



Κατερίνα Μουρίκη
Κυριακή Ζαχαίου



ΒΑΤΟΜΟΥΠΡΟ
από 7 ετών

ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑ ΟΤΗ ΛΙΧΟΥΔΑΝΙΑ



ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Περίπτωση στη Λιχουδανία**
ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ: Κατερίνα Μουρίκη, Κυριακή Ζακχαίου
ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ: Πέγκυ Φούρκα
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Χρυσούλα Τσιρούκη
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ: Δήμητρα Παπαδάκη
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Μερσίνα Λαδοπούλου
ΕΚΤΥΠΩΣΗ: Σταμάτιος Κοτσάτος & ΣΙΑ Ο.Ε.
ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ: Κωνσταντίνα Παναγιώτου & ΣΙΑ Ο.Ε.

© Κατερίνα Μουρίκη, Κυριακή Ζακχαίου, 2009

© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2009



Πρώτη έκδοση: Μάιος 2009

ISBN 978-960-453-525-5

Τυπώθηκε σε χαρτί ελεύθερο χημικών ουσιών, προερχόμενο αποκλειστικά και μόνο από δάση που καλλιεργούνται για την παραγωγή χαρτιού.

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 άδειας του εκδότη κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση 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
Βιβλιοπωλείο: Μαυρομυχάλη 1
106 79 Αθήνα
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
Bookstore: 1, Mavromichali Str.
106 79 Athens, Greece
Tel.: 2102804800
Telefax: 2102819550
www.psichogios.gr
e-mail: info@psichogios.gr



Κατερίνα Μουρίκη
Κυριακή Ζακχαίου

ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑ ΣΤΗ ΛΙΧΟΥΔΑΝΙΑ



Εικονογράφηση:
Πέγκυ Φούρκα

ΠΡΩΤΗ ΕΚΔΟΣΗ



Η ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΜΟΥΡΙΚΗ γεννήθηκε στην Αθήνα. Στο χώρο της λογοτεχνίας πρωτοεμφανίστηκε το 1984 με το έργο της **Η ΜΙΚΡΗ ΡΙΡΗ ΕΠΙΣΤΡΕΦΕΙ**, που τιμήθηκε με έπαινο από τη Γυναικεία Λογοτεχνική Συντροφιά. Συνεργάστηκε με την ελληνική ραδιοφωνία, την τηλεόραση και το Υπουργείο Παιδείας. Από τις Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ κυκλοφορούν τα βιβλία της για μικρότερα παιδιά **Η ΜΙΚΡΗ ΡΙΡΗ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΄ΝΑΙ ΠΑΝΤΑ ΤΟΛΜΗΡΗ**, **Η ΜΑΓΙΚΗ ΝΥΧΤΑ ΤΟΥ ΚΑΣΠΑΡ**, **ΤΟ ΠΙΟ ΩΡΑΙΟ ΟΝΟΜΑ**, το βιβλίο της για εφήβους **ΑΓΑΠΕΣ ΚΑΙ ΦΑΝΤΑΣΜΑΤΑ ΣΤΗ ΒΑΛΤΙΚΗ**, ενώ διήγημά της περιλαμβάνεται στην ανθολογία **ΗΡΘΑΝ ΤΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΚΙ Η ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑ**. Περισσότερες πληροφορίες στην ιστοσελίδα της www.katerinamouriki.gr

Η ΚΥΡΙΑΚΗ ΖΑΚΧΑΙΟΥ γεννήθηκε και μεγάλωσε στη Νίκαια του Πειραιά σ' ένα μικρό αλλά γεμάτο αγάπη σπίτι. Εκτός όμως από την αγάπη, υπήρχε πάντα υγιεινό και θρεπτικό φαγητό αλλά και σπιτικές λιχουδιές στις οποίες της άρεσε να κάνει μικρές επιδρομές. Κάποια παραπανίσια κιλά την έκαναν να ενδιαφερθεί για τη διατροφή. Πιστεύει ότι οι υγιεινές διατροφικές συνήθειες είναι καλό να μπαίνουν στη ζωή μας όσο είμαστε ακόμη παιδιά.

Στον Θανάση μας

ΓΕΙΑ ΣΑΣ, ΠΑΙΔΙΑ!
ΕΙΜΑΙ Ο ΝΙΚΟΛΑΣ
ΚΑΙ ΠΗΓΑΙΝΩ
ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ.
ΑΥΤΟΣ ΠΙΣΩ ΜΟΥ
ΕΙΝΑΙ Ο ΠΙΣΤΟΣ ΜΑΣ
ΦΙΛΟΣ, Ο ΚΟΠΡΕΝΤ.

ΕΓΩ ΕΙΜΑΙ
Ο ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΑΙ
ΠΗΓΑΙΝΩ ΤΕΤΑΡΤΗ
ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ.

ΜΕ ΛΕΝΕ
ΑΛΙΚΗ ΚΑΙ
ΠΑΩ ΚΙ ΕΓΩ
ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ!

ΓΟΥΦ!



ΕΓΩ ΕΙΜΑΙ
Η ΜΙΡΑΝΤΑ
ΚΙ ΕΙΜΑΙ ΜΑΘΗΤΡΙΑ
ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΤΑΞΗΣ.

ΛΕΓΟΜΑΙ
ΑΡΗΣ
ΚΙ ΕΙΜΑΙ
ΣΥΜΜΑΘΗΤΗΣ
ΤΗΣ ΜΙΡΑΝΤΑΣ.

ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΜΟΥ
ΕΙΝΑΙ ΝΑΝΤΙΑ
ΚΑΙ ΠΗΓΑΙΝΩ
ΤΕΤΑΡΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟΝ ΜΙΧΑΛΗ.





Αμέσως μόλις χτύπησε το κουδούνι, όρμησαν έξω φωνάζοντας όλοι μαζί: «Φύγαμεεεε!» Μόνο ο Μιχάλης και η Νάντια βγήκαν από την αίθουσα «ήρεμα και πολιτισμένα», όπως τους συμβούλεψε η δασκάλα τους στην τετάρτη δημοτικού.

— Θα περιμένω να βγει και η Μιράντα από την τρίτη, είπε ο Μιχάλης. Θα πάμε στην αίθουσα με τα νήπια να πάρουμε τον Νικόλα και την Αλίκη.

— Άραγε τι θα έχει ζωγραφίσει σήμερα η αδελφούλα σου;

— Το σίγουρο είναι ότι θα έχει γεμίσει και τα δέκα δάχτυλά της με μπογιές κι όλα τα φύλλα του μπλοκ ζωγραφικής της με καρδούλες και βασιλοπούλες.

– Εγώ πρέπει να φύγω. Θέλω να δω τη μητέρα μου πριν φύγει για το διατροφολογικό κέντρο όπου εργάζεται. Κάθε Παρασκευή, ο κύριος Τρόφιμος Βιταμίνας ανοίγει το γραφείο του πολύ νωρίς. Α, μην ξεχάσεις την αυριανή μας επίσκεψη στο σπίτι του.

– Καλά που μου το θύμισες! Θα το πω και στη Μιράντα τώρα που θα τη δω.

– Εντάξει! Τα λέμε λοιπόν αύριο στις δέκα το πρωί. Άντε γεια!

Σήκωσε το χέρι της και με μια χαριτωμένη κίνηση έτρεξε προς



την πόρτα. Τα βήματά της ήταν τόσο ανάλαφρα λες και πετούσε. Τούτη η μικρή Αλβανή ξεχώριζε για τους ευγενικούς τρόπους της και το ταλέντο που είχε να φτιάχνει σιχάκια, να τραγουδάει και να χορεύει.





Η ίδια έλεγε ότι, όταν θα μεγαλώσει, θα γίνει μπαλαρίνα. Εκείνος την προτιμούσε ποιήτρια, αλλά τελικά δεν του έπεφτε λόγος.

– Μιχάλη!

Ο Άρης με τη Μιράντα μόλις είχαν βγει από την τρίτη τάξη. Εκείνος ήταν ψηλός και αθλητικός κι εκείνη στρουμπουλή, ροδομάγουλη και μπουκωμένη όπως πάντα. Τώρα τσάκιζε ένα κρουασανάκι που είχε ξεμείνει στο κόκκινο τσαντάκι της.

– Πάλι τρως, βρε Μιράντα;

– Μμμ... απάντησε εκείνη απολαμβά-

νοντας τη γεύση της σοκολατένιας γέμισης.

Ο Άρης δεν άντεχε πια τη λαιμαργία της συμμαθήτριάς του.

— Μιχάλη, μην τη διακόπτεις την ώρα που κάνει προπόνηση!

— Πού τη βλέπεις την προπόνηση, βρε Άρη; Το κορίτσι μασάει!

— Ακριβώς! Μπορεί τελικά να κερδίσει χρυσό μετάλλιο, ή μάλλον χρυσή μασέλα. Με τόσα γλυκά που τρώει η δεσποινίς Μερρέντα μας, σε λίγα χρόνια θα της πέσουν τα δόντια και θα βάλει ξένα.

Αυτό το «Μερρέντα» που της κόλλησε τελευταία την έκανε σωστό θηρίο. Κατάπιε μονομιάς την μπουκιά της.

— Άρη, κάνε μου τη χάρη! του είπε φουρκισμένη κι ο Μιχάλης πήρε το μέρος της.

— Καλά σου λέει, βρε Άρη. Άσε τις κοτσάνες κι άσε κι εμάς να πάμε να πάρουμε τα μικρά από το νηπιαγωγείο.

Ανασήκωσε τους ώμους σαν να έλεγε: «Εγώ φταίω που ανακατεύομαι...»

– Εγώ για το καλό της μίλησα, αλλά τέλος πάντων... είπε βαριεστημένα. Άντε τώρα να πάρετε τα νηπιαγωγάκια σας και να ρίξω κι εγώ καμιά τρεχάλα μέχρι το σπίτι μου. Εγώ έτσι διατηρώ τη φόρμα μου, συμπλήρωσε κοιπάζοντας λοξά τη Μιράντα.

– Μην ξεχάσεις την αυριανή μας συνάντηση! του φώναξε ο Μιχάλης.

Η Μιράντα δίπλα του ξίνισε τα μούτρα. Κάτι μέσα της έλεγε ότι αυτός ο κύριος, μόλις την έβλεπε, θα ήθελε να κάνει κουμάντο στο στομάχι της. Η αλήθεια είναι ότι τον τελευταίο καιρό δε χωρούσε στα ρούχα της. Το αγαπημένο της συνολάκι τής ερχόταν πια τόσο στενό, που ήταν αδύνατον να το φορέσει. Αλλά το να μασουλάει διαρκώς λιχουδιές τής είχε γίνει συνήθεια που δεν μπορούσε να κόψει. Τώρα, με τούτη τη συνάντηση άρχισε πάλι να σκέφτεται τα παχάκια της και έχασε το κέφι της. Κι αυτός ο Άρης όλο την πειράζει!

– Αύριο στις δέκα το πρωί. Θα φέρω και τον Κοπρέντ! είπε ο Άρης.

— Έχει γίνει κολλη-
τός με το σκύλο του,
σκολίασε ο Μιχάλης.

— Ας γίνει και αυτο-
κόλλητος, φτάνει να μη
μου κολλάει με τέτοια πει-
ράγματα, είπε η Μιράντα
μουτρωμένη.



— Αφού τον ξέρεις τι πειραχτήρι είναι με
όλους. Εσένα ειδικά σε πειράζει λίγο παρα-
πάνω επειδή σε αγαπάει.

Η Μιράντα κοκκίνισε μέχρι τ' αυτιά. Η
αλήθεια είναι ότι ο Άρης της άρεσε πάρα πο-
λύ. Ήταν το πιο ψηλό και γεροδεμένο αγό-
ρι της τρίτης τάξης. Δε φανταζόταν ότι μπο-
ρεί να του άρεσε κι εκείνη. Για να το λέει
όμως ο Μιχάλης, που είναι μεγαλύτερος, φαί-
νεται πως κάτι θα ξέρει. Μεμιάς η διάθεσή
της άλλαξε.

— Ας πάμε να πάρουμε τα μικρά, είπε ενώ
μέσα στο μυαλό της τρεις λέξεις είχαν στή-
σει χορό: «επειδή σε αγαπάει...»

Το ίδιο βράδυ, η Μιράντα στριφογύριζε στο κρεβάτι της. Η σκέψη ότι την επομένη το απόγευμα έπρεπε να πάει με την υπόλοιπη παρέα σ' αυτό τον κύριο διατροφολόγο δεν την άφηνε να κοιμηθεί. Δεν είχε κα-

μιά όρεξη να ακούσει πά-

λι όλα τα εκνευριστικά

«μη» των μεγάλων. Κάτι

τέτοιες απαγορεύσεις,

αντί να της κάνουν κα-

λό, την αναστάτωναν

τόσο που την έπιανε

λιγούρα. Έτσι έβρι-

σκε κρυφή παρηγο-

ριά στο κόκκινο τσα-

ντάκι της, ενώ το συ-

νολάκι της μέσα στην

ντουλάπα όλο και τη

στένευε περισσότερο.

Τώρα, όμως, μ' αυτό

τον κύριο Τρόφιμο Βι-

ταμίνα δε βλέπει να



ξεμπερδεύει εύκολα. Ας της έλειπε η γνωριμία μαζί του. Σηκώθηκε και άνοιξε το συρτάρι του γραφείου της. Ήταν η μυστική κρυψώνα της. Κάτω από τα τετράδια και τις μπογιές της είχε κατακωνιάσει ένα κρουασάν. Άρχισε να ψάχνει ώσπου τα δάχτυλά της άγγιξαν το γυαλιστερό του περιτύλιγμα. Τζίφος! Το κρουασανάκι της είχε εξαφανιστεί.



— Όχι, αυτό είναι καταστροφή, ψιθύρισε με το άδειο σακουλάκι στα χέρια της. Μια στιγμή! Μέσα είναι ένα χαρτί. Το έβγαλε και διάβασε:



*Γλυκιά μου, τα πολλά
γλυκά βλάπτουν!*

Η μαμά που σε λατρεύει.



— Οχ! είπε μόνο και σούφρωσε τα χειλάκια της έτοιμη να κλάψει. Όστε η μαμά της τα είχε ανακαλύψει όλα! Ξαναγύρισε στο κρεβάτι της σαν βρεγμένη γάτα. Μέσα στη χούφτα της το σακουλάκι ακόμα μοσχοβολούσε. Μια γαργαλιστική μυρωδιά βανίλιας, βούτυρου και σοκολάτας τρύπωνε στα ρουθούνια της και τη ζάλιζε. Πάνω που τα βλέφαρά της άρχισαν να βαραίνουν από τη νύστα, ένιωσε να την τυλίγει ένα σύννεφο και να τη σηκώνει ψηλά. Με κομμένη την ανάσα ψιθύρισε:

— Πού είμαι; Ποιος είσαι; Νιώθω να μην πατάω πάνω στη γη.

— Πετάμε πάνω σε μια τούφα σαντιγί!

Η φωνή ήταν του Νικόλα. Η Μιράντα διαπίστωσε κατάπληκτη ότι, αντί να βρίσκεται στο κρεβάτι της, ταξίδευε πάνω σ' ένα άσπρο κι αφράτο σύννεφο από λαχταριστή κρέμα σαντιγί. Δίπλα της ο αδελφός της είχε πασαλειφτεί ολόκληρος με κρέμα.

— Έλα, Μιραντούλα μου, φάε όση σα-



νιγί θες, τώρα που δε μας βλέπει η μαμά!
Τσάμπα είναι!

Βούτηξε κι εκείνη τα χέρια της μέσα στην κρέμα κι άρχισε να καταβροχθίζει τη μια μπουκιά μετά την άλλη, γλείφοντας κάθε τόσο τα δάχτυλά της.

– Προσέξτε! Όπως πάτε, θα με φάτε πριν φτάσουμε στον προορισμό μας! είπε το σαντιγο-σύννεφο και το χνότο του μύριζε βανίλια.

– Ποιος είναι ο προορισμός μας; ρώτησε ο Νικόλας, αλλά η Μιράντα δεν μπορούσε να μιλήσει από το μπούκωμα.

– Η Λιχουδανία! Και τώρα προσοχή, γιατί προσαντιγειωνόμαστε! είπε το σύννεφο και,



κάνοντας μια θαυματική στροφή, άρχισε να χαμηλώνει ολοένα. Πέρασε σχεδόν ξυστά πάνω από μια μεγάλη ταμπέλα που έγραφε:

ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΑΤΕ ΣΤΗ

Λιχουδανία

– Ουάουουου! φώναξε ο Νικόλας τρομαγμένος από τον ακροβατικό ελιγμό.

– Μμμ! μούγκρισε η Μιράντα με μάτια γουρλωμένα και στόμα μπουκωμένο.





ΒΑΤΟΜΟΥΡΟ
από 7 ετών

Κατερίνα Μουρίκη
Κυριακή Ζαχαίου

Περιπέτεια στη Λιχουδανία



Με πουλ
και δραστηριότητες
στο τέλος!



Σταφύλι
ΦΡΑΓΟΥΛΑ
από 4 ετών



Σταφύλι
ΒΑΤΟΜΟΥΡΟ
από 7 ετών



Σταφύλι
ΑΓΙΟΣ
από 9 ετών



Σταφύλι
ΣΙΜΒΕΛΑ
από 11 ετών

...και για νεαρούς αναγνήστες, με ασκήσεις

Η Μιράντα, ο Νικόλας, ο Μιχάλης, η Αλίκη και ο Άρης βρίσκονται άθελά τους στη Λιχουδανία, έναν τόπο μαγικό, πασπαλισμένο με ζάχαρη και σοκολάτα. Εκεί τους κρατά αιχμάλωτους η μάγισσα Τουλούμπω, ταϊζοντάς τους ένα σωρό λιχουδιές για να παχύνουν και να μην μπορούν να ξεφύγουν. Θα καταφέρει, άραγε, η Νάντια, με τη βοήθεια του διατροφολόγου κυρίου Τρόφιμου, να σώσει τους φίλους της; Μία είναι η λύση: βιταμίνες, πρωτεΐνες και σωστή διατροφή.

Μέσα από τις γκάφες μιας παρέας παιδιών, οι μικροί μας φίλοι έχουν την ευκαιρία να μάθουν ποιες είναι οι σωστές διατροφικές συνήθειες, καθώς και την αξία των τροφών στη ζωή μας.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.
ΜΑΥΡΟΜΙΧΑΛΗ 1, 106 79 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ.: 210 28 04 800 • FAX: 210 28 19 550
www.psichogios.gr • e-mail: info@psichogios.gr

ISBN 978-960-453-525-5



9 789604 535255