



# FİL FİLİZ

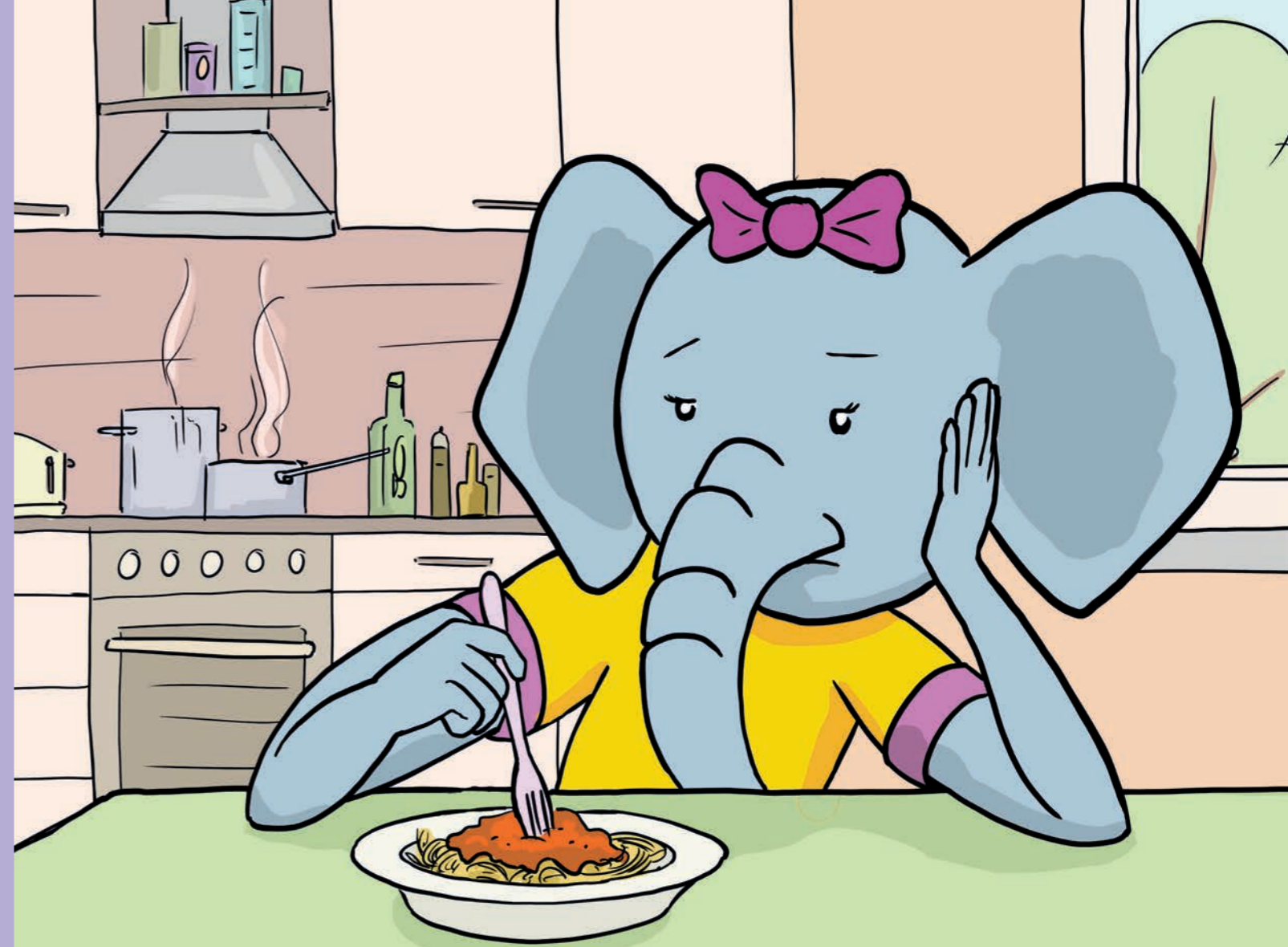
VE ONUN SIVI BESİNİ

Güçlü bir fil kız ve onun sıvı  
besininin hikâyesi.

 NUTRICIA



Bu kitabın sahibi

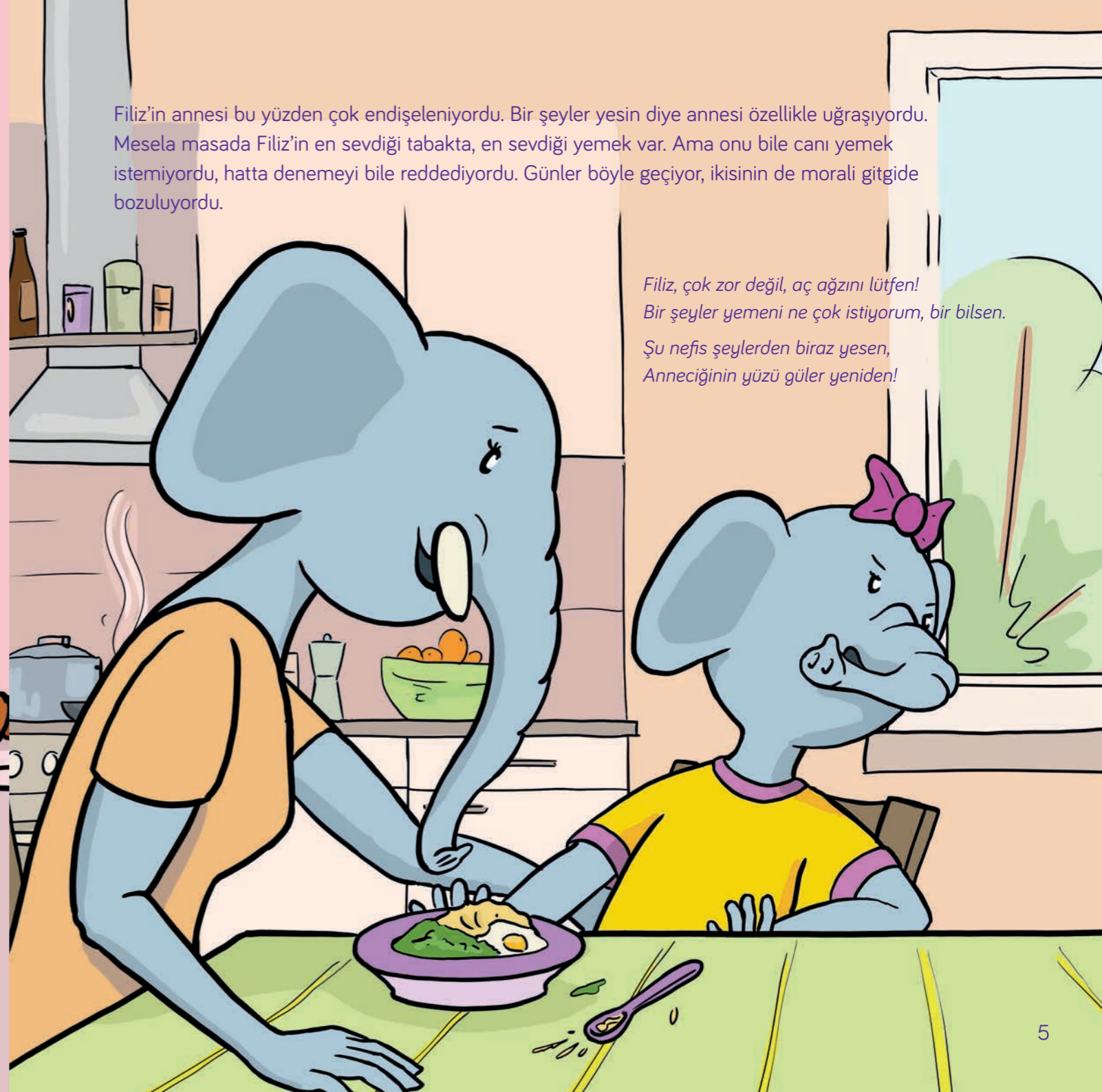


Bu, Fil Filiz'in hikâyesi. Aslında o şimdiden koca bir fil kız ama daha çok büyümesi lazım. Bunun için vücudunun sağlıklı besinlere ihtiyacı var. Gel gör ki Filiz'in canı hiçbir şey yemek istemiyordu. Annesinin ona hep yaptığı, en sevdiği yemek olan domates soslu makarna dahil canı hiçbir şey çekmiyordu. Filiz'e neler oluyordu böyle?



*Filiz'e neler oluyor?  
Anneciğın endişeleri gittikçe büyüyor.  
Hiç aç değil- yeşil çimlerde bisiklete binmek  
bile artık gözüne güzel gelmiyor!*

Filiz'i artık hiçbir şey eğlendirmiyordu. Canı resim yapmak istemiyordu. Canı koşturmak istemiyordu. El işi yapmak da istemiyordu. Doğumgünü için ısrarla istediği, güzeller güzeli kırmızı bisikleti, uzun zamandır evin girişinde öylece üzgün üzgün bekliyordu. Çünkü Filiz sürekli kendini yorgun hissediyor, sadece pencereden dışarı bakmayı tercih ediyordu.

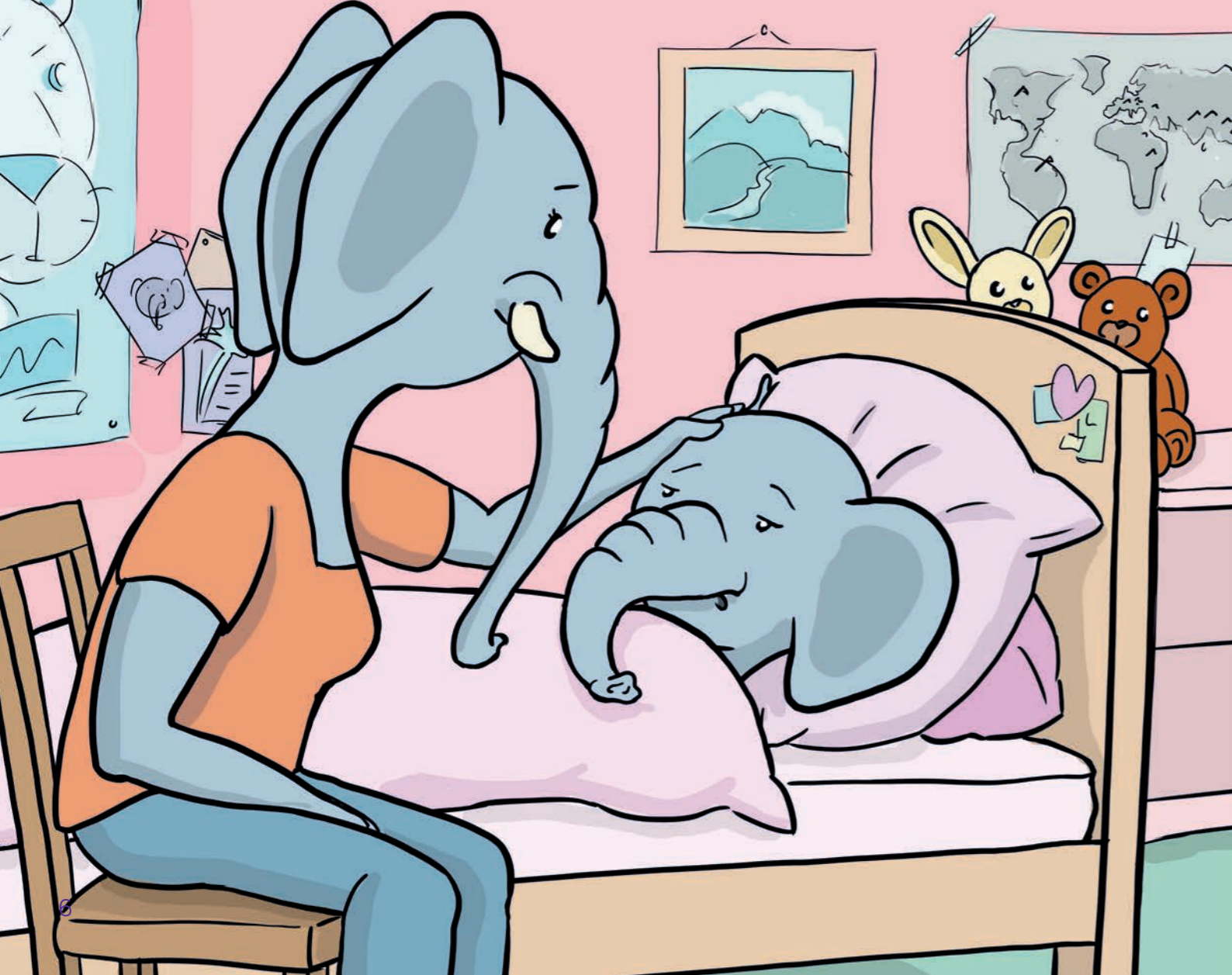


Filiz'in annesi bu yüzden çok endişeleniyordu. Bir şeyler yesin diye annesi özellikle uğraşıyordu. Mesela masada Filiz'in en sevdiği tabakta, en sevdiği yemek var. Ama onu bile canı yemek istemiyordu, hatta denemeyi bile reddediyordu. Günler böyle geçiyor, ikisinin de morali gitgide bozuluyordu.

*Filiz, çok zor değil, aç ağzını lütfen!  
Bir şeyler yemeni ne çok istiyorum, bir bilsen.  
Şu nefis şeylerden biraz yesen,  
Anneciğinin yüzü güler yeniden!*

Oh yo, neler oluyor burada? Filiz yatakta yatıyor, canı hiç kalkmak istemiyordu. Küçük fili son zamanlarda doğru düzgün bir şeyler yemediğinden, annesi çok endişeleniyordu.

Eksikken gereken enerji, Filiz nasıl güçlenip büyüebilir ki? Gün geçtikçe güçsüzleşen Filiz'in, yatakta kalmaktı tercihi.



Vıvıvıvın, yollardan şimdi,  
geliyor Filiz ve annesi.

Annemle beraber gidiyoruz şimdi yolda,  
ulaşacağız doktora yıldırım hızında!

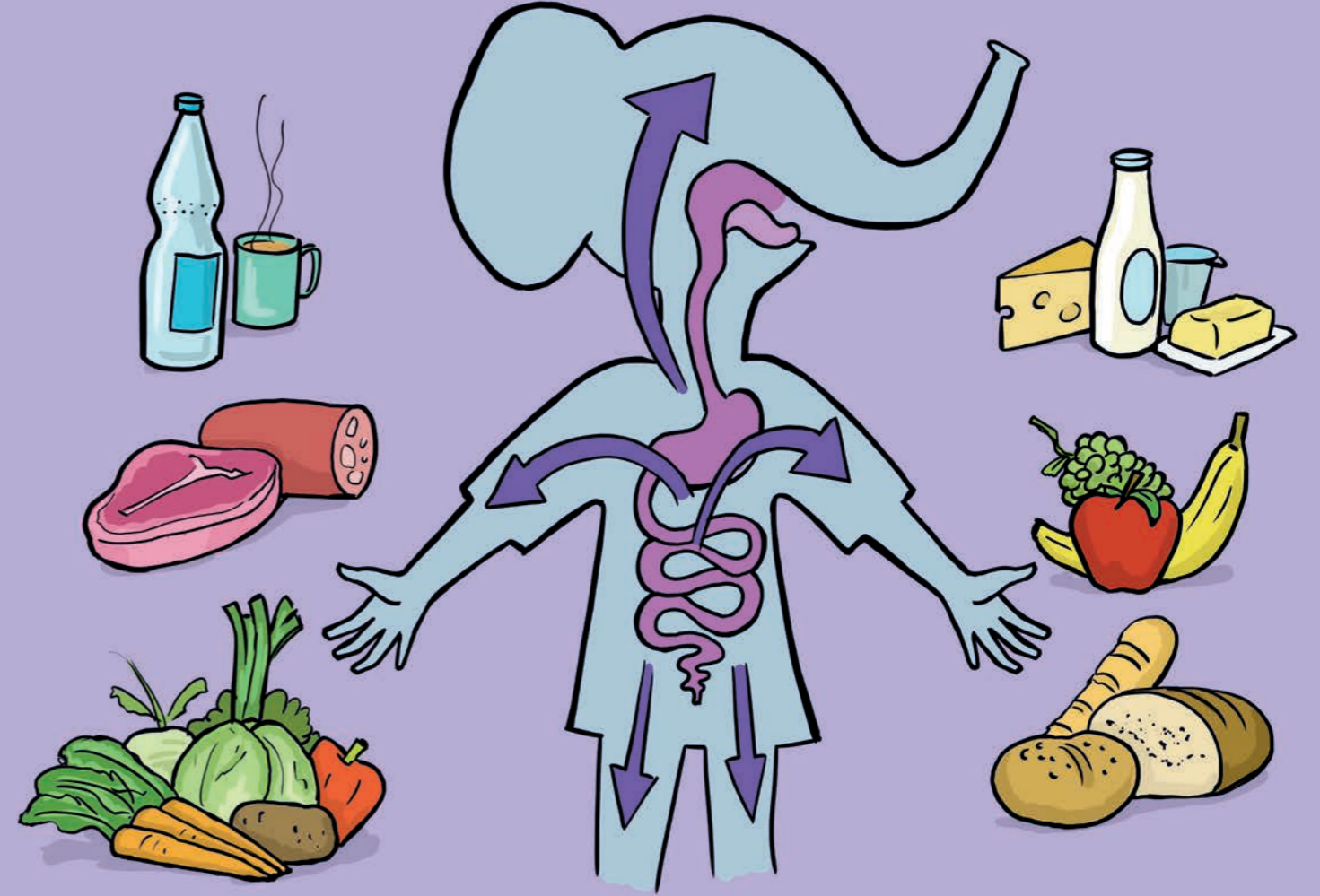


Filiz'in annesi, artık kızının neye ihtiyacı olduğunu tahmin etmek istemiyordu. Kızını şehirdeki doktora götürdü, çünkü Filiz'in artık neden bir şey yemediğini ve günden güne zayıfladığını bilmek istiyordu.

Doktor randevusu hiç de fena geçmiyordu. Doktor çok nazik, şimdiden Filiz'in en sevdiği oyuncakını sordu. Şimdi onunla bir sürü testler yapıyor ve bu sırada annesiyle konuşuyordu. Vitamin, mineral, görüntüleme gibi çok tuhaf kelimeler kullanıyorlardı konuşurken. Filiz genel olarak şu kadarını anladı: Doktor, onun beslenmesinde neyin yolunda olmadığını ve neden hep daha yorgun hissettiğini araştırıyordu.



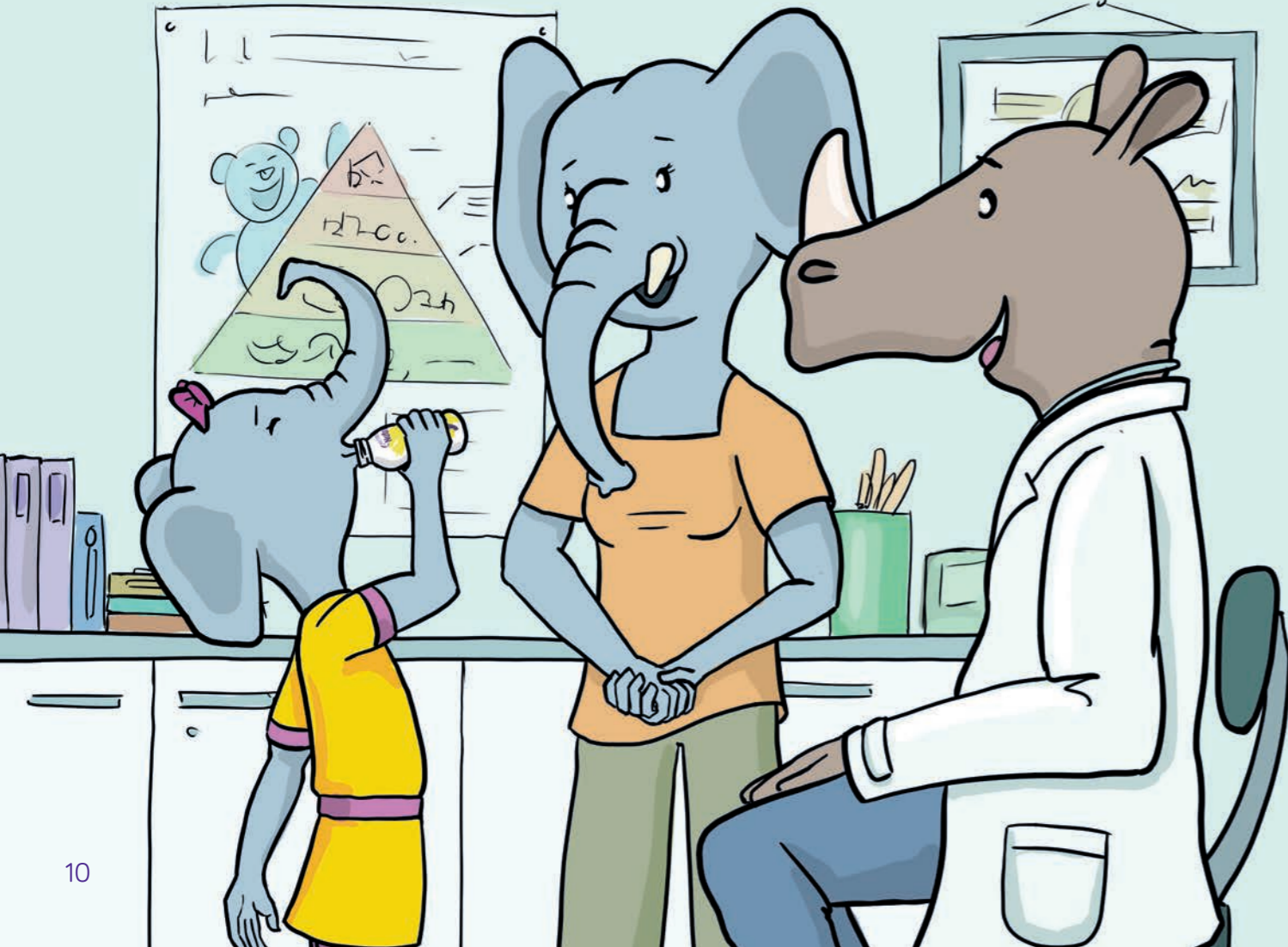
Doktor Filiz'e, vücudunda yiyeceklerden gelen bir çok önemli yapıtaşının eksik olduğunu açıkladı. Mesela meyve ve sebzelerden gelirdi bunlar, vücudun büyürken çeşit çeşit ihtiyacı var. Eksik olduklarında, Filiz'in vücudu olması gerektiği gibi çalışmazdı.



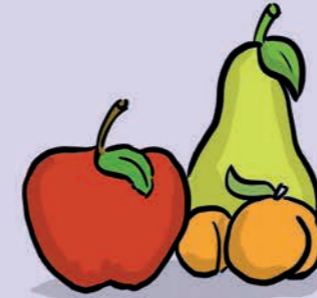
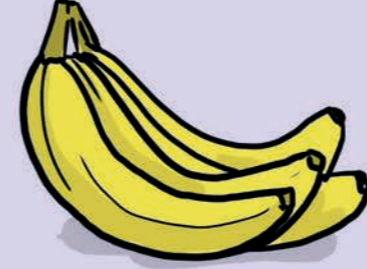
Filiz bu aralar az ve kötü beslendiğinden, vücudu bu önemli yapıtaşlarını sağlamakta zorlanıyordu. Neyse ki bu durumun değişmesi için doktorun süper bir fikri vardı.

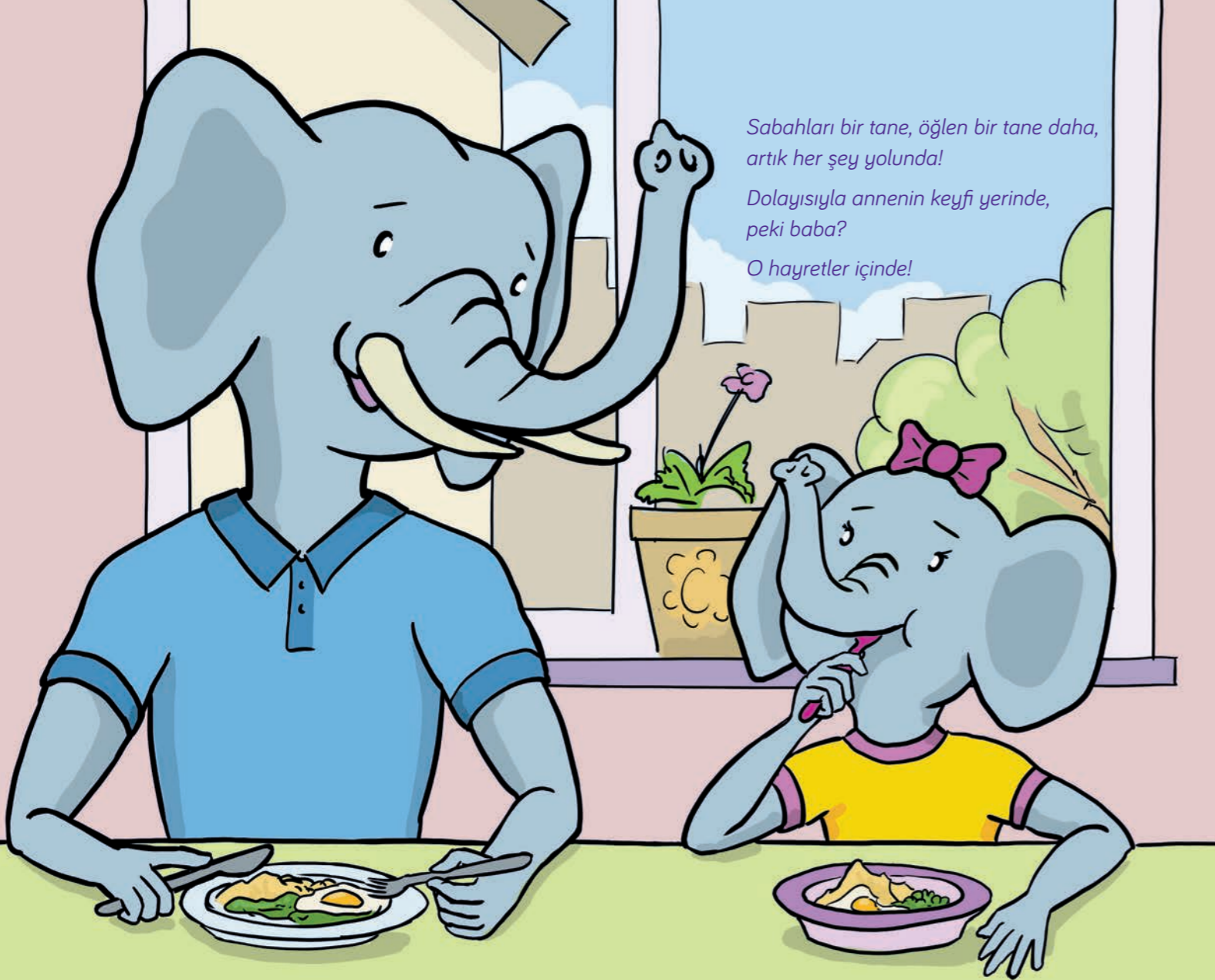
Filiz, doktorun eline tutuşturduğu bu kucck şişeye şaşkınlıkla baktı. Bahsettięi, vücudun illa ki ihtiyaçı olan o kuck yapıtaşlarının hepsi bunun içinde mi vardı? Tadı nasıl olabilirdi ki? Merakla şişeyi açtı ve yeni Süper-Hper besininden bir yudum aldı.

“Mmmmm – nefis” diye düřündü Filiz, “tadı çok güzel, muzlu.“ Doktor, Filiz’in tekrar güçlenmesi için bu řiřelerden günde bir veya iki tane içmesi gerektięini söyleyince annesi mutlu oldu.



Th, Filiz’in en sevdiği çeşitlere neler olmuş? Doğru tatla şişeyi eşleştirmekte yardımcı olabilir misin? Haydi, kap bir kalem ve başlayalım!

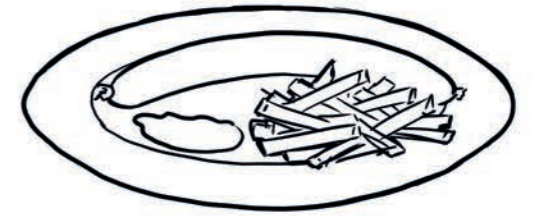
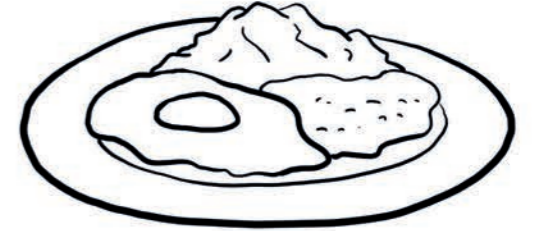




Sabahları bir tane, öğlen bir tane daha,  
artık her şey yolunda!  
Dolayısıyla annenin keyfi yerinde,  
peki baba?  
O hayretler içinde!

Filiz'in yeni Süper-Hüper-Besin'i ile durumu oldukça iyiye gidiyor. Annesinin ona yaptığı nefis yemeklerden de artık tekrar yiyor. O yüzden sadece arada sırada Süper-Hüper-Besin'den bir veya iki şişe içiyor. Bu şekilde, vücudunun ihtiyacı olan çeşitli yapıtaşlarını alabiliyor.

Burada hikayenin renkleri uçmuş. İstersen Filiz'i ve en sevdiği yemekleri renkli kalemle boyayabilirsin.



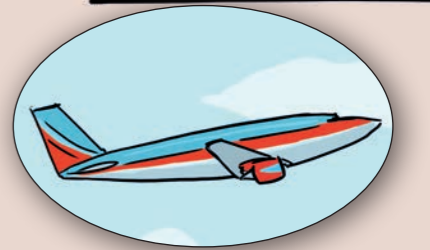
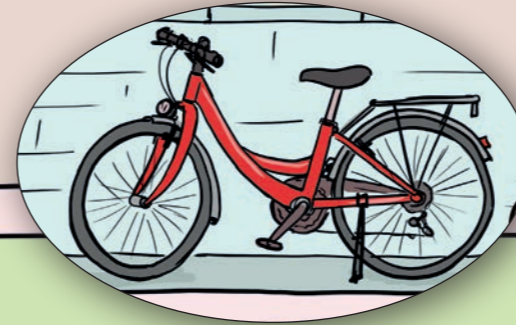
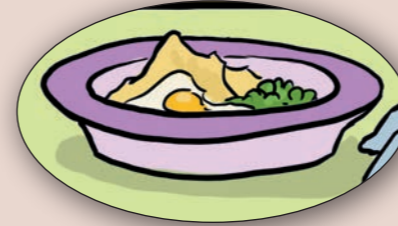
Nihayet aktiviteler eğlenceli yine,  
sırrımı söyleyeceğim, beni iyi dinle:

Güçlendim ben bak Süper-Hüper-Besin'im sayesinde,  
biniyorum artık yine bisikletime keyifle



Filiz mutlu. Süper-Hüper-Besin'inin sayesinde şimdiden kendini çok daha güçlü hissediyor. Neşesi de yerine geldi. Bugün, güzel kırmızı bisikletini evin girişinden kaptığı gibi çıktı ve sokaklarda hızla turladı. Uzun süreden sonra Filiz'i böyle mutlu gören annesi, onu gülümseyerek izledi.

Artık sen de Filiz'i ve onun sıvı besininin hikayesini biliyorsun. Filiz'in etrafında olan her şey hikayenin içinde. Onları nerede bulabileceğini biliyor musun?







(İlgili kişi için adres alanı)

Ailelere faydalı destek bu sitelerde mevcuttur:

[www.nutricia.de/gedeihstoerung](http://www.nutricia.de/gedeihstoerung)

[www.nutricia.at/gedeihstoerung](http://www.nutricia.at/gedeihstoerung)

[www.nutricia.ch/gedeihstoerung](http://www.nutricia.ch/gedeihstoerung)

LS - Art-Nr. 9715623 / ZT.0919 - D/A/CH

**ALMANYA:**

**Nutricia GmbH**

Postfach 2769

D-91015 Erlangen

Telefon 09131 7782 0

Telefax 09131 7782 10

information@nutricia.com

**AVUSTURYA:**

**Nutricia GmbH**

Technologiestraße 10

A-1120 Wien

Telefon 01 688 2626 0

Telefax 01 688 2626 666

office.austria@nutricia.com

**İSVİÇRE:**

**Nutricia S.A.**

Hardturmstr. 135

CH-8005 Zürich

Telefon 044 543 70 96

Telefax 044 543 70 97

info@nutricia.ch

**NUTRICIA**