

Emils Abendritual

Der Tag wird leise

1

Wir räumen den Tag auf

Das Spielzeug kommt an seinen Platz. Das Licht wird weich und warm.



2

Wir machen uns bettfertig

Wir putzen die Zähne, ziehen den Schlafanzug an und kuscheln uns ein.

Wir erzählen von unserem Tag

3

Was war heute schön?

Was war heute schwierig?

Worauf bist du heute stolz?



4

Wir atmen ganz ruhig

Riech ganz langsam an der Blume.

Puste die Feder sanft davon.

Drei ruhige Atemzüge.



5

Wir sagen gute Nacht

Der Tag ist vorbei.

Jetzt darfst du dich ausruhen.

Du bist sicher und geborgen.

Gute Nacht.

