

Szondamese

Amelyből megtudhatod:

Kicsoda Marci
és kik a legjobb barátai?

Mit ki nem találnak a csalafinta állatok,
hogyan táplálékhoz jussanak?

Kicsoda Juli, és hogyan segített neki a doktor bácsi,
hogyan tudjon enni akkor is, amikor nem is tud?

Hogyan lett Marci ismét erős?



Szia, Marci vagyok
és már óvodába járok.

Nagyon szeretem
a növényeket és az
állatokat. Ugye te is?





Van egy pajkos kiscicám, Cilinek hívják.
Minden reggel Cili nyávogására
ébredek.

Ilyenkor kiugrom az ágyból és sietek neki
ennivalót adni. Hiszen ezért hív.



Teli hassal Cili már vidáman
szalad ki a kertbe.

Annyira ügyes, hogy még a
hatalmas diófánkra is felszalad...



... onnan átugrik
a háztetőre, végigszalad
az ereszen, majd két
hatalmas ugrással ismét
a lábam mellett terem.

Ő Cili, az én cicám!





A szomszédunkban lakik
egy kutya, Csonti a neve.

Óvodába menet mindig
viszek neki valami finom
falatot.

Kedvence a csont, ennek
köszönheti a nevét is.

Teli hassal már csaholva szaladgál
a kerítés mellett fel, s alá.

Kedvenc játéka a kis piros labda,
amit eldobok neki és ő mindig
visszahozza.

Jókedvében
nagyokat vakkant.



Minden délután kimegyünk a játszótérre,
ahol találkozom a barátaimmal.

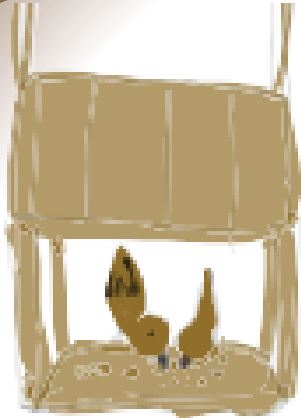
Hintázunk, csúszdázunk,
fogócskázunk és persze
labdázunk.





A játszótéren
áll egy madáretető.

Amikor hidegebbre fordul az
idő, soha nem felejték el, kis
magokat vinni a madaraknak,
cinkének, rigónak, tengelicnek.



Amikor régen beteg voltam és sokat kellett ágyban feküdnöm, nagyon szerettem az ablakon át a madarakat figyelni.

Akkor ők vidítottak fel engem, hideg téli napokon én sem felejttem el őket soha.

Nagy vagyok már és tudom,
hogy minden élőlény táplálkozik,
hogy erős legyen.



A madarak ezért tudnak olyan magasra repülni,
a kutya ezért tud olyan gyorsan szaladni, a cica
meg ezért mászik olyan ügyesen a fára.





A nővérem sokat mesélt már nekem más, érdekes állatokról is, akik mindenféle dolgot kitalálnak csak azért, hogy megfelelő élelemhez jussanak. Őket csak így hívom: *a csalafinták.*



Tudod, hogy a pompás kis lepkék miért repdesnek virágról-virágra?

A pillangó hosszú szívókán keresztül tudja a virágok nektárját kiszívogatni. Teli hassal aztán könnyedén libben tovább színpompás szárnyain.



Sok kis vadon élő állatnak nehéz lenne télen, a vastag hótakaró alatt élelmet találnia.

A mókus ezért kis raktárakba gyűjtögeti a magokat, terméseket.

Teli hassal aztán ügyesen ugrabugrálva, a legmagasabb ágakra is könnyedén feljut.

Puha, meleg bundája pedig megvédi őt a hidegtől.



Távol Afrikában hosszú, forró nyár van,
ezért kevés a friss, zöld fű..

Milyen szerencsés a zsiráf,
hogy hosszú nyakával
könnyedén eléri a magasan
lengedező faleveleket is!
Így jut hozzá a finom
csemegéhez. Teli hassal aztán
kecsesen sétál tovább
kis zsiráfjának társaságában.



A Szahara sivataga olyan, mint egy hatalmas homokozó. Se víz, se élelem, csak hatalmas, szél-építette homokbuckák. Egyetlen állat képes ezen a sivár terepen átkelni, a teve.



És tudod miért?
Mert púpjában képes akár
hetekre elegendő vizet tárolni.

Ez az ő titka,
ez az ő **csalafintasága**.

Ennünk nekünk,
gyerekeknek is kell.

Nagymamám gyakran meg is
kérdez engem:

***„Ide süss, Marci!
Ma hányféle színt ettél?”***

Mert már tudom, hogy fontos,
hogy mindenféle színt együnk.



Piros húst, paradicsomot és cseresznyét.



Zöld paprikát, spenótot és salátát.



Lila szőlőt, szilvát és padlizsánt.



Fehér tejfölt, joghurtot és karfiolt.



Te milyen színeket ismersz még?

Volt egy idő azonban, amikor nem tudtam
sajnos enni. Annyira szerettem volna, de nem
tudtam.

Ezért gyenge lettem. A nap nagy részét ágyba
fekve töltöttem.



Egy napon, anya és apa
elvitt a doktor bácsihoz.

A doktor bácsi megvizsgált
majd azt mondta:



„Marci, ahhoz, hogy erős és nagy legyél, fontos, hogy egyél. Amíg ez nem megy úgy, mint korábban, addig kitalálunk mi is egy *csalafintaságot*.”



“Gyere csak,
ismerkedj meg
valakivel!”

És egy kislány
lépett be az ajtón...

„Szia, én Juli vagyok! Téged hogy hívnak?”

Juli kedves volt és nagyon mosolygós.
Megmondtam,
hogy engem Marcinak hívnak,
és kíváncsian vártam,
mi fog történni...



Juli leült mellém egy székre és elmesélte, hogy régebben ő is gyenge volt, mint én most.

A doktor bácsi azonban segített neki, hogy ismét erős legyen.



Enni nem tud úgy,
ahogy a többi gyerek,
de egy kis csövön keresztül
minden élelmiszer bejut a pocakjába,
egy apró kis lyukon keresztül.

Nézd Juli pocakját!
Ez is olyan,
mint egy kis *csalafintaság*.



A többi már megy magától:

az enivaló eljut Juli kezébe, lábába,
testének legapróbb porcikájába is,
így ismét erős lett.

Fel tud kelni az ágyból, tud a barátaival
játszani, sőt még kedvenc állatbarátairól
is gondoskodhat.



Persze, ha valami kedvenc étel kerül az asztalra, Juli is megeszi.



Julival jó barátok lettünk. Amíg még
feküdnöm kellett, minden nap meglátogatt.

Sokat mesélt arról,
hogy miket látott
útközben, melyik fán
látta mászni Cili cicát,
és hogy jól megrágtá-e
Csonti kutya a csontot.



Most már én is erős vagyok.

Minden nap többször kapom
a pocakomba az ennivalót,
hogy erősödjem és nagyra nőjek.



Teli hassal aztán
minden reggel megetetem Cili cicát,
és minden nap viszek csontot
Csonti kutyának,
hogy ők is erősek legyenek!

Délutánonként kimegyek a játszótérre,
ahol találkozom a barátaimmal,
és persze Julival is.





Kedves Kis Olvasó!

Örülünk, hogy eljutott Hozzád ez a kiskönyv és reméljük, tetszett a történetünk!

Egy nagyon fontos titkot szeretnénk még Veled megosztani:

Ha egy gyerek, vagy akár egy felnőtt, a betegsége miatt nem tud eleget enni, vagy akár semmit nem tud megenni, az teljesen természetes, nem az ő hibája! Ilyenkor tudnak segíteni a doktor bácsik és doktor nénik, akik mindent pontosan elmesélnék Neked és szüleidnek, hogy milyen **csalafinta** táplálás fog Neked segíteni.

Biztos lesz sok kérdésed, ahogy nekünk is volt.
Mindig kérdezz bátran!

Marci és Julcsi

Megjelent a **Nutricia Otthonápoló Szolgálat** fennállásának 25. évi jubileuma alkalmából.
A szondatáplálásról bővebben a szondataplalas.hu oldalon olvashat.

Lektorálta: Damó Eszter, klinikai szakpszichológus
Írta: Lengyel Katalin Illusztrálta: Nógrádi Sára

Danone Kft. 1134 Budapest, Váci út 35. Lezárás: 2023.11.25. TUB23ALLPAT122ONLHU

