

Lappidu



Ich habe schöne, große Augen, mit denen ich alles sehen kann. Das ist toll, nicht wahr? Ja, das finde ich auch. Lisa sagt, dass ich ein Prinz bin. Prinz Lappidu der Erste. Mein Vater ist König Philip der Erste. Ich wohne leider nicht mehr bei meinem Vater in seinem Palast. Das erscheint dir vielleicht eigenartig. Aber das ist es gar nicht! Lisa wohnt auch nicht bei ihrer Mutter und bei ihrem Vater. Lisa wohnt bei der Familie Heldt. Familie Heldt ist Lisas Pflegefamilie.



ICH-BUCH

Lappidu

Die Familie Heldt ist eine sehr große Familie. Zunächst ist da Opa Heldt, genannt wird er aber immer „Opa Paul“.

Neben Opa Heldt gibt es noch Herrn und Frau Heldt. Lisa nennt sie Mama Anna und Papa Christian. Dann ist da noch Arne Heldt. Vor Arne muss man sich in Acht nehmen. Der Junge kann ziemlich nerven. Und dann gibt es noch Lea Heldt, sie ist neun Jahre alt. Drei Jahre älter als Lisa. Beide sind in derselben Schule. Lea geht in die dritte Klasse und Lisa in die erste Klasse, zu Frau Büchner. Lea und Lisa sehen aus wie leibliche Schwestern. Aber das sind sie nicht. Lisa heißt ganz anders, Lisa heißt mit Familiennamen Beckmann. Sie hat aber auch zwei leibliche Schwestern und einen leiblichen Bruder. Ihre Geschwister wohnen in einer Wohngruppe.

Kater Gismo gehört auch zur Familie Heldt. Genau wie die beiden Goldfische dazugehören. Aber Gismo hat einen aufgeessen. Die Goldfische haben keine Namen. Ist es nicht traurig, keinen Namen zu haben? Jeder hat doch einen Namen. Ich auch. Ich heiße Lappidu.

So hat Lisa mich genannt. Ich bin das Kuschtier von Lisa. Das Kuschtier, das alles fühlt, sieht und hört.



DU-BUCH

schlafen

Was kannst Du noch machen, um gut (ein-)schlafen zu können?

Kreuze die Antworten an, die für Dich zutreffen:

- Besonders laute Musik anmachen
- Immer zu ungefähr der gleichen Zeit ins Bett gehen
- Am Tag bewegen und Sport machen
- Im Zimmer möglichst viel Licht anmachen
- Probleme nicht mit ins Bett nehmen, sondern vorher lösen oder sie aufschreiben
- Die Heizung besonders hoch stellen, damit es schön warm im Zimmer ist
- Entspannungsübungen
- Etwas ruhiges hören (Musik / Hörspiel)
- Sich noch einmal richtig mit jemandem streiten bevor man schlafen geht
- Das Fenster etwas öffnen und die Heizung ausstellen, damit es nicht zu warm im Zimmer ist
- Das Zimmer dunkel machen
- Ein Buch oder eine Zeitschrift lesen
- An ein besonders schönes Ereignis denken
- _____



ausgefüllt durch: _____ am: _____ . _____ . _____

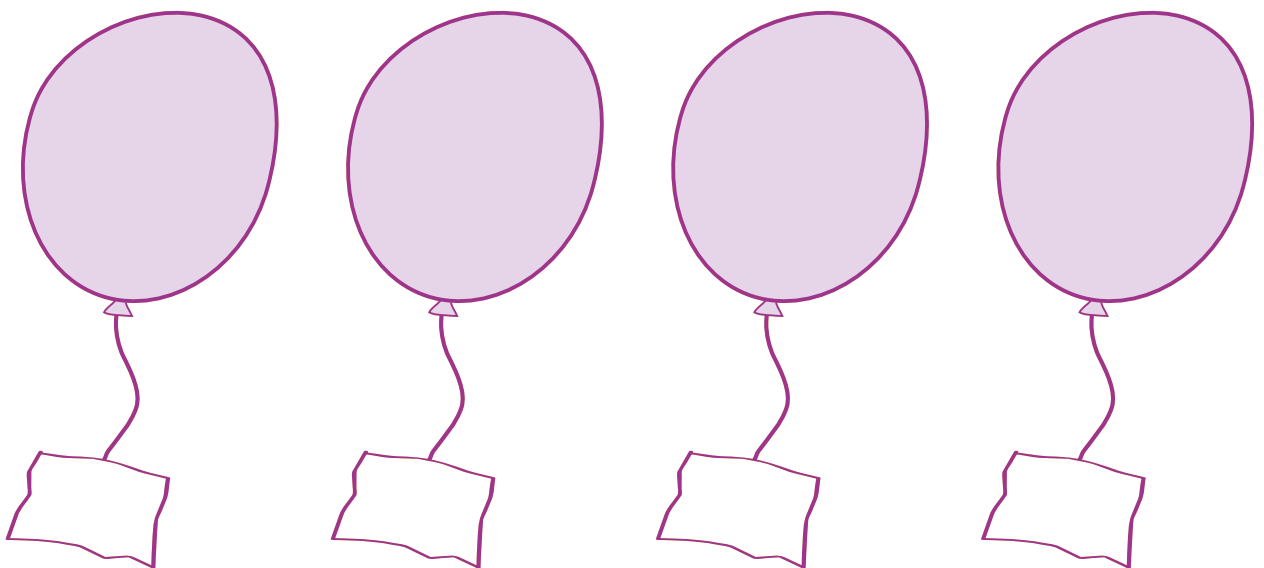
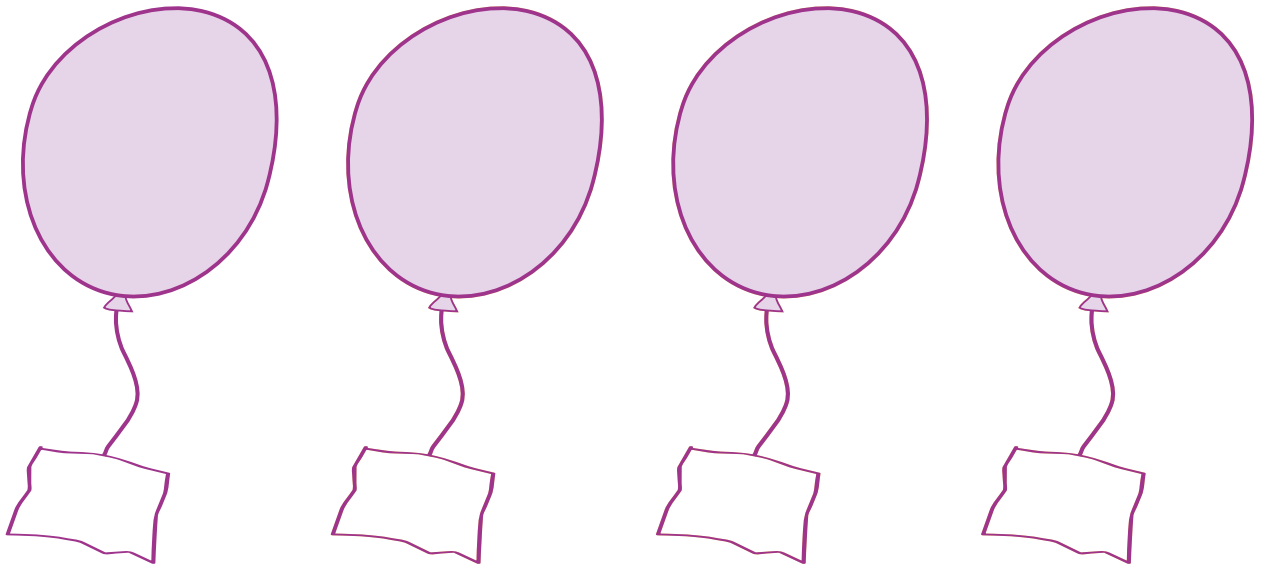
DU-BUCH

Deine Freizeit / Deine Hobbys

Fallen Dir weitere Aktivitäten ein?

Schreibe Sie in die Ballons.

Trage in die Wunschkarten ein, mit wem Du das gerne machst.



Ich bin jetzt Jahre alt.