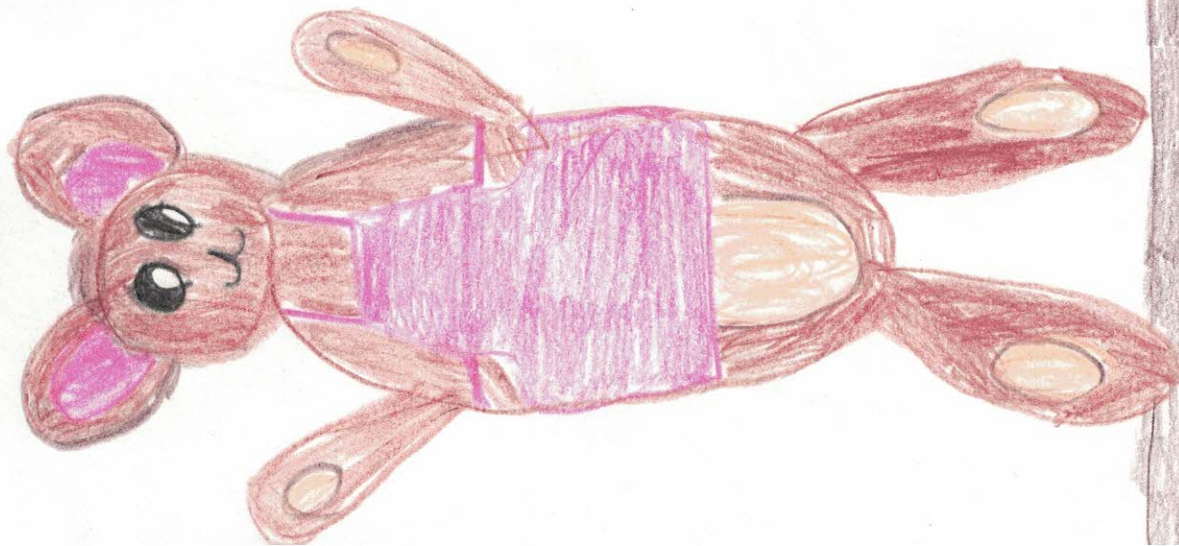
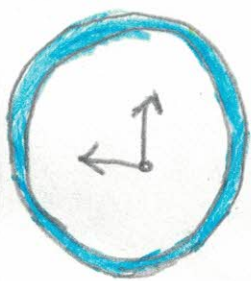


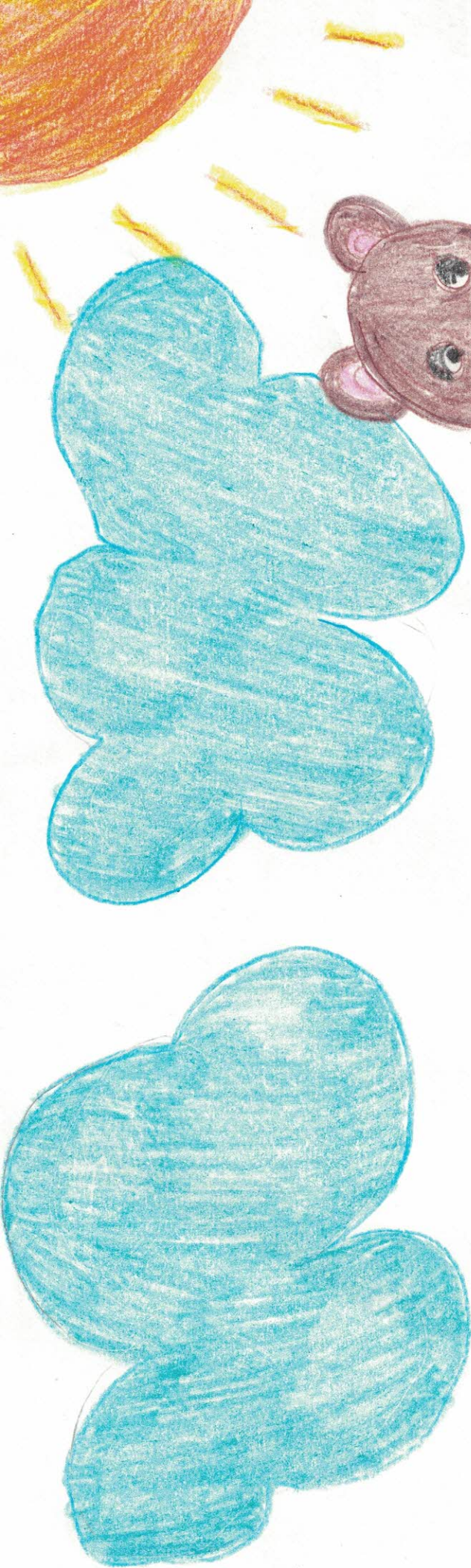
Niedźwiedzi ból brzuszka



Abela Filomena Teodor Yvelo

Za górami, za lasami mieszkała niedźwiedzia rodzinka. Mama Filomena była niezwykle zaradna i pracowita. Umiała dobrze gotować i piekła przepyszne ciasteczka.

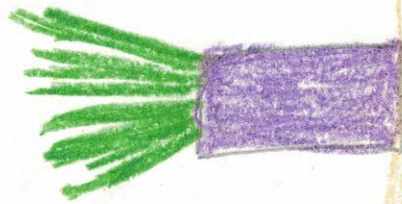
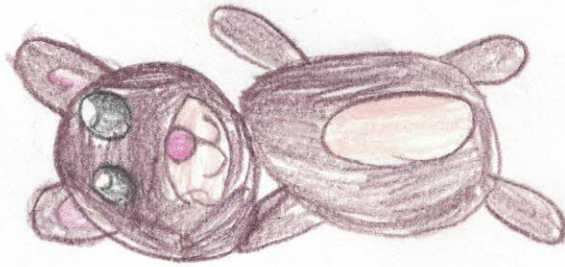
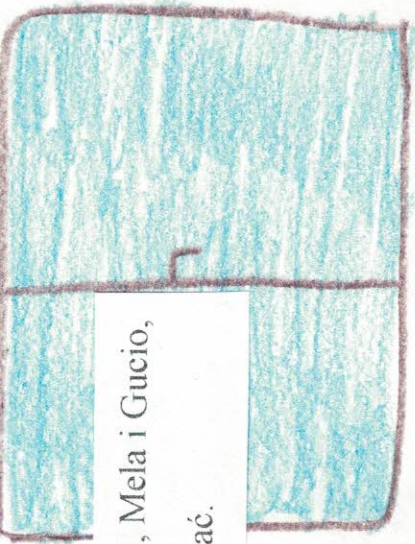




Tata Teodor to majsterkowicz. Żadna usterka nie stanowiła dla niego problemu.

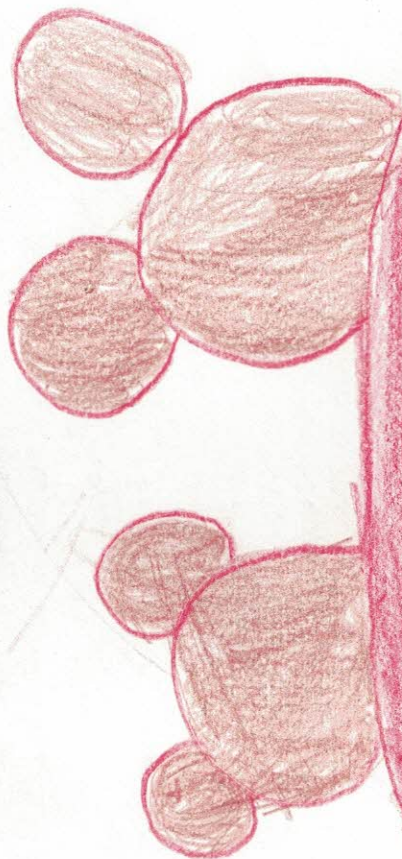
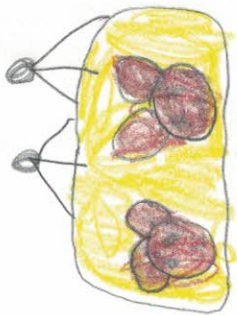
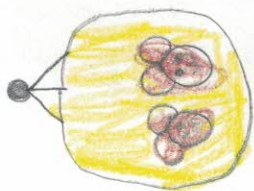


Z kolei, małe niedźwiadki, Mela i Gucio, uwielbiały psocić i figlować.



A to, podjadły ciasto pozostawione na blacie w kuchni, a to robiły żarty, zrzucając dopiero co rozwieszone pranie sąsiadki Misi. Najbardziej, lubiły jednak jeść słodycze, a potem uciąć sobie drzemkę. Nie w smak była im gimnastyka, tańce czy bieganie. Niedźwiedzia mama Filomena często mówiła:

Mela! Gucio! Biegnijcie do lasu, pobawcie się w berka.



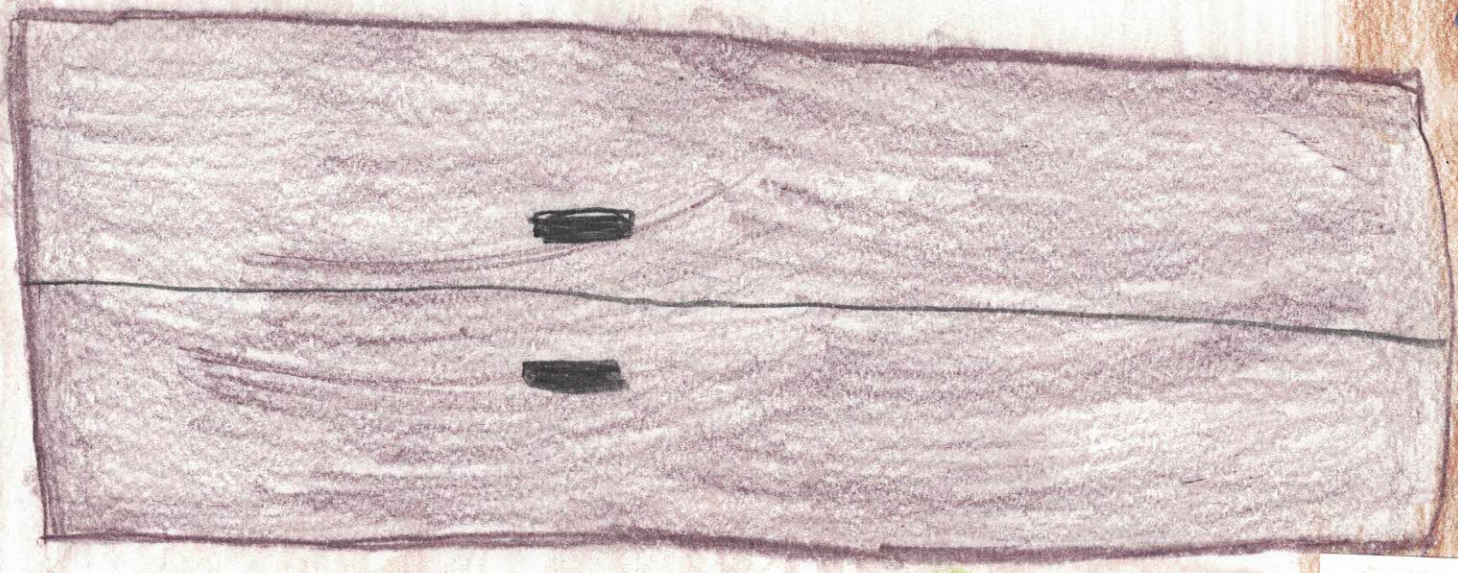
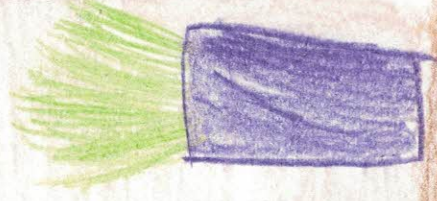
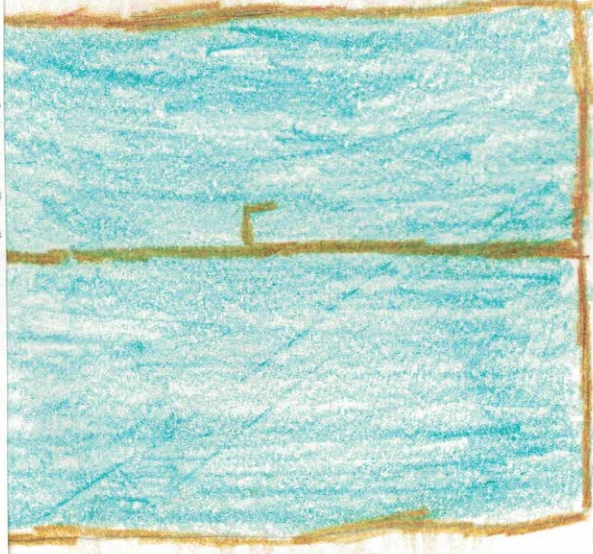
Tata również próbował zachęcić dzieci do aktywności. Wymyślał zabawy, prosił o pomoc podczas pracy w ogrodzie... Ale, ani Gucio, ani Mela nie reagowali na prośby rodziców. Na domiar złego, małe niedźwiadki chętnie oglądały bajki w telewizji. Potrafiły całe popołudnie spędzić na kanapie oglądając ulubioną kreskówkę.

Aż pewnego ranka Gucio obudził się z okropnym bólem brzucha. Mama i tata głowili się, co takiego dolega niedźwiadkowi. Zadzwonili po lekarza Henia. Doktor Henio, gdy przybył do domu niedźwiedziej rodziny, zbadał Gucia, zapytał:

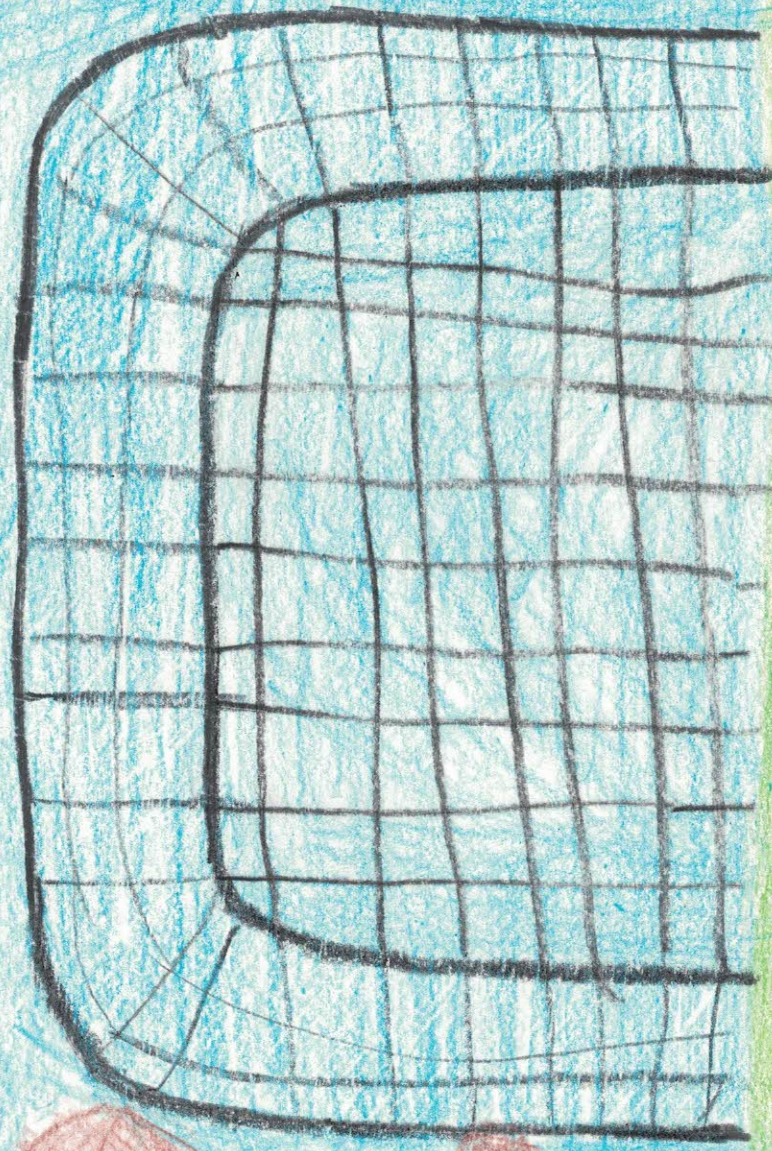
Gucio, Mela? Czy zjedliście za dużo babeczek ze słodkim dżemem jagodowym?

Mela nieśmiało odrzekła:

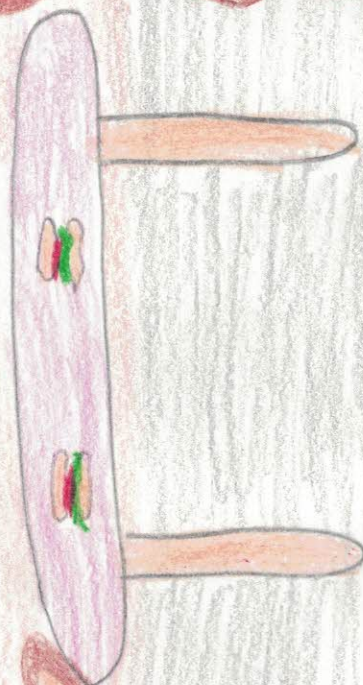
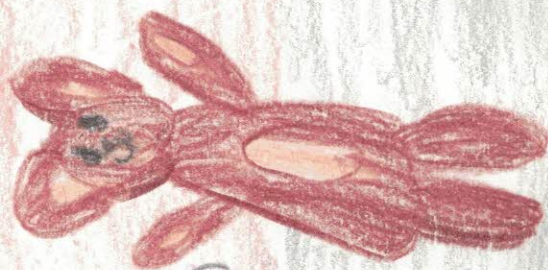
Tak, zjedliśmy wszystkie ...



Tak, myślałem – odpowiedział doktor. I zalecił Guciovi odpoczynek, zabronił także jedzenia słodczy. A gdy wydobrzeje, razem z Melą muszą uprawiać sport oraz zdrowo się odżywiać.



Niedźwiadki zastosowały się do rad doktora Henia, aby być zdrowym i zwinnym.
Od teraz codziennie wymyślały coraz to nowe zabawy, w których ruch był na
pierwszym miejscu – pływały w rzece czy grały w piłkę.



Mama Filomena przygotowywała im zdrowe posiłki, które one chętnie zjadały.
Teraz już każdego dnia czuły się bardzo dobrze.



Julia Szewda

Natalia Sobiesiak

Natalia Jastrębok

Uga Wierzonek

Publiczne Przedstole

15 Kościeliskach