

ΒΑΤΟΜΟΥΡΟ



7-8 ΕΤΩΝ

ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ • ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΙΑ

Έλενα Αρτζανίδου

# Κι εσύ, μαμά... του καλβά σου

Εικονογράφηση: Αλεξία Λουγιάκη



ΜΑΘΑΙΝΟΥΜΕ ΓΙΑ...  
τη  
σωστή  
διατροφή



ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Κι εσύ, μαμά... τον χαλβά σου**  
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Έλενα Αρτζανίδου  
ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ: Αλεξία Λουγιάκη  
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Χρυσούλα Τσιρούκη  
ΜΑΚΕΤΑ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ: Γιώργος Ανδρεάδης  
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Ραλλού Ρουκωτά

© Έλενα Αρτζανίδου, 2014  
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2014

Πρώτη έκδοση: Νοέμβριος 2014

ISBN 978-618-01-0737-1



*Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση σε 100% ανακυκλωμένο χαρτί.*

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής αδείας του εκδότη κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.  
Έδρα: Τατοΐου 121  
144 52 Μεταμόρφωση  
Τηλ.: 2102804800  
Telefax: 2102819550  
www.psichogios.gr  
e-mail: info@psichogios.gr

PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A.  
Head office: 121, Tatoiou Str.  
144 52 Metamorfossi, Greece  
Tel.: 2102804800  
Telefax: 2102819550  
www.psichogios.gr  
e-mail: info@psichogios.gr



Έλενα Αρτζανίδου

# Ή κι εσύ, μαμά... του καίβᾶ σου



Εικονογράφηση:  
Αλεξία Λουγιάκη

ΠΡΩΤΗ ΕΚΔΟΣΗ



**Η ΕΛΕΝΑ ΑΡΤΖΑΝΙΔΟΥ** γεννήθηκε στη Δυτική Γερμανία. Τα παιδικά της χρόνια τα έζησε στο Μαυρονέρι του Νομού Κιλκίς και αργότερα στη Θεσσαλονίκη, όπου τελείωσε το Λύκειο της Αμερικάνικης Γεωργικής Σχολής. Είναι πτυχιούχος της Σχολής Νηπιαγωγών Καρδίτσας καθώς και του Παιδαγωγικού Τμήματος Νηπιαγωγών του Α.Π.Θ. Σήμερα εργάζεται ως εκπαιδευτικός στη Θεσσαλονίκη, ενώ έχει ασχοληθεί και με τη συγγραφή χρονογραφημάτων και άρθρων για την εφημερίδα *Θεσσαλονίκη-Μακεδονία*. Από το 1996 ασχολείται με τη συγγραφή παιδικών βιβλίων. Αναλυτική εργογραφία της μπορείτε να βρείτε στο προσωπικό ιστολόγιό της (blog): <http://ardjanidou.psichogios.gr>.

Από τις Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ κυκλοφορούν τα βιβλία της ΜΕ ΛΕΝΕ ΠΡΟΜΙΣ, το οποίο έχει συμπεριληφθεί στο περιοδικό *The White Ravens 2007*, ΔΕΝ ΕΦΤΑΙΓΑ ΕΓΩ!, ΤΑ ΓΥΑΛΑΚΙΑ ΤΗΣ ΜΑΛΕΝΑΣ, Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ, Ο ΦΙΛΟΣ ΜΟΥ Ο ΤΖΙΜΗΣ, ΤΑ ΣΙΔΕΡΑΚΙΑ ΤΗΣ ΦΑΡΦΙΡΩΣ, Ο ΚΡΥΜΜΕΝΟΣ ΘΗΣΑΥΡΟΣ ΤΗΣ ΤΣΕΠΗΣ, ΔΕΝ ΝΤΡΕΠΟΜΑΙ ΠΙΑ, ΤΟ ΚΟΥΤΙ ΤΗΣ ΙΖΟΛΔΗΣ και ΑΓΗΣ Ο ΜΑΘΗΜΑΓΟΣ.



*Σε όλα τα παιδιά  
με τα πιο σπάνια ονόματα,  
που κουβαλούν την ιστορία  
των παππούδων και των γιαγιάδων τους.*





**Β**αρσαβούλα... Βαρσαβούλα... άσε τα παραμύθια τώρα και ετοιμάσου! Πρέπει να φύγουμε, έφτασε η ώρα του μπαλέτου! Βαρσαβούλα, έβαλες τις πουέντ στο σακίδιό σου; Βαρσαβούλα;»

«Βρε, μαμά, πόσες φορές σου είπα ότι με λένε Βάνα!»

«Βαρσαβούλα μου...»

«Μαμά... τον χαλβά σου.»

Η μαμά σκάει στα γέλια.

«Ωραία, Βάνα, που σε βαφτίσαμε Βαρσαβούλα, όπως τη γιαγιά σου από τη Σμύρνη. Δεν τη γνώρισες τη γιαγιά σου, Βαρσαβούλα, αλλά ήταν μια ψηλή, πανέμορφη, δυνατή γυναίκα σαν και...»





«Οχ, μαμά, πάλι την ίδια ιστορία θα μου πεις; Ξέρω, ξέρω! Η γιαγιά Βαρσαβούλα, όταν ήταν μικρούλα σαν και εμένα, κατάφερε και πήδηξε σε μια βάρκα τη νύχτα που η Σμύρνη καιγόταν. Ήταν ολομόναχη, χωρίς κανέναν, ακόμα και η αδελφούλα της, η Νεφέλη, έμεινε πίσω στην προ... προ...»

«Προκυμαία, Βαρσαβούλα».

«Βρε μαμά, εσύ πάλι τον χαλβά σου; Δε θέλω να με φωνάζεις Βαρσαβούλα. Μου αρέσει το Βάνα, εντάξει; Τελεία και πλαύα! Μα τι είπα πάλι και γελάς;»

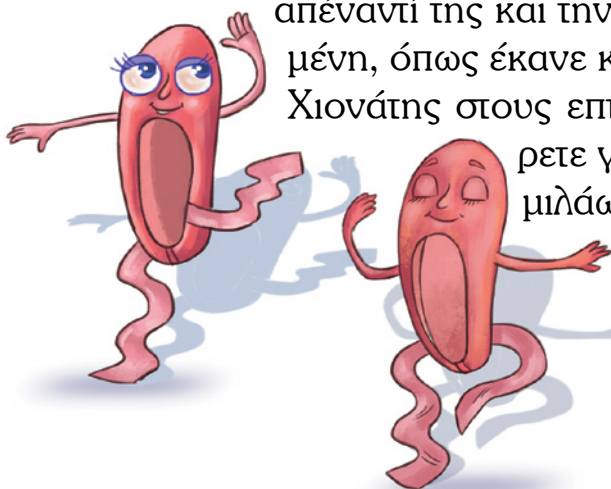
«Τελεία και παύλα, μωρό μου, αλλά πάμε τώρα, Βαρσαβούλα μου, αργήσαμε! Έβαλες τις πουέντ στο σακίδιό σου;»

Τα λόγια της μαμάς με πάγωσαν. Στάθηκα απέναντί της και την κοίταξα αγριε-

μένη, όπως έκανε και η μητριά της Χιονάτης στους επτά νάνους. Ξέ-

ρετε για ποια ιστορία μιλάω, ε; Για εκείνη

από το βιβλίο των αδελφών Κριμ ή Γκριμ, που μου χάρι-









σε ο μπαμπάς στα τέταρτα γενέθλιά μου. Έτσι λοιπόν, όπως και η κακιά βασίλισσα, έβαλα τα χέρια στη μέση μου, πλησίασα το πρόσωπό μου σε εκείνο της μαμάς και της είπα: «Καλά, μαμά, εσύ τον χαλβά

σου. Δεν τις λένε πουέντ, τουλάχιστον όχι ακόμη. Πόσες φορές σου έχω πει πως η κυρία Γόνη λέει πως θα φορέσω πουέντ μόνο όταν φτάσω στις υψηλότερες βαθμίδες;»

Η μαμά γέλασε, έσκυψε και μου χάρισε ένα γλυκό φιλί στο μάγουλο. Και τότε φαντάστηκα πως είμαι η Χιονάτη τη στιγμή που ξύπνησε χαμογελαστή όταν τη γλυκοφίλησε ο πρίγκιπας. Έτσι, μ' ένα πλατύ χαμόγελο στο πρόσωπό μου, βγήκα με τη μαμά από το σπίτι, περπατώντας γρήγορα ως τη σχολή χορού που δεν ήταν παρά δυο τετράγωνα από το σπίτι μας.

Λαχανιασμένες, φτάσαμε επιτέλους στη σχολή. Η μαμά με φίλησε πεταχτά στο μέτωπο κι εγώ πέρασα γρήγορα μέσα στην αίθουσα. Όλες οι συμμαθήτριάς μου ήταν ήδη εκεί.

**Κ**άθε φορά που ακούει τη μαμά της να τη φωνάζει Βαρσαβούλα, η μικρή, που δεν της αρέσει να τη λένε Βαρσαβούλα, γίνεται έξω φρενών.

«Εσύ, μαμά... τον χαλβά σου».

Η Βαρσαβούλα έχει και μια φίλη, την Αμαλία, που αν και θέλει να γίνει πρώμα μπαλαρίνα, δεν τρώει σωστά. Και τότε αναλαμβάνει δράση.

«Μπράβο, Βαρσαβούλα», την επικροτεί η μαμά της.

«Εσύ, μαμά... τον χαλβά σου», της απαντά εκείνη θυμωμένη με την ελπίδα όμως πως όλα θα γίνουν όπως τα ονειρεύεται.

*Μια διασκεδαστική ιστορία για την αξία  
της υγιεινής και σωστής διατροφής.*

Τυπώθηκε σε 100% ανακυκλωμένο χαρτί.



ΣΕΙΡΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ ΦΡΟΥΤΑ



Εκδόσεις **ΨΥΧΟΓΙΟΣ**  
[www.psichogios.gr](http://www.psichogios.gr)

ISBN 978-618-01-0737-1



ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ: 15144