

PAUSENSTOFF
SCHLAFEN



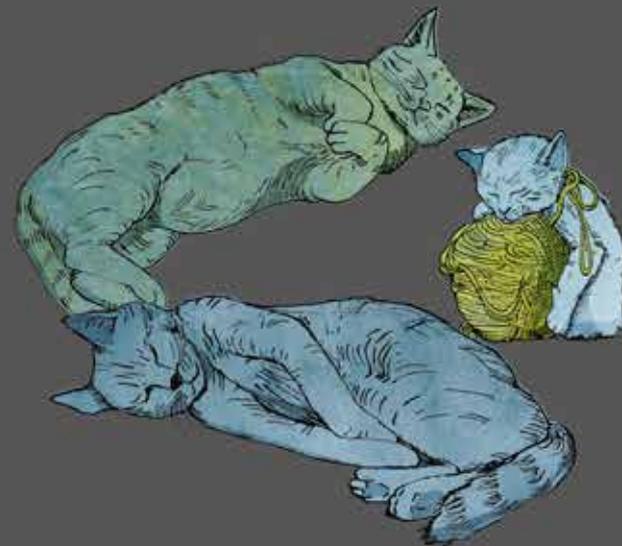
TEXT BETTINA HALDER
ILLUSTRATION MICHAELA NUTZ



FÜR EINEN GUTEN SCHLAF MUSS VIELES RICHTIG SEIN:
ZUM BEISPIEL DER POLSTER
UND DIE DECKE.

UND DER BEZUG AUS DEM FEINEN KUSCHELIGEN STOFF IST GUT.
WAHRSCHEINLICH MUSS SOGAR DAS MUSTER PASSEN
UND DIE FARBE ...

AUCH DEIN NACHTGEWAND ...



DU WEIßT WIE DU DICH BETTEN MUSST,
WIE DU DICH EINRICHEST IN DEINEM SCHLAFGEMACH:
NOCH ETWAS LICHT?
EIN PAAR TÖNE?

AUCH DIE GEDANKEN
WOLLEN GEBETTET SEIN.

UND DEIN HERZSCHLAG ...

UND STILLER WIRD'S ...



ALLEIN
ZU ZWEIT
DIE KINDER DAZU

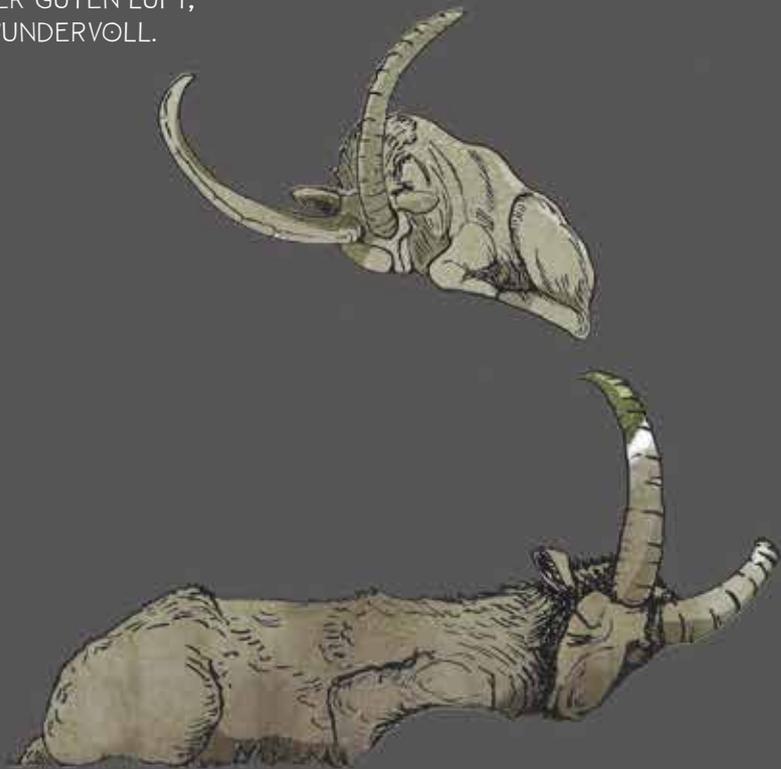
DIE KUSCHELTIERE
UND PÖLSTER
DIE BÜCHER
DIE SACHEN ...

IM SCHLAFLAGER HAT OFT VIELES PLATZ ...

ODER NUR DU ALLEIN.



WENN DU DRAUßEN SCHLÄFST
WEGEN DEM HIMMELSDACH,
DEM GLITZER UND DEM MÖNDLICHT,
WEGEN DER GERÄUSCHE
ODER DER GUTEN LUFT,
IST ES WUNDERVOLL.



WENN DU NICHT DRAUßEN SCHLÄFST,
DANN MUSS EIN BISSCHEN VON ALL DEM
DURCHS FENSTER
ZU DIR.



LEG DOCH DIE RESTE VOM TAG,
DEINE AUFREGUNGEN
UND DEINEN KUMMER
IN EINE SCHALE
NEBEN DICH.

ODER MACH EINE ZEICHNUNG DRAUS,
EIN KLEINES GEDICHT,
EINE GESCHICHTE FÜR EIN OHR.

EINS NACH DEM ANDERN.

SOLANGE BIS DU LEICHTER UND LEICHTER WIRST,
UND AN DES SCHLAFES HAND DAVONGEHST
IN DAS REICH HINTER DEM TAG.

