

# A AVENTURA SAUDÁVEL DE LILI, A LAGARTA

POR: CAROLINA PALHAS





NUMA MANHÃ ENSOLARADA, NASCEU UMA PEQUENA E CURIOSA LAGARTA CHAMADA LILI. ELA OLHOU AO REDOR E VIU UM MUNDO CHEIO DE CORES E SABORES. LILI ESTAVA DETERMINADA A EXPLORAR E APRENDER TUDO SOBRE ALIMENTOS SAUDÁVEIS.



NO PRIMEIRO DIA, LILI ENCONTROU UMA MAÇÃ VERMELHA E CROCANTE. ELA DEU UMA MORDIDA E SORRIU, SENTINDO-SE ENERGIZADA. NO SEGUNDO DIA, ELA DESCOBRIU DUAS PERAS SUCULENTAS E AS SABOREOU COM ALEGRIA.



NOS DIAS SEGUINTEs, LILI EXPERIMENTOU TRÊS AMEIXAS ROXAS, QUATRO MORANGOS VERMELHOS E CINCO LARANJAS ALARANJADAS. ELA PERCEBEU QUE AS FRUTAS COLORIDAS NÃO ERAM APENAS DELICIOSAS, MAS TAMBÉM FAZIAM BEM PARA SUA SAÚDE.



LILI ENTÃO SE AVENTUROU MAIS E ENCONTROU SEIS FOLHAS DE ESPINAFRE E SETE PEDAÇOS DE BRÓCOLIS. ELA APRENDEU QUE AS VERDURAS ERAM IMPORTANTES PARA MANTÊ-LA FORTE E SAUDÁVEL.



AO FINAL DE SUA JORNADA, LILI SE SENTIU SATISFEITA E CHEIA DE ENERGIA. ELA CONSTRUIU UM PEQUENO CASULO E, APÓS ALGUNS DIAS, EMERGIU COMO UMA LINDA BORBOLETA, PRONTA PARA ESPALHAR A MENSAGEM DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.



MORAL DA HISTÓRIA: COMER UMA VARIEDADE DE FRUTAS E VERDURAS NOS TORNA FORTES E SAUDÁVEIS, ASSIM COMO LILI, A LAGARTA!