



## Il Paese dei ColoriBuoni

Mangiare frutta e verdura ogni giorno è come regalare al corpo tanti piccoli superpoteri, che ci aiutano a crescere forti, sani e pieni di energia! deliziose!

C'era una volta un piccolo paese chiamato ColoriBuoni, dove vivevano frutta e verdura di ogni tipo. Le mele erano rosse e lucenti, le carote arancioni e allegre, le zucchine verdi e un po' timide, mentre le fragole ridevano sempre come se fosse primavera.

Un giorno arrivò in paese un bambino di nome Luca, che non voleva proprio mangiare frutta e verdura. "Non mi piacciono, sono noiose!" diceva, facendo una smorfia.

La mela MelaMia si avvicinò e gli disse con dolcezza: "Vuoi fare un gioco? Vieni con noi e scoprirai un segreto!"

Curioso, Luca accettò.

Prima incontrarono Carlotta la carota, che correva veloce nel prato. "Io aiuto gli occhi a vedere bene, anche al buio!" disse. "Davvero?" chiese Luca, stupito. "Allora potrei vedere meglio quando gioco a nascondino!"

Poi arrivò a salutare Zucchini il simpatico zucchini: "Io aiuto la pancia a lavorare bene e a stare leggera!"

Luca si toccò la pancia e sorrise: "Allora niente più mal di pancia!"

Infine saltò fuori Fragolina la fragola: "Io ti aiuto a restare forte e pieno di energia!"

Luca iniziò a pensare che forse frutta e verdura non erano così noiose.

MelaMia prese Luca per mano e lo portò davanti a un grande arcobaleno fatto di cibi: rosso, verde, giallo, arancione...

"Vedi?" disse. "Ogni colore è un superpotere per il tuo corpo!"

Luca guardò tutti quei colori e gli venne voglia di provare.

Assaggiò una mela... croccante e dolce! Poi una carota... sorprendente! E una fragola... buonissima!

"Avete ragione!" esclamò felice. "Siete davvero speciali!"

Da quel giorno Luca non dimenticò mai di mangiare frutta e verdura, perché sapeva che ogni boccone lo rendeva più forte, energico e pronto per nuove avventure.

E nel Paese dei ColoriBuoni, ogni volta che un bambino mangiava un frutto o una verdura, i colori brillavano ancora di più.

