ün video da quistas personas, guarda bain in che maun ch'ellas tegnan il microfon u l'utensil da scriver!

*Do que tschankinas u tschankins in tia famiglia?*

*Che est tü bun da fer cun tuots duos mauns istess bain?*



# Gö da posts Que fatschi cul schnester!

Que fatschi cul (maun) schnester – que as disch per tudas-ch, scha qualchosa es fich simpel da fer. Uschè simpel cha's vain eir da fer que cul maun pü debel. Que vuol dir, scha tü est dretner u dretnera e scha tü sest fer las robas eir cul maun schnester, alura es que simpel per te. Quant greiv es que però da scriver cul maun schnester?

Fo üna vouta ün pêr robas dal minchadi cun l'oter maun. Per exaimpel sföglier in ün cudesch u taglier culla forsch cul maun schnester. E quant greiv es que da fer tuot quistas robas cul maun dret, scha tü est tschankina u tschankin?

Piglia per üna vouta tieu maun «debel».



# Post

## Müda tieu maun

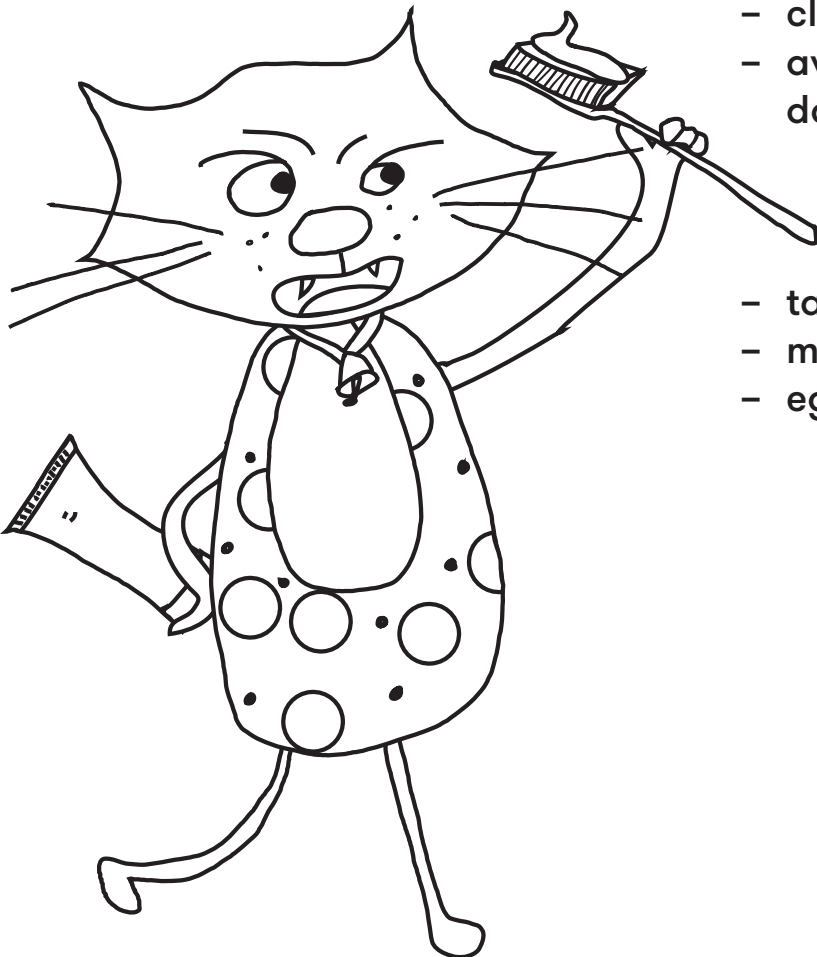
1

Nos muond es ün muond da dretneras e dretners. Cun que cha'l maun dret es il maun pü ferm da la granda part da la glied, sun bgeras robas dal minchadi fattas per quels dal maun dret. Per exaimpel üna forsk normela u ils vierchels da las butiglias da PET. Per dretners vo que bger meglder da druver quists utensils cu per tschankinas e tschankins.

Prouva üna vouta da fer ün pêr robas cun tieu maun schnester.

Scha tü est tschankina u tschankin, fo ellas cun tieu maun dret.

- laver ils daints
- cunagir la maisa
- fer üna cumbinella (ün puzzle) be cul maun schnester
- petner ils chavels
- der il maun ad üna persuna
- fer uorden
- piglier giò il vierchel d'ün jogurt
- sföglier in ün cudesch
- giuver a ballapenna u a tennis
- bütter üna balla
- scriver qualchosa al computer (tschanter sül maun dret e scriver be cul maun schnester)
- avrir üna butiglia da PET
- svöder ova in ün magöl (attenziun: piglier ova freida!)
- pittüerer cun ün pinè
- cler fluors
- avrir ün paquet chips u uorsins da gomma

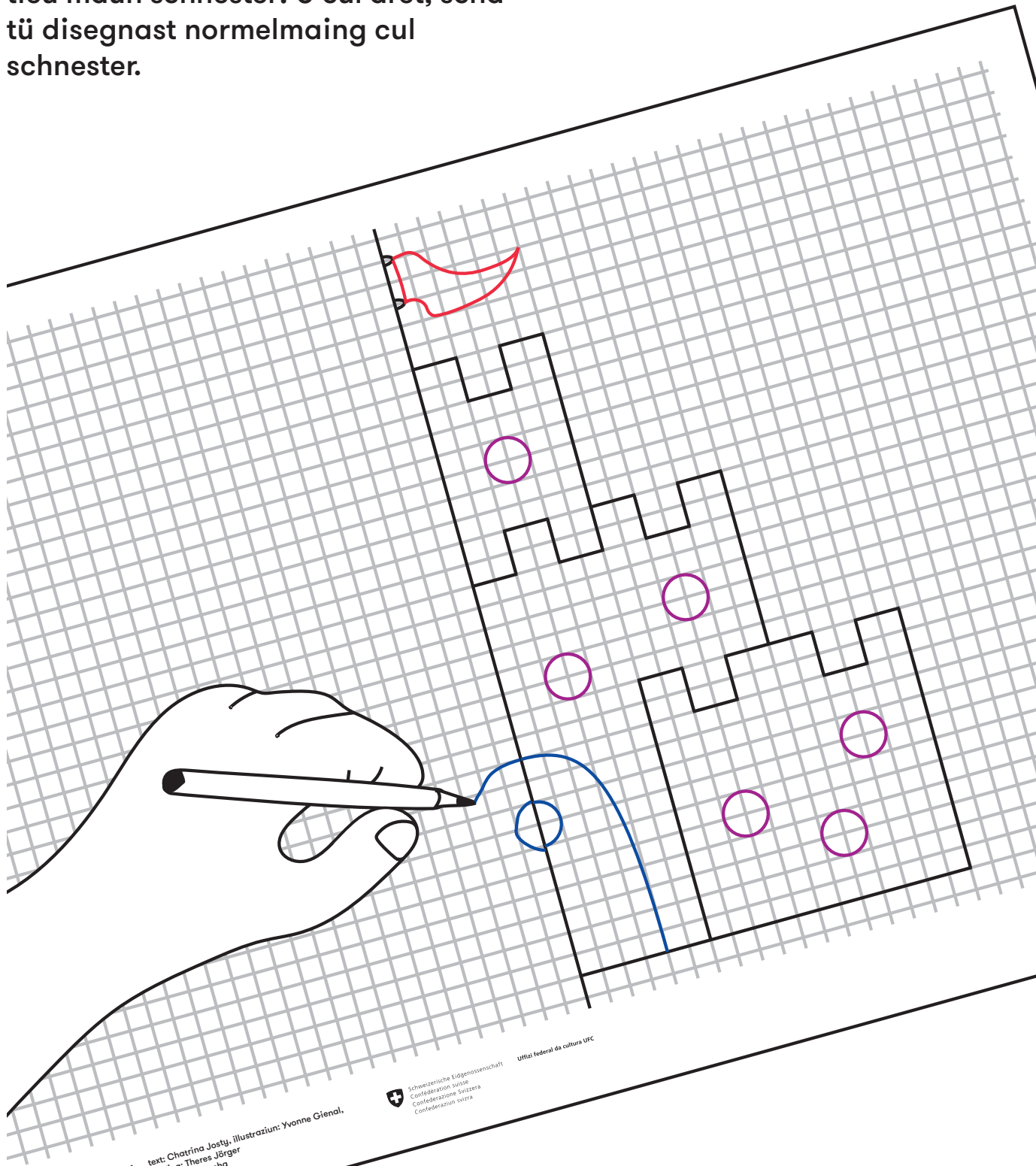


- taglier cul curtè
- metter painch sül paun
- egnas idejas

# Post Spievler las fuormas


2

Cumplettescha la vart chi mauncha.  
Spievla las fuormas. Disegna cun  
tiu maun schnester! U cul dret, scha  
tü disegnast normelmaing cul  
schnester.



KIDSFITSCH  
Lia Rumantscha

text: Chatrina Josty, illustraziun: Yvonne Gienal,  
grafica: Theres Jögger  
© Lia Rumantscha

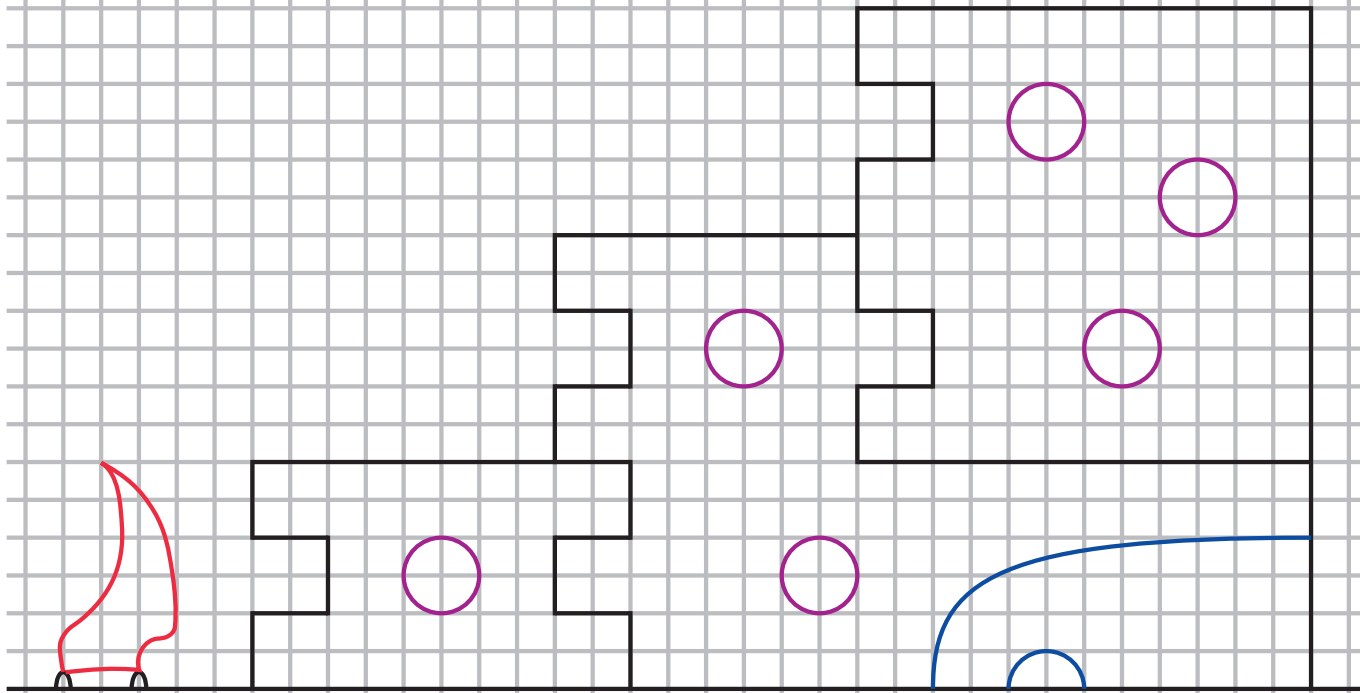
 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Uffiz federal da cultura UFC

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

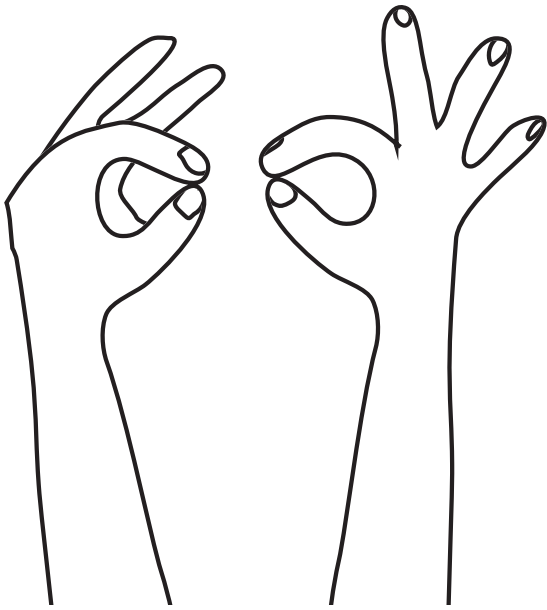
text: Chatrina Josty, illustraziun: Yvonne Gienal,  
grafica: Theres Jögger  
© Lia Rumantscha

KIDSFITSCH  
Lia Rumantscha



# Post Daunta svelta!

3



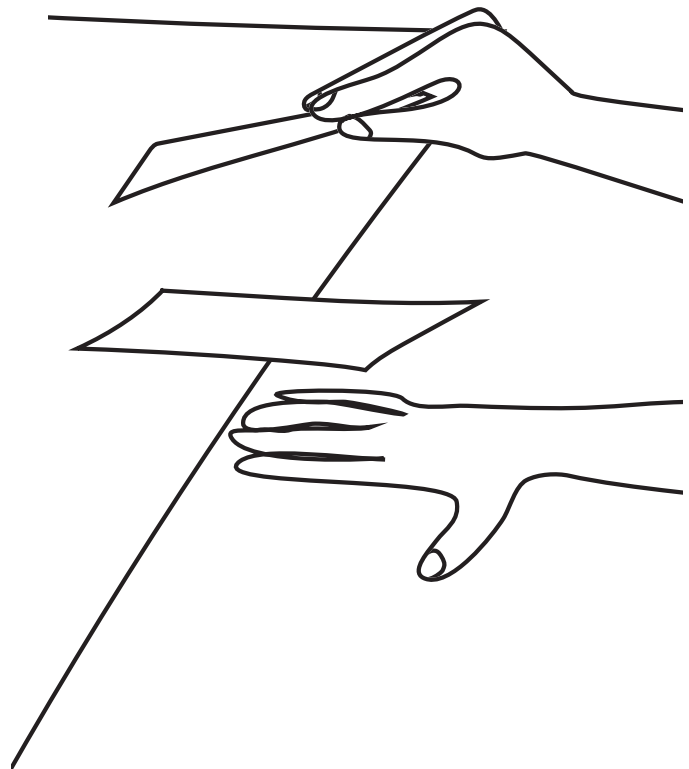
## Gö 1: Confusiun totela!

Cumainza cul maun schnester: il polesch tippa ün daunt zieva l'oter, el passa dal daunt musseder fin tal dantulin e darcho inavous. Il prüm be plaun, alura adüna pü svelt. Il listess gö fest uossa eir cul maun dret. Auncha pü interessant vain que, scha'l maun schnester fo ün'otra successiun cu il maun dret. Voul dir, il maun schnester tippa il prüm il daunt musseder, il maun dret invezza cumainza cul daunt pitschen.

## Gö 2: Clappa il plattin!

Metta il plattin da biera\* a l'ur da la maisa. Do cun tia daunta ün stum-pelin da suotinsü. Il plattin saglia i'l ajer. Prouva da'l clapper. Scha que gratagia cun ün plattin, alura sgür eir cun duos u trais plattins. E cul maun schnester?

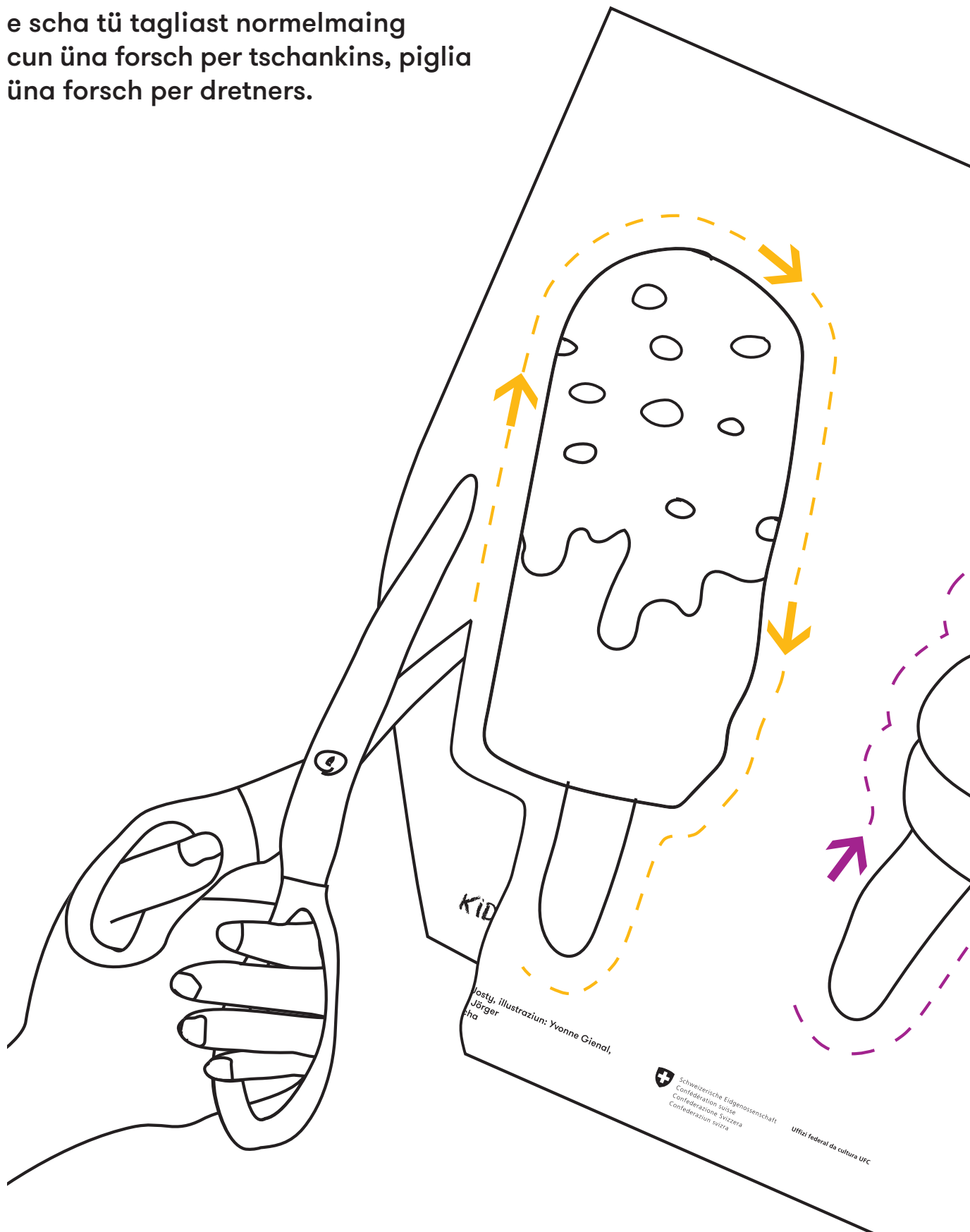
\* Ils plattins da biera do que pel solit in ustaria per metter lasura magöls u butiglias. Dumanda la prossma vouta cur cha tü est in ün'ustaria scha tü suos-chast piglier cun te ün pêr plattins da biera.



# Post

## Taglier cullaforsch

Piglia üna forsch in tieu maun  
schnester e taglia our ils disegns.  
Scha tü es tschankina u tschankin  
e scha tü tagliast normelmaing  
cun üna forsch per tschankins, piglia  
üna forsch per dretners.



KID  
Josty, illustraziun: Yvonne Glenel,  
Jörger  
sha

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

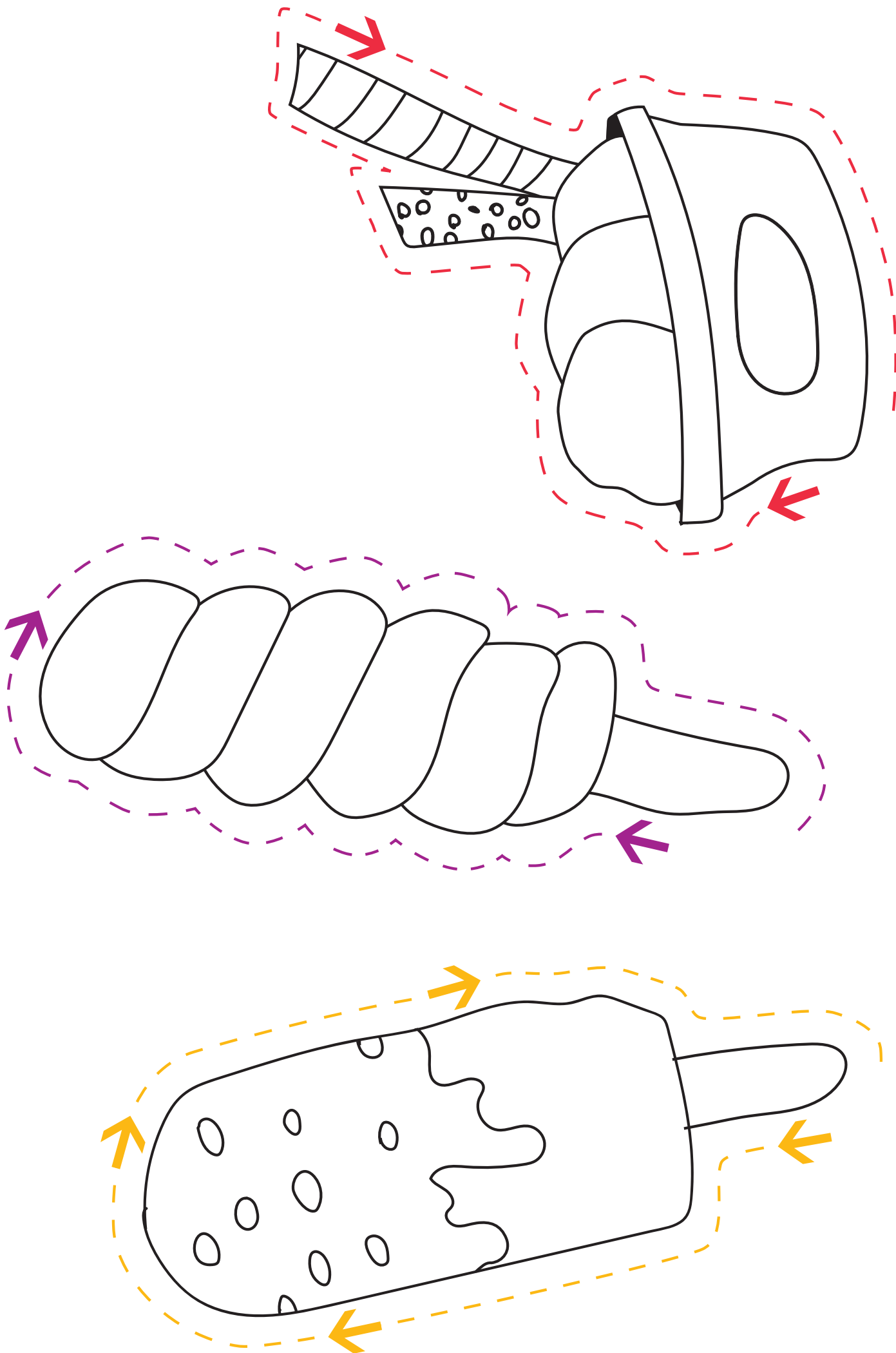
Uffiz federal da cultura UFC

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

text: Chartrina Josty, illustraziun: Yvonne Glenel,  
grafica: Theres Jörger  
© Lia Rumantscha

KIDSFITSCH  
Lia Rumantscha

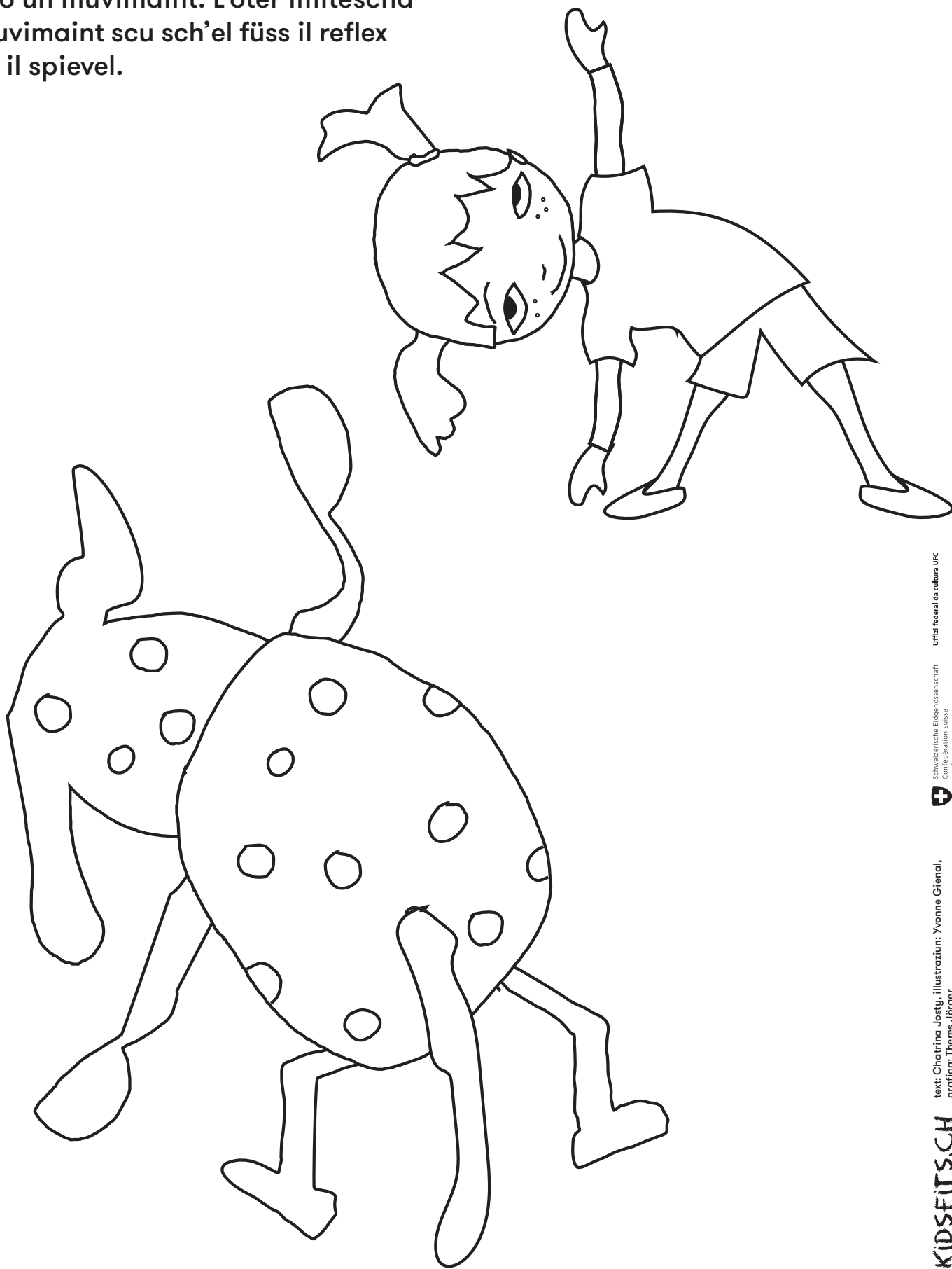




# Post Gö dal spievel

5

Duos iffaunts staun ün visavi a l'oter.  
Ün fo ün movimaint. L'oter imitescha  
il movimaint scu sch'el füss il reflex  
aint il spievel.



## Trenamaint pel tscharvè

Nos tscharvè es partieu in üna vart dretta ed üna vart schnestra. La vart schnestra dirigia la vart dretta dal corp. La vart dretta dal tscharvè dirigia la vart schnestra dal corp. Nos tscharvè cumanda dimena in crusch! Per cha nos tscharvè resta fit e concentro, es que bun da fer exercizis chi collian las duos parts dal tscharvè. Scu per exaimpel l'exercizi suotvart.

Metta il model (il fögl culs rinchs) davaunt te e piglia in mincha maun üna culur u ün rispli. Cumainza cul maun schnester a l'ur schnester e cul maun dret a l'ur dret e colurescha ils rinchs al listess mumaint. Passa da rinch a rinch fin cha tü hest eir culurieu ils rinchs immez. Auncha pü greiv es que, scha tü fest adüna üna pitschna crusch aint ils rinchs impè da'ls culurir. Tieu tscharvè stu alura lavurer auncha pü ferm. Ma cun ün pô trenamaint vainst da fer eir quelò!

