

Empfohlen vom



Verena Herleth  
Illustriert von Anna Grill

# Drache Hatschi

## und die Ritter des Immunsystems

edition  
riedenburg



## Warum bloß niest Drache Hatschi viel öfter als seine Artgenossen?

Bereits kurz nach seiner Geburt stößt er die für Drachen typische Stichflamme aus, und – ha-, ha-, hatschi! – schon ist klar, wie der kleine Hatschi heißen soll.

Weil das ständige Feuerspeien jedoch nicht nur unpraktisch, sondern auch gefährlich für Hatschi und seine Umgebung ist, muss dringend eine Lösung gefunden werden. Wie gut, dass sich Doktor Hase mit dem Niesen und seinen Ursachen auskennt. Er vermutet, dass Hatschi unter einer Allergie leiden könnte. Ein Test bringt die Gewissheit. Von nun an kann dem kleinen Hatschi wirkungsvoll geholfen werden und das lästige Stichflammen-Niesen gehört endlich der Vergangenheit an. Naja, fast, denn manchmal – ha-, ha-, hatschi! – niest Hatschi natürlich immer noch in seine Flügel.

Im abenteuerlich illustrierten Bilderbuch für Kinder ab dem Kindergartenalter dreht sich alles ums Niesen und die verschiedenen Ursachen von Allergien. Begleitende Anregungen für kleine und große (Vor-)Leser fördern das individuelle Verständnis, wie das Immunsystem und die Körperabwehr funktionieren, um gesund zu bleiben.

**Band 9 der Buchreihe MIKROMAKRO  
für neugierige Kinder**

**e**dition  
**r**iedenburg  
editionriedenburg.at

ISBN 978-3-99082-060-5



9 783990 820605



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.

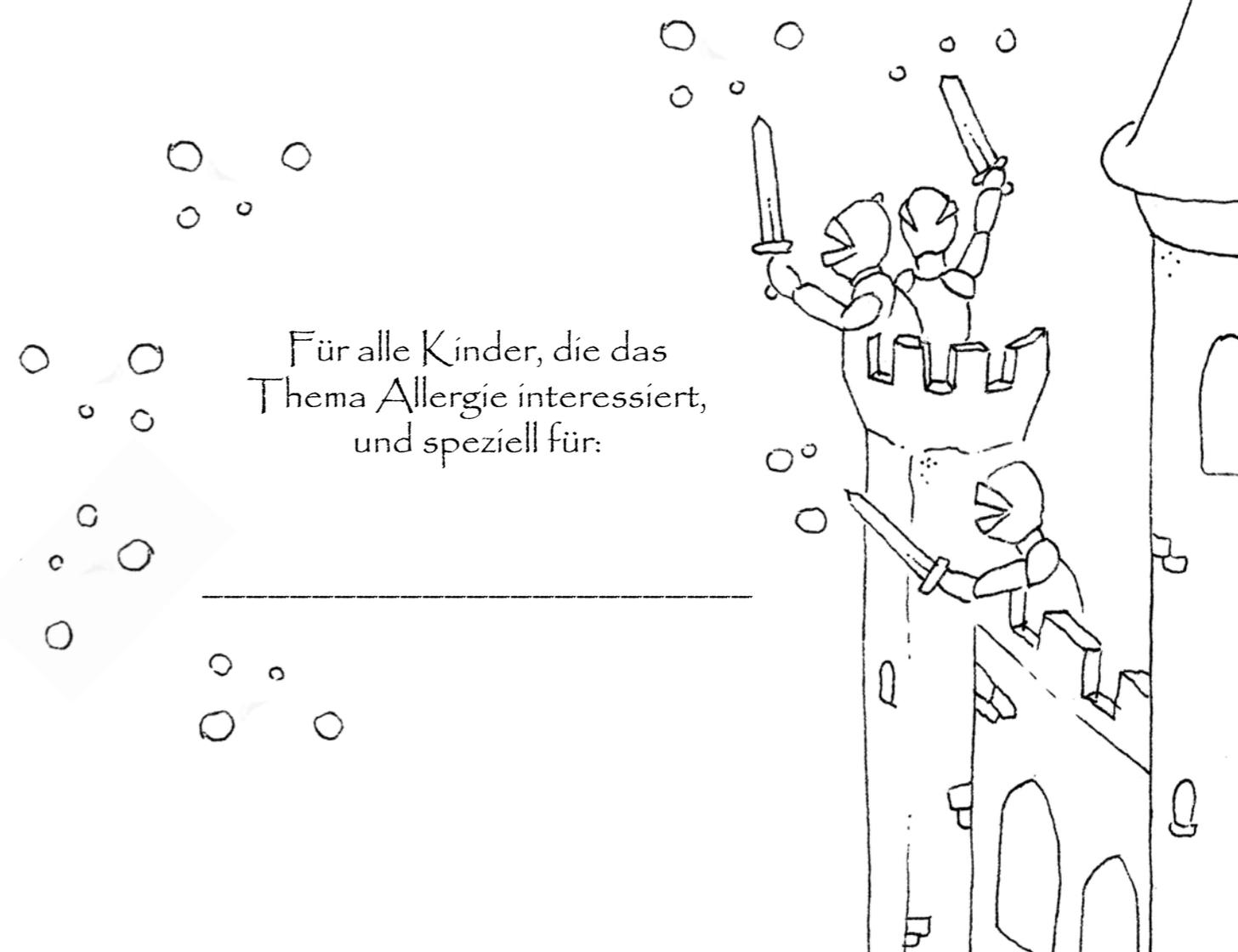
Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorinnen noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Eine Haftung der Autorinnen bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen.

#### 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	Oktober 2020
© 2020	edition riedenburg
Verlagsanschrift	Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet	<a href="http://www.editionriedenburg.at">www.editionriedenburg.at</a>
E-Mail	<a href="mailto:verlag@editionriedenburg.at">verlag@editionriedenburg.at</a>
Lektorat	Dr. Heike Wolter, Regensburg
Satz und Layout	edition riedenburg
Herstellung	Books on Demand GmbH

ISBN 978-3-99082-060-5



Für alle Kinder, die das  
Thema Allergie interessiert,  
und speziell für:



Heya, ich bin der Drache  
Hatschi. Rate mal, warum  
ich so heiÙe!

Bestimmt hast du es  
gewusst: Ich werde Hatschi  
genannt, weil ich jeden Tag  
sehr oft niese.

Als ich vor einiger Zeit  
aus meinem Drachenei  
geschlüpft bin, fragte mich  
meine Drachenuutter:

„Und du, mein Kleiner? Wie  
willst du gerne heißen?“

In diesem Moment juckte  
meine Nase, wie so oft, und  
ich antwortete:

„Ha-, ha-, hatschi!“

So nieste ich und eine kleine  
Stichflamme schoss aus  
meinem Mund, ganz knapp  
an Mamas Kopf vorbei.

Sie lachte und beschloss:

„Hatschi! Das ist ein schöner  
und passender Name für  
dich!“



Es gibt also diese eine, klitzekleine Schwierigkeit, wenn man als Drache so viel niesen muss.

Hast du da eine Idee?

Genau: Wir Drachen stoßen bei jedem Hatschi eine Stichflamme aus – kleiner Drache, kleine Stichflamme, großer Drache, große Stichflamme.

Zumindest, wenn wir den Mund beim Niesen aufmachen.

So kam es, dass ich Mamas heilige Schuppensammlung bereits verstorbener Drachen abfackelte, Papas gefangener Prinzessin die Haare verbrannte, Tante Othelias kampflustigen Ritter verscheuchte und Omas Skelettsammlung aller bislang bezwungenen Feinde verkokelte.



Ich versuchte alles Mögliche, um ja kein Feuer beim Niesen zu speien.

Hast du eine Ahnung, was ich alles probiert habe?

Sehr gute Ideen. Das werde ich demnächst ausprobieren.

Also, ich nahm mir fest vor, den Mund geschlossen zu lassen, doch mein Feuerstrahl verbrannte mir die Lippen und aus meinen Ohren kam beißender Rauch, der bis ins Weltall stank.

Ich trank vor dem Niesen schnell ein Glas Wasser, aber das wurde in Millisekunden zu heißem Wasserdampf, der sich in einer megamäßig großen Explosion entlud und unsere Höhle sowie unseren Drachenberg erzittern ließ.

Alle Nachbardrachen kamen angerannt, weil sie dachten, es gäbe ein Erdbeben!

Schließlich nahm ich mir vor, immer in eine unbewohnte Höhle zu niesen.

Das klappte zwar sehr gut, doch logischerweise war nicht immer eine Höhle in der Nähe.



Am schlimmsten war es, wenn wir Drachenkinder auf der Wiese hinter dem Drachenfelsen Verstecken spielten.

Warum wohl?

Ich versteckte mich wunderbar in all dem großen Gras und zwischen den wundervollen Blumen.

Allerdings musste ich dauernd niesen und Rauch oder Feuer verrieten mein Versteck.

So wurde ich immer als Erster entdeckt.

Das war total doof.

Da mir zusätzlich die Augen zuschwellen und ich nur noch verschwommen sah, konnte ich die anderen auch nicht finden.

Ich sah die Umgebung ungefähr so wie auf diesem Bild.

Könntest du mir helfen, meine Drachenfreunde zu finden?



Als Doktor Hase vor dem Drachenland in die Wohnung bei den drei Hügeln einzog, beschloss meine Mutter, dass wir ihm von meinen Niesattacken und den angeschwollenen Augen erzählen sollten.

Vielleicht hatte er ja eine Idee, warum ich so anders als meine Drachengeschwister war.

Wir flogen also zu seiner Praxis.

Als wir vor der Praxis von Doktor Hase standen, musste ich ... Ja, was wohl?

Genau ... du sagst es: Niesen!

Leider gab es in der Nähe keine Höhle und ich nieste mit einer gewaltigen Stichflamme auf das wunderschöne Türschild.

Natürlich konnte man danach nichts mehr darauf lesen und die Patienten von Doktor Hase irrten so lange in der Gegend herum, bis der Arzt für ein neues Schild sorgte.



Mama klopfte an Doktor Hases Türe und entschuldigte sich für mein Missgeschick.

Der Arzt hörte Mama gut zu und fragte mich dann, ob ich für ihn ein paar Mal ganz tief ein- und ausatmen könnte.

Währenddessen hörte er meine Lunge mit einem Stethoskop ab und leuchtete mit einer kleinen Taschenlampe in meinen Rachen und in meine Ohren.

Genau in diesem Moment fing meine Nase wieder an zu kribbeln.

„Ha-ha-ha ...“, machte ich.  
„Bitte niicht!“, dachte ich.  
„Am Ende verbrenne ich noch die ganze Arztpraxis und vielleicht sogar Doktor Hase!“

Hast du eine Idee, was ich hätte tun sollen?

Doktor Hase hatte auch eine und riss schnell das Fenster neben mir auf.

„Hatschiii!“, machte ich und ich nieste meinen Feuerstrahl nach draußen in die frische Luft.

Dieses Mal ging die Angelegenheit also noch gut aus.

Um bei der nächsten Nies-Attacke jedoch nicht die gesamten Medizinvorräte von Doktor Hase zu verbrennen, vereinbarten wir den folgenden Termin zur Sicherheit in unserer Drachenhöhle.



Liebe LeserInnen,  
liebe Kinder, liebe  
Mütter und Väter,

vielen Dank, dass ihr dieses  
Buch gemeinsam gelesen  
habt. Vielleicht gab es hierfür  
einen konkreten Anlass oder  
aber das Buch fand seinen  
Weg ohne erkennbaren  
Grund zu euch.

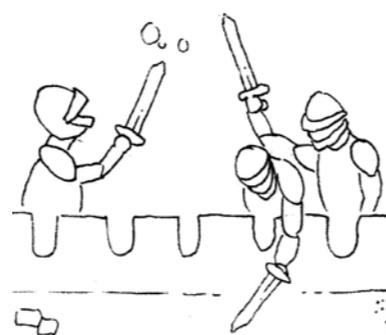
Hier erklärt Hatschi, der  
niesende Drache, was im  
Körper geschieht, wenn  
man an einer Allergie leidet.

Manchmal bringen Kinder  
Allergien scheinbar ins  
Leben mit oder entwickeln

diese im Laufe ihrer  
Kindheit. Ist man als  
Elternteil nicht selbst von  
der Thematik betroffen,  
stellen sich viele Fragen.  
Hilfreich ist es in diesem  
Fall, Kinderarzt/Kinderärztin  
oder AllergologIn  
aufzusuchen.

Zumeist bestätigt ein Haut-  
oder Bluttest die Allergie.  
Jetzt können weitere  
Schritte durchdacht und im  
Sinne des Kindes geplant  
werden.

Denke ich an meine  
Kindheit mit Allergien  
zurück, gab es viele  
Einschränkungen.  
Allergietabletten



reduzierten zwar die  
Symptome, dennoch konnte  
ich mich den Allergenen  
nicht unbegrenzt aussetzen.

So waren für mich Picknicks  
im tiefen Gras, Verstecken  
in Maisfeldern oder das  
Mithelfen bei der Heuernte  
gestrichen. Auch Ausflüge  
speziell Fahrradtouren  
am 1. Mai endeten mit  
zugeschwellenen Augen  
und Niesattacken, wovon  
ich mich mehrere Tage  
erholen durfte.

Reiten kam für mich  
ebenfalls nicht in Frage. Oft



schaute ich sehnsüchtig  
meiner Schwester zu, die  
Reitstunden bekam.

Ich verlagerte meine  
Interessen in die kreative  
Richtung. Manchmal war ich  
übermütig und spürte die  
Auswirkungen der Allergien.

Ich durchlief eine  
Hyposensibilisierung, die  
vielpersprechend war,  
meine Allergien jedoch  
nicht auslöschte.

Rückblickend stelle ich  
fest, dass es Jahre in  
meinem Leben gab und  
gibt, in denen ich deutlich  
weniger Allergiesymptome  
verspür(t)e.

Offenbar gibt es eine  
Verbindung zu meinem  
Erholungsgrad im Alltag:  
Bin ich ausgeruht und

emotional positiv gestimmt,  
erfahre ich weniger  
Allergiesymptome als unter  
Stress.

Auch Kinder können mit  
dem richtigen Wissen schon  
früh Verantwortung für  
sich und ihre Handlungen  
übernehmen. Sie erfahren  
am eigenen Körper, was  
ihnen vielleicht nicht so  
guttut und was ihnen  
hilft – beispielsweise die  
abendliche Dusche nach  
dem Spielen draußen.

Zum anderen sind auch wir  
als Eltern gefordert. Oft ist  
es eine Herausforderung,  
unseren Kindern zu ihrem  
Besten gewisse Aktivitäten  
zu verbieten – oder sie nicht  
ständig zu bemitleiden.

Jeder Körper hat seine  
eigenen Seiten, die  
besonderer Zuwendung

bedürfen. Wir können den  
Umgang zu Allergiezeiten  
positiv gestalten und das  
Beste aus der Situation  
machen.

Mögen Sie Ihr Kind  
zuversichtlich mit Geduld  
und Experimentierfreude  
begleiten. Möge sich die eine  
oder andere Allergie nach  
einiger Zeit vermindern oder  
sogar ganz verschwinden.

Auf den folgenden Seiten  
möchte ich Kinder und  
Erwachsene dazu einladen,  
sich mit den Inhalten dieses  
Buches noch  
einmal  
anders zu  
beschäftigen,  
Dinge zu  
notieren oder  
selbst etwas  
zu malen.



Magst du Drache Hatschi in seiner Höhle bunt ausmalen?



**Anderssein und Einzigartigkeit**

## Kinder:

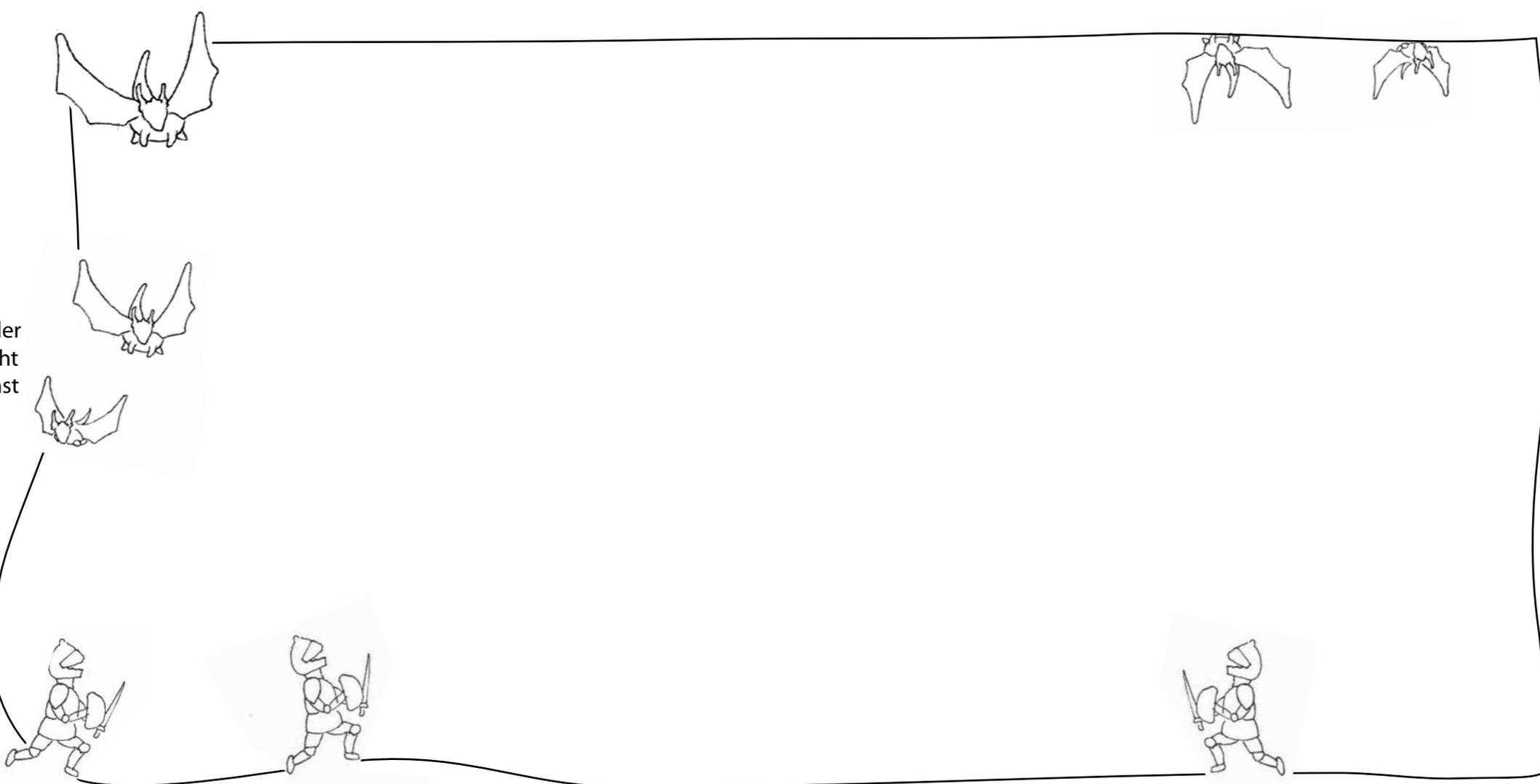
In der Geschichte bemerkt der Drache Hatschi sehr schnell, dass sein Körper anders reagiert. Er ist einzigartig und besonders.

Fällt dir etwas ein, das dich einzigartig macht? Dies können sichtbare Sachen sein wie die Haarfarbe – oder auch Bereiche, die man nicht sehen kann. Vielleicht kannst du etwas besonders gut.

Hier kannst du etwas aufmalen oder schreiben.



46



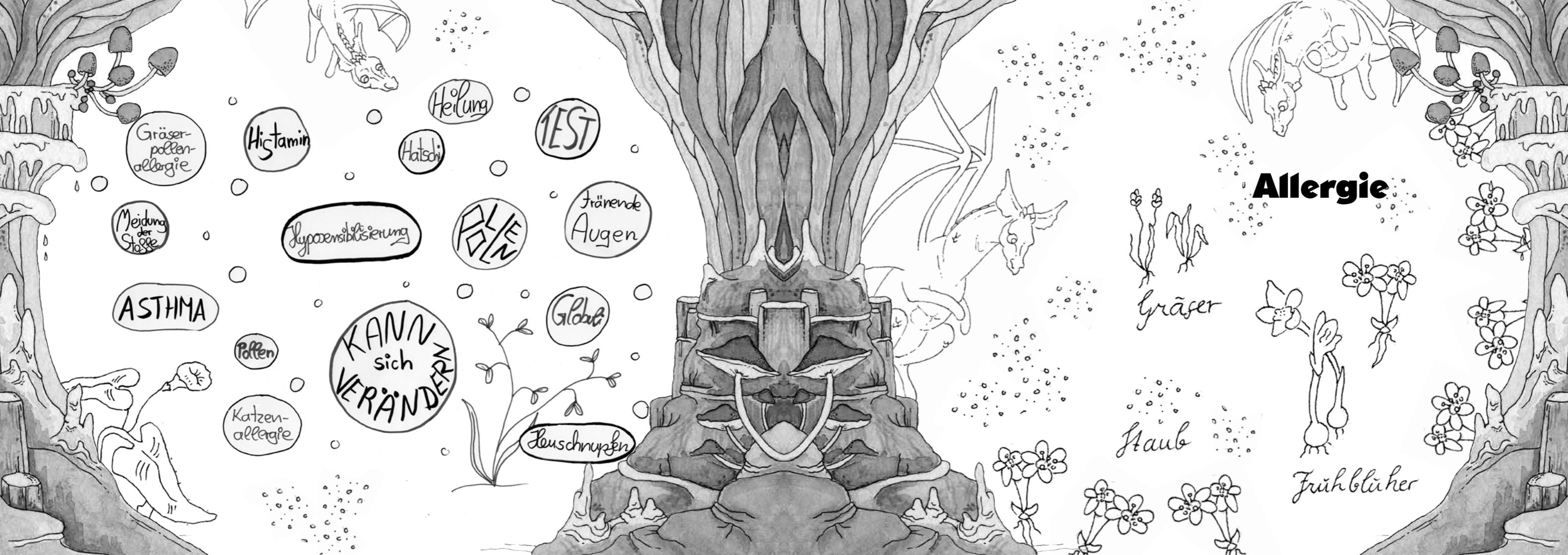
## Erwachsene:

Andersartigkeit und Einzigartigkeit lösen in uns andere Gedanken und Gefühle aus. Zumeist möchte jeder gerne einzigartig und besonders sein, jedoch nicht anders als die FreundInnen, Nachbarn und Familie.

Bringt nicht jede Einzigartigkeit auch ein Anderssein mit sich?

Nehmen Sie sich etwas Zeit, über die zwei Begriffe zu träumen. Hier können Sie gerne etwas notieren.

47



# Allergie

Gräserpollenallergie

Histamin

Heilung

Halschi

TEST

Meidung der Stoffe

Hypersensibilisierung

POLEN

Frärende Augen

ASTHMA

Pollen

KANN sich VERÄNDERN

Globuli

Heuschnupfen

Gräser

Staub

Frühblüher

Katzenallergie

## Kinder:

Drache Hatschi hat eine Allergie. Oft muss er niesen und seine Augen jucken.

Hatschi ist überrascht, als er sieht, was in seinem Körper alles geschieht.

Wie würdest du einer Freundin/einem Freund erklären, was mit Hatschis Körper bei der Allergie passiert?

Gerne kannst du hier etwas malen oder schreiben.

50



## Erwachsene:

Ist jemand in Ihrer Familie mit einer Allergie diagnostiziert?

Wie war es für Sie, als ein Arzt die Diagnose gestellt hat?

Welche Gedanken, Vorstellungen und Ideen verbinden Sie mit dem Krankheitsbild „Allergie“?

51

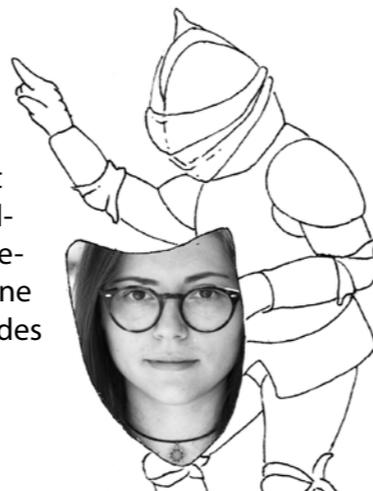




Verena Herleth, geboren 1980, studierte Diplom Sozialpädagogik. Die Themen Allergie und Heuschnupfen begleiten sie seit ihrer Kindheit. Mit vielen diagnostizierten Allergien war sie in ihrer Freizeitgestaltung beeinträchtigt und durchlief wie Drache Hatschi eine Hyposensibilisierung. Verenas Wunsch ist es, dass alle allergiebetroffenen Kinder verstehen, was in ihren Körpern geschieht. Sie freut sich darüber, wenn ihr Buch Kindern, Eltern und Familien in ähnlichen Situationen hilft.

In Verenas Buchreihe „MIKROMAKRO“ (Verlag edition riedenburg) sind zu Gesundheitsthemen bislang außerdem die Bücher „Hamster Henri isst glutenfrei - Das Bilderbuch zur Zöliakie“, „Die roten Fünf – Das Bilderbuch zu Nahrungsmittelunverträglichkeiten“ und der Jugendroman „Hey Darmzotte“ erschienen. [verena-herleth.com](http://verena-herleth.com)

Anna Grill, geboren 1996, studierte Grafikdesign in Sankt Pölten und Illustration in den englischen Cotswolds. Der Schwerpunkt ihrer Arbeiten liegt auf dem Fantastischen. Mit Liebe zum Detail füllt sie neu entstehende Welten und ermöglicht so insbesondere Kindern, komplexe und symbolhaltige Bilder früh zu lesen und zu verstehen. Während der Entstehung von Drache Hatschi hat sich Anna besonders gerne in der Praxis von Doktor Hase aufgehalten, einem Ort des Wissens und der behütenden Zuflucht.



## DAAB – über 100 Jahre aktiv

Der Deutsche Allergie- und Asthmabund (DAAB) wurde 1897 gegründet und ist der älteste Patientenverband für Menschen mit Allergien, Asthma, Neurodermitis, Urtikaria und Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten. Wir beraten Sie und Ihre Familien persönlich und unabhängig.

Laktose, Fruktose, Gluten, Histamin und Co. – Lebensmittelallergien auf Ei, Milch, Weizen, Erdnuss und andere Auslöser, Spurenkennzeichnung, Ernährungs-Beratung, Recherchelisten, Rezepte ... es sind hunderte Aspekte, für die wir rund um das Thema Ernährung Angebote und Hilfen für unsere Mitglieder bereithalten. Dazu gehören auch das DAAB-Netzwerk von Ernährungsfachkräften in Ihrer Nähe sowie unser Einsatz für eine bessere Kennzeichnung und für das Thema Anaphylaxie.

**Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V. – DAAB**

**An der Eickesmühle 15–19 • 41238 Mönchengladbach • [www.daab.de](http://www.daab.de) • [info@daab.de](mailto:info@daab.de)**

## Online-Portal „Alleleland“ für Kinder

Im Online-Portal „Alleleland“ des DAAB lernen Kinder spielend alles über Lebensmittelallergien, Asthma, Neurodermitis und Heuschnupfen. In einem eigenen Bereich erhalten Eltern, Erzieher und Lehrer Infos, um sich in das Thema zu vertiefen und es in der Kita oder dem Unterricht zu integrieren.

[www.alleleland.de](http://www.alleleland.de)





Hamster Henri hat Bauchweh. Immer dann, wenn er bestimmte Nahrungsmittel zu sich nimmt, drückt und zwickt es in seinem Unterleib, dass es zum Hamsterbackenblähen ist!

Dank eines Besuchs bei Doktor Hase kommt Henri dem Problem auf die Schliche: Er verträgt keine Getreidesorten, in denen „Gluten“ enthalten ist.

Also müssen alle Körner, die Henri Probleme bereiten, raus aus dem Hamsterbau. Da freuen sich Henris Freunde, denn sie bekommen all das geschenkt, was Henri nicht mehr essen darf.

Das witzig illustrierte Bilderbuch für Kinder ab dem Kindergartenalter hilft, Zöliakie und die Sache mit dem Gluten besser zu verstehen. Begleitende Anregungen für kleine und große (Vor-) Leser fördern das individuelle Verständnis, wenn es um die Einhaltung strenger Nahrungsmittelgebote geht.

Empfohlen von der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V.

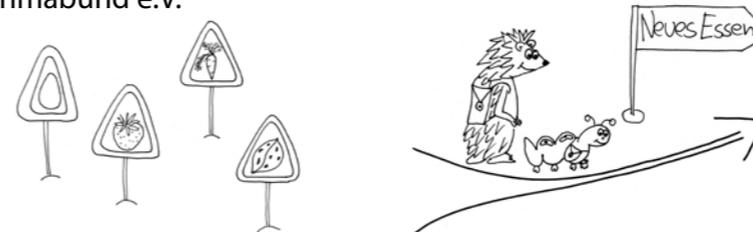


Text und Illustrationen: Verena Herleth  
Band 2 der Buchreihe **MIKROMAKRO**

edition  
riedenburg



Empfohlen vom DAAB – Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V.



Text und Illustrationen: Verena Herleth  
Band 5 der Buchreihe **MIKROMAKRO**

Ida Igel hat eine Allergie gegen Hühnereier. Auch Idas vier Freunde – Emil Eichhorn, Rudi Raupe, Molli Maus und Bine Biber – leiden an unterschiedlichen Nahrungsmittelallergien.

Wie gut, dass ihnen Doktor Hase ganz genau erklären kann, was im Körper passiert, wenn man gegen etwas allergisch ist. Nun gilt es, jene Dinge zu vermeiden, die Ida und ihre Freunde nicht vertragen.

Gemeinsam tüfteln „die roten Fünf“ eine Methode aus, die sie leichter herausfinden lässt, was genau im Essen drin ist. Denn wer immer nachfragt, bevor er zubeißt, gewinnt!

Bald schon stellen sie fest: Zum Glück gibt es reichlich „erlaubte“ Nahrungsmittel, die jeder von ihnen essen darf.

Inklusive alltagstauglicher Ideen im Umgang mit Kindern, die unter einer Nahrungsmittelallergie leiden.

edition  
riedenburg



„Andere Jugendliche mit deinem Problem.“

Der Satz ihrer Mutter prallte durch Carinas Kopf wie ein explodierendes Popcorn und hinterließ überall Brandwunden. „Pah! Dein Problem! Mein Problem!“, machte Carina ihrer Wut laut Luft. „Das Problem heißt Laktose- und Glutenunverträglichkeit.“

Carina ist seit einem Jahr an Zöliakie erkrankt und wird von ihren Eltern nach wiederholten Krankenhausaufenthalten zu einem Ernährungskurs angemeldet. Widerwillig fährt sie in die Berge und trifft das erste Mal auf andere Jugendliche mit ihrer Erkrankung. Obwohl alle Gruppenmitglieder die Diagnose Zöliakie an diesen Ort brachte, stellen sie fest, dass sie noch viel mehr verbindet als ihre Erkrankung.

Wie gut, dass ihr Tagebuch Paulchen keine Geheimnisse ausquatscht. Auch nicht Carinas zunehmendes Interesse an Maxin, dem netten Jungen aus ihrer Gruppe ...

Jugendroman von Verena Herleth

160 Seiten Paperback | EUR 14,90 (D)

Empfohlen von der Deutschen Gesellschaft für Zöliakie e.V.

edition  
riedenburger



Text: Sigrun Eder • Anna Maria Cavini

Illustrationen: Hedda Christians

Band 6 der Buchreihe **SOWAS-Buch.de**

edition  
riedenburger

SOWAS!

In „Jutta juckt's nicht mehr“ wird Kindern erklärt, was Neurodermitis bedeutet, wodurch ihr Verlauf günstig beeinflusst wird und welche Möglichkeiten es gibt, mit Hänseleien und anderen psychosozialen Auswirkungen besser klarzukommen. Sie erfahren ebenso, mit welchen einfachen Tricks sie den Juckreiz lindern können, ohne ihre Haut zu schädigen. Eine Geschichte und verschiedene Mit-Mach-Seiten laden Betroffene zusätzlich ein, über ihre Krankheit, den Juck-Kratz-Kreislauf und ihre Ressourcen nachzudenken, um persönliche, stressreduzierende, für das Wohlbefinden förderliche und hautschonende Verhaltensstrategien zu entwickeln.

Eltern lernen, wie sie ihre Kinder optimal bei der Krankheitsakzeptanz unterstützen und ihnen helfen können, sich zu Experten für Neurodermitis zu entwickeln. Ebenso werden die Eltern informiert, wie man den Kontakt mit Neurodermitis-Auslösern gezielt vermeidet und was rasche Linderung bei Schmerzen und Juckreiz bringt. Die enthaltene Entspannungsgeschichte zum Vorlesen ermöglicht Kindern, zur Ruhe zu kommen. Das Kindersachbuch unterstützt durch seinen kindgerechten Zugang auch ÄrztInnen, PsychologInnen und PsychotherapeutInnen in ihrer Arbeit mit Betroffenen.



Gewaltfreie Kommunikation kinderleicht erlernen mit Gino Giraffe



Text: Hanna Grubhofer • Sigrun Eder  
Illustrationen: Barbara Weingartshofer  
Band 20 der Buchreihe **SOWAS-Buch.de**

edition  
riedenburg



Emil Erdmännchen möchte mit seiner Familie und seiner Freundin Carla Chamäleon einen Ausflug zum himmlisch duftenden Beerenstrauch machen. Doch Carla Chamäleon hat keine Lust, und Emil Erdmännchen versteht nicht, wieso. Bevor es zum Streit kommt, taucht Gino Giraffe auf. Was für ein Glück! Gino Giraffe erklärt Emil Erdmännchen und Carla Chamäleon ihre Bedürfnisse. Auch einige andere Tierkinder kommen sich mit dem, was sie brauchen, in die Quere. Gino Giraffe ist immer zur Stelle und zeigt ihnen, was genau für sie im Moment wichtig ist.

Das fröhlich illustrierte Bilder-Erzählbuch „Was brauchst du?“ unterstützt Kinder dabei, Gefühle und Bedürfnisse zu erkennen, um für jeden eine passende Lösung zu finden. Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) hilft dabei, Konflikte zu lösen. Zahlreiche Mit-Mach-Seiten zum Malen, Aufschreiben und Reden im Anschluss an die Geschichte befähigen junge LeserInnen dazu, sich selbst und andere besser zu verstehen. Als Bonus-Material gibt es die Tiere und ihre Bedürfnisse zum Ausmalen und Ausschneiden. Kinder können so ihre eigenen Bedürfniskärtchen basteln und Lösungen für Konflikte finden.



Die Pubertät entdecken  
Text und Illustrationen:  
Nicole Schäufler

Irgendwann passiert es: Dein Mädchenkörper verändert sich, und vieles ist nun anders als zuvor. Spätestens wenn deine Periode einsetzt, ist klar: Du bist eine echte Frau. Dieses Buch nimmt dich mit auf eine märchenhafte Reise durch deinen Körper und erzählt dir in 24 Bildern, was dich in der sogenannten Pubertät verwandelt und verzaubert.

„Vom Mädchen zur Frau“ ist ein Aufklärungsbuch der anderen Art. In einer romantischen Bildergeschichte nimmt es junge Mädchen an der Hand und führt sie durch den Zauberwald der Pubertät. Dabei stellt die Illustratorin nicht anatomische Details in den Mittelpunkt, sondern die Gefühle, Gedanken und möglichen Ängste junger Mädchen.



edition  
riedenburg

Dieses Buch erzählt dir, wie du dich von einem Jungen zum Mann verwan- delst. Ein paar Sachen sind ja klar: Du wirst noch weiter wachsen und auch ein paar Muskeln mehr bekommen. Das hast du dir schon selbst gedacht. Aber richtige Männer haben auch eine tiefere Stimme, Bartstoppeln – und wer weiß, was noch alles dazu gehört?

Vielleicht kennst du ja einen Mann, den du toll findest. Einen richtig super Kerl. Aber wie ist er das nur geworden? Was macht ihn zum Mann? Das kann nicht nur an der Körpergröße und der tiefen Stimme liegen. Eines ist jeden- falls sicher: Er ist nicht so zur Welt gekommen, sondern war früher ein Junge wie du. Das ist doch ein Glück, dass Jungs sich so verwandeln können – auch du selbst. Bestimmt wirst du ein ganz toller, junger Mann werden. Also ent- decke, wie das geht ...



Der Verlag für die ganze Familie.

e  
dition  
riedenburg  
editionriedenburg.at