

Schlafgewohnheiten

**1 Ergänzen Sie die folgenden Sätze.**

1. Am besten schlafe ich \_\_\_\_\_.
2. Ich brauche ungefähr \_\_\_\_\_ Stunden Schlaf.
3. Wenn ich unausgeschlafen bin, \_\_\_\_\_
4. Normalerweise gehe ich um \_\_\_\_\_ ins Bett.
5. Ich stehe um \_\_\_\_\_ auf.
6. Am Wochenende und in den Ferien \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. Ich glaube, gesunder Schlaf ist wichtig für \_\_\_\_\_
8. Wenn ich nicht schlafen kann, \_\_\_\_\_
9. Mittagsschlaf finde ich \_\_\_\_\_
10. Bevor ich einschlafe, \_\_\_\_\_

**2 Sprechen Sie zu zweit über Ihre Schlafgewohnheiten. Ist „Schlaf“ ein Thema für Sie? Warum (nicht)?**