

e
dition
riedenburg

Sigrun Eder
Daniela Klein
Michael Lankes



Machen wie die Großen EXTRA

Das Mit-Mach-Heft für
Klo-Könige und Klo-Königinnen

WIE SIEHT DEIN LIEBLINGS-TÖPFCHEN AUS?

Sieht dein(e) wie ein Käfer aus oder magst du lieber einen, der wie ein(e)

_____ aussieht?



Male für Lola dein Lieblings-Töpfchen:



WIE SIEHT DEIN LIEBLINGS-KLOPAPIER AUS?

Hat es ein spezielles Muster oder eine spezielle Farbe? Wenn ja, welche(s)



Male für Lola dein Lieblings-Klopapier:



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besonderer Hinweis

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autoren noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte Arzt oder Therapeuten.

Markenschutz

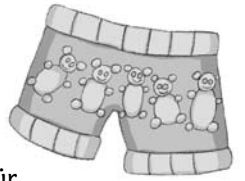
Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

1. Auflage	März 2013
© 2013	edition riedenburg
Verlagsanschrift	Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet	www.editionriedenburg.at
E-Mail	verlag@editionriedenburg.at
Website zum Buch	www.vollehose.com

Lektorat	Johann Leitner
Satz und Layout	edition riedenburg
Herstellung	Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-902647-87-0

WILLST DU SELBER LIEBER ...



.....
... ohne Windel sein? Oder finden andere, dass du schon zu groß dafür bist? Ist doch piepschnurzegal!

Probiere es einfach aus: Nimm die Windel ab und setze dich mit blankem Popo auf das Töpfchen oder den Klositzverkleinerer (damit dein Popo nicht im Klo landet). Sage dann:

„Murmel, Urmel, Kacks und Pi, meine Windel brauch‘ ich nie!“

Und falls kein Kacka oder Pipi kommt – was dann? Immer mit der Ruhe! Denk an etwas Schönes, schau dir die Fliesen im Klo oder im Badezimmer ganz genau an oder blättere in deinem Lieblingsbuch. Das entspannt wunderbar. Denn nur, wenn du ganz locker bist, flutscht es so richtig gut.

Halb so wild, wenn das Töpfchen oder das Klo trotzdem leer bleiben. Manchmal dauert es eben ein bisschen, und manchmal ist es auch bloß „falscher Alarm“. In der Zwischenzeit kannst du dir deine gemütliche Unterhose anziehen und wieder spielen gehen.

Und falls Pipi, Kacka oder beides schon da sind: Hurra! Du hast es geschafft! Jetzt brauchst du dich nur noch mit Klopapier oder einem feuchten Tuch sauber zu machen. Dabei kannst du dir auch von Mama oder Papa helfen lassen. Mein Tipp: Besonders nach dem Kackmachen ist Hilfe gut, damit dein Popo wieder blitzblank wird.

Das volle Töpfchen entleerst du im Klo. Mit einem guten Flutsch – dafür drückst du kräftig auf die Spültaste – schickst du seinen Inhalt auf die Reise. Tja, und dann heißt es: Hände waschen und weiterspielen. Bis zum nächsten Mal, wo dein Körper meldet: „Hey du, ab aufs Klo!“



Halte deine königlichen Klo-Erinnerungen in diesem Buch für später fest, und sei stolz auf jeden auch noch so kleinen Erfolg!



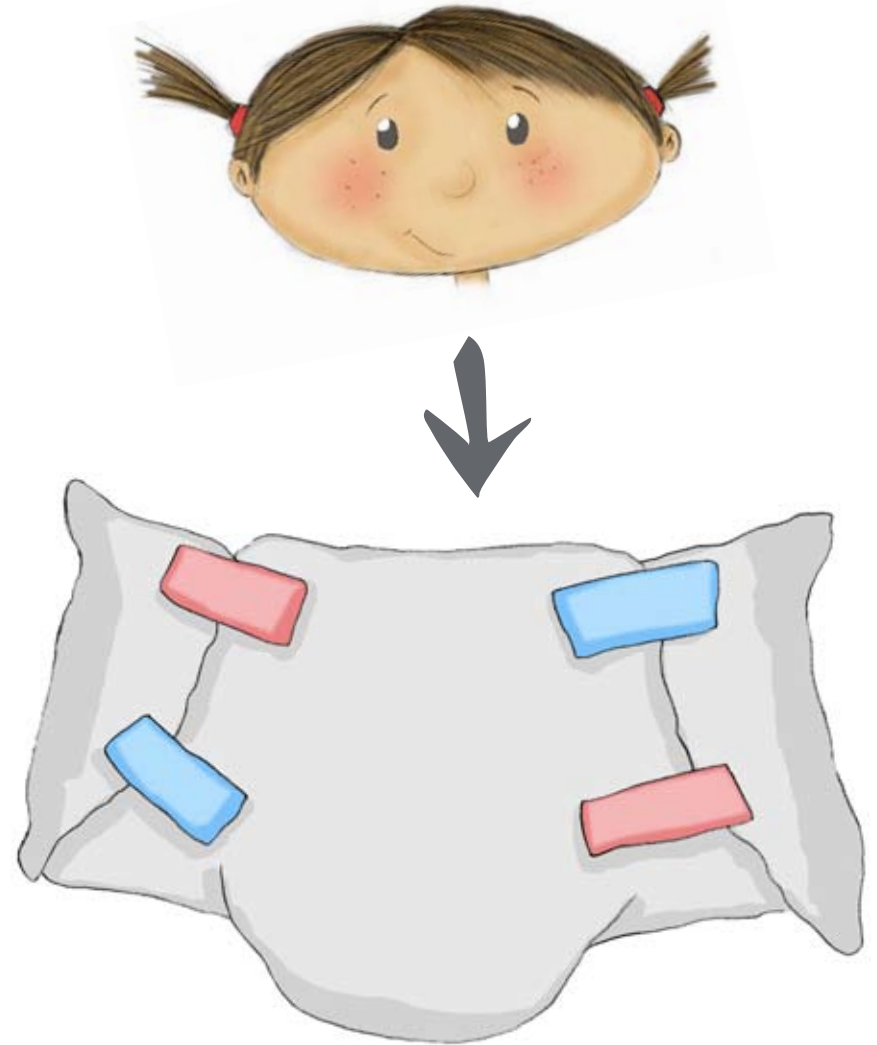
Viel Spaß beim Machen wie die Großen wünscht dir deine Lola

Lola





Das ist Lola.



Lola trägt noch eine Windel.



WEISST DU SCHON, DASS ...



... dein Körper aus Essen und Trinken Pipi und Kacke macht?



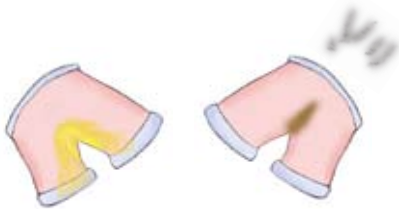
... deine Kacke dunkler wird, je mehr Fleisch du isst?



... optimale Kacke täglich kommt, gelbbraun aussieht und super flutscht?



... Flitze-Kacke kommt, wenn dein Körper bestimmtes Essen nicht mag oder wenn du krank bist?

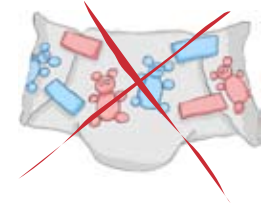


... hin und wieder ein Pipi-Unfall oder eine volle Hose passieren können?

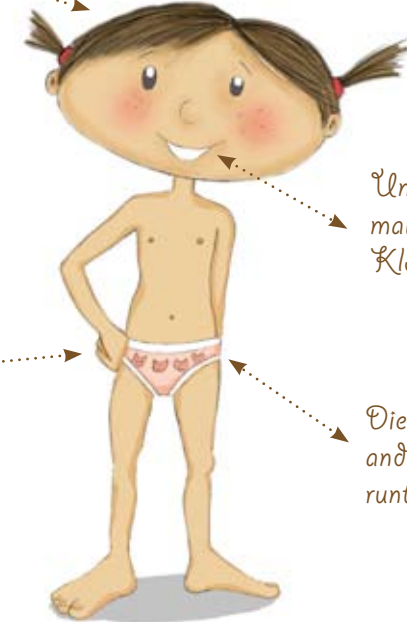


... Händewaschen nach dem Kacken oder dem Besuch fremder Klos ganz wichtig ist?

... jedes Kind bestimmte Dinge können muss, damit es keine Windel mehr braucht?
Zum Beispiel:



Dran denken, rechtzeitig aufs Klo zu gehen.



Unterwegs sagen „Ich muss mal“ oder nach dem Weg zum Klo fragen.



Sich selber abputzen oder jemanden darum bitten, es zu tun.



Die Unterhose (und die andere Kleidung) rasch runterziehen.

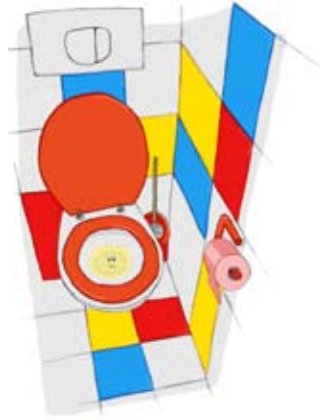


Bestimmt fällt dir noch etwas Wichtiges ein:



WANN MUSST DU AUFS KLO?

Überlege, wann du meist pinkeln oder kacken musst. Erzähle es deiner Mutter, deinem Vater oder anderen Menschen, die du magst – und schreibe es auf:



Meistens muss ich Pipi machen, wenn ich ...



Meistens muss ich Kacka machen, wenn ich ...





KLAPPT ES BEI DIR SCHON TÄGLICH?

1. Woche

Beobachte drei Wochen lang, wie es ohne Windel funktioniert! Bleibt deine Hose trocken und sauber, oder kommt es manchmal zu Pipi- und Kacka-Unfällen? Male eine lachende Blume, wenn es geklappt hat.

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

SOWAS!

Die Sachbuchreihe zu kindlichen und jugendlichen Spezialthemen
* Im Buchhandel in Deutschland, Österreich und der Schweiz *

BAND 1: „VOLLE HOSE“

Einkoten bei Kindern: Prävention und Behandlung
Autorinnen: Sigrun Eder | Daniela Klein * Illustrator: Michael Lankes

BAND 2: „MACHEN WIE DIE GROSSEN“

Kacke und Pipi: Was Kinder und ihre Eltern
über Toilettfertigkeiten wissen sollen
Autorinnen: Sigrun Eder | Daniela Klein * Illustrator: Michael Lankes

BAND 3: „NASSES BETT“

Nächtliches Einnässen bei Kindern: Prävention und Behandlung
Autorinnen: Sigrun Eder | Elisabeth Marte * Illustratorin: Hedda Christians

BAND 4: „PAULINE PURZELT WIEDER“

Hilfe für übergewichtige Kinder und ihre Eltern
Autorinnen: Sigrun Eder | Anna Maria Cavini * Illustrator: Jakob Möhring

BAND 5: „LORENZ WEHRT SICH“

Hilfe für Kinder, die sexuelle Gewalt erlebt haben
Autorin: Sigrun Eder * Illustratorin: Silvia Kettl

BAND 6: „JUTTA JUCKT'S NICHT MEHR“

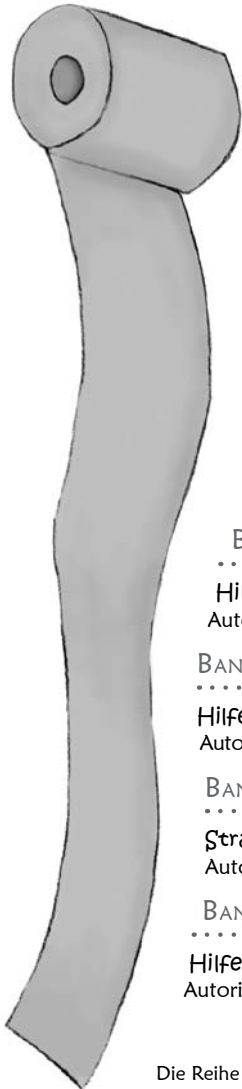
Hilfe bei Neurodermitis – ein Sachbuch für Kinder und Erwachsene
Autorinnen: Sigrun Eder | Anna Maria Cavini * Illustratorin: Hedda Christians

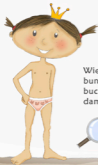
BAND 7: „KONRAD, DER KONFLIKTLÖSER“

Strategien für gewaltloses Streiten
Autorinnen: Sigrun Eder | Daniela Molzbichler * Illustratorin: Evi Gasser

BAND 8: „ANNIKAS ANDERE WELT“

Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern
Autorinnen: Sigrun Eder | Petra Rebhandl * Illustratorin: Evi Gasser






Früher hatte Lola ein Problem, sie wollte nicht aus ihrer Windel raus. Aber seit Lola zur Klo-Königin geworden ist, bleibt die Windel im Schrank und die Unterhose (fast immer) trocken und sauber. Und das findet nicht nur Lola richtig duft!

Wie ist es mit dir? Trägst du noch eine Windel? Möchtest du lieber schöne, bunte Unterhosen anziehen? Dann ist dieses Mit-Mach-Heft mit Klo-Tagebuch für dich ideal! Es macht aus dir einen Klo-König/eine Klo-Königin, damit es auch bei dir heißt: Froh aufs Klo!




Übrigens: Wenn es bei dir ohne Windel noch nicht so ganz klappt, übe weiter. Irgendwann hast auch du den Dreh raus und das Klo wird dein Königsthron!


Autorinnen & Illustrator



Mag. Sigrun Eder ist Klinische und Gesundheitspsychologin, Systemische Therapeutin sowie Redakteurin. Sie ist Begründerin und Hauptautorin der „SOWASI“-Reihe und seit 2008 an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Christian Doppler-Klinik und dem Universitätsinstitut für Klinische Psychologie der PMU an den Salzburger Landeskliniken tätig.



Daniela Klein MSc ist Psychologin, Elterntrainerin sowie Systemische Familientherapeutin. Sie war lange in der Kinder- und Jugendhilfe tätig und arbeitet derzeit in einer Beratungsstelle für psychisch kranke Menschen und deren Angehörige.



Dr. Michael Lankes arbeitet an der FH Oberösterreich und studierte an der FH und an der Universität Salzburg. Neben malerischen Tätigkeiten war er bereits an verschiedenen Projekten mit gestalterischem Hintergrund beteiligt.



edition
riedenburg
editionriedenburg.at



vollehose.com

BAND 2 EXTRA
SOWASI!

ISBN 978-3-902647-87-0



9 783902 647870