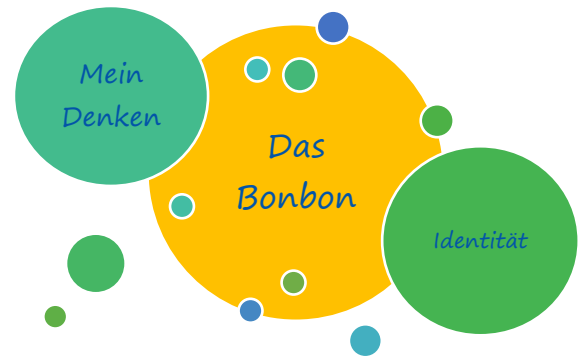


# Wertevielfalt für Straubinger Kitas



## Das Bonbon

Janek steckte sich ein Bonbon in den Mund.

»Ach«, riefen die Zähne betrübt, »das ist heute schon das vierte Bonbon! Das ist kein braver Junge, dieser Janek. Die Süßigkeiten schaden uns, wir fangen an zu faulen, das wird ihn schmerzen, und er wird weinen und böse auf uns sein.« Damit bissen die Zähne das Bonbon schnell entzwei und gaben es an die Zunge weiter.

»Schon wieder ein Bonbon?«, wunderte sich die Zunge. »Wenn das jetzt immer so weitergeht, dann bedanke ich mich aber. Der Magen will eine Semmel, Brot, Fleisch, aber was soll ich machen!«

Und sie steckte das zerbissene Bonbon in den schmalen Schlauch, der Speiseröhre heißt.

»Was hast du Neues für mich?« fragte der Magen.

»Nichts Gutes«, antwortete die Speiseröhre.

Das Bonbon, das ganz bekümmert war, weil sich alle über es ärgerten, wollte nicht in den Magen, denn vor dem hatte es schreckliche Angst. Deshalb wurde es Janek schlecht, und er bekam starken Durst.

»Los, weiter, weiter, ruft die Speiseröhre dem Bonbon zu, du kannst doch nicht hier steckenbleiben.«

Die Speiseröhre zog sich zusammen, und das Bonbon fiel in das Säckchen, das man Magen nennt.

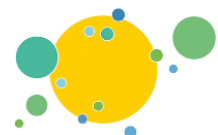
»Was soll ich jetzt machen, ich Unglücklicher?«, rief der Magen. »Wenn ich eine Semmel wäre, Fleischbrühe, Rührei oder Fleisch, dann würde ich diese nahrhaften Speisen verdauen und sofort etwas Blut zu Janeks Kopf, seinen Beinen und Armen schicken, dann würde er größer, stärker und munterer. Aber so ... Was soll ich mit einem einzigen Bonbon?«

Gefördert vom

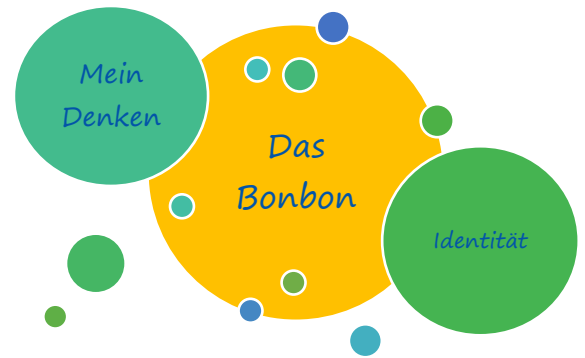


im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **Leben!**



# Wertevielfalt für Straubinger Kitas



Inzwischen hatten Janeks Kopf, seine Arme und Beine erfahren, dass der Magen etwas zu essen bekommen hatte.

»Herr Magen«, riefen sie, » gib uns doch etwas Nahrung, denn wir wollen essen.«

»Herr Magen, Herr Magen «, rief der Kopf, »wenn du mir nicht etwas Kräftigendes gibst, werde ich weh tun, dann wird Janek leiden.«

Aber der Magen rief wütend: »Ich habe nichts, und ich gebe euch nichts. Geht mir nicht auf die Nerven. Ich kann nicht mit Bonbons und Keksen eine Wirtschaft führen.«

Und damit schlief der Magen ein, denn er hatte nichts zu tun, Janek aber verlor den Appetit, denn der Magen schlief, der Kopf fing an, ihm weh zu tun, und die Arme und Beine wurden schwach. Wenn er sich weiter so ernähren würde, würde er bestimmt krank, würde aufhören zu wachsen und sein ganzes Leben lang klein und schwächlich bleiben.

Janusz

Aus: Wieczory Rodzinne (Familienabende), Nr. 10 (8.3.1902), Beilage S. 38,

## Impulse für Nachdenkgespräche

- Gesunde Ernährung ist schon sehr lange ein Thema ...
- Alleine von Süßigkeiten soll man sich nicht ernähren!
- Süßigkeiten darf man als kleines Extra zu sich nehmen.

Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **Leben!**

