

# A zase ďalšia zlomenina!

**Autori:** kolektív žiakov 4. A zo Základnej školy s materskou školou, Demandice 131

**Príbeh vytvorili žiaci:** Michal B., Tamara B., Rebeka G., Lucy G., Adam K., Sebastián P., Katarina P., Dominik R., Lukáš R., Radoslav R. a Melinda T.

**Príbeh za kolektív zaslala:** Mgr. Erika K.

V malej dedinke učupenej v doline, obklopenej lesmi, bývala v žltom domčeku Janka s rodičmi. V jedno krásne júnové ráno sa Janka zobudila a bola celá nedočkavá. Ani len raňajky nedojedla čo sa ponáhľala do školy. Veľmi sa tešila na súťaž vo vybíjanej, ktorej sa v ten deň mala zúčastniť.

So spolužiakmi a pánom učiteľom cestovali autobusom do najbližšieho mesta kde súťažili žiaci z viacerých základných škôl. Jankinmu tímu sa veľmi darilo a už mali za sebou niekoľko víťazných zápasov, keď tu zrazu Janka nešťastne chytila loptu a vtom ju veľmi zaboľel ukazovák. Keďže sa už zápas schyľoval ku koncu dohrala ho, ba dokonca sa stali so spolužiakmi aj víťazmi turnaja. No večer už mala Janka prst opuchnutý a tak išli na pohotovosť. Bola to malá zlomenina a pán doktor jej dal prst do ortézy.

O pár dní na to v jeden slnečný deň skákala Janka na trampolíne. Skočila vysoko a pri dopade zrazu zjojkla. „Áu!“ Bol to jej členok a zase ďalšia zlomenina. Janka s rodičmi boli z toho nešťastní. „Prečo ďalší úraz?“ Mama zavolala na pomoc Mliečnu hliadku. Prišli tri kravičky: Malina, Rysuľa a Ďatelinka a ocko im povedal: „Prosím vás, pomôžte nám zistiť prečo Janka aj pri bežnom športovaní a hre prichádza k úrazu?“ Mliečna hliadka sa zamyslela a kravičky začali klásť otázky: „Skákala si Janka bezpečne? Nebláznila si sa?“ Janka smutne pokrútila hlavou. Zrazu Ďatelinka dostala nápad a opýtala sa: „Ješ dosť mliečnych výrobkov?“ „Nie, mám intoleranciu na laktózu,“ odpovedala pohotovo Janka. „Aj ja mám,“ povedala Ďatelinka. „A ty nevieš, že už je veľa mliečnych výrobkov bez laktózy?“ Janka sa pozrela na mamičku. „Už sme pár z nich vyskúšali ale nekupujeme ich pravidelne,“ zahanbila sa mamička. „Viete, že vďaka mliečnym výrobkom získava jej telo vápnik potrebný pre zdravý vývoj a silné kosti, ale aj vitamíny a minerály a je zdrojom bielkovín,“ upozornila Ďatelinka. „Preto sa ti lámu kosti pri športovaní,“ dodala Rysuľa. Malina sa tiež pridala do rozhovoru: „Neboj sa, keď začneš pravidelne každý deň jesť potraviny z mlieka, určite sa tvoj zdravotný stav zlepší!“ „Ďakujeme vám, Mliečna hliadka. Hneď zajtra ráno pôjdeme do obchodu a nakúpime bezlaktózové výrobky z mlieka,“ povedala mamička. A veru, Mliečna hliadka mala pravdu. Janka si obľúbila veľa mliečnych výrobkov bez laktózy a najviac jej chutili jogurty a syry. Každý deň jej mamička pribalila na desiatu aj jogurtovú kapsičku. Janka viac už žiadnu zlomeninu nemala.



# Cesta za tajomstvom syra s dierkami

**Autori:** kolektív žiakov II. B zo Základnej školy Pri Podlužianke 6, Levice

**Príbeh vytvorili žiaci:** Nettie B., Simona Ď., Lana H., Adam Ch., Mahdalyna K., Nestor K., Alex K., Jakub K., Jakub M., Patrícia M., Michal M., Brenton R. R., Martin S., Naďa S., Filip Š., Zuzana Š., Natália Š., Bibiana T., Šimon U. a Oliver V.

**Príbeh za kolektív zaslala:** Mgr. Soňa B.

Na jednej zelenej lúke, kde slnko svietilo a kvety voňali, žili tri najlepšie kamarátky – kravičky Ďatelinka, Malina a Rysuľa. Boli zvedavé a rady objavovali nové veci.

Jedného dňa, keď sa všetky tri pášli pri starom dubovom strome, Ďatelinka pozdvihla hlavu a povedala:

„Dievčatá, už ste sa niekedy zamysleli, ako vzniká syr s tými zvláštnymi dierkami?“

Malina zamyslene zamávala chvostom. „Ja som vždy myslela, že to urobí nejaký syrár s malým dierkovacím kladivkom!“

Rysuľa, ktorá bola najodvážnejšia z nich, sa široko usmiala. „To musíme zistiť! Pôjdeme za syrárom do dediny a opýtame sa ho!“

A tak sa rozhodli vydať za dobrodružstvom a túto záhadu vyriešiť.

Kravičky sa zakrádali cez lúky a lesy, až kým neprišli k veľkej dedinskej syrárni. Voňalo to tam po mlieku, bylinkách a... tajomstve! Kravičky sa schovali za drevenú budočku a sledovali, čo sa deje. Videli syrára v bielej zástere, ako nalieva mlieko do veľkých medených kotlov.

„Pozrime sa,“ zašepkala Ďatelinka, „a sledujme, čo sa stane ďalej.“

Keď syrár pridal do mlieka niečo, čo vyzeralo ako biele prášok, mlieko sa začalo meniť na hustú hmotu. Syrár túto hmotu rozkrájal a presunul do formy. Ale stále tam neboli žiadne dierky!

Zrazu sa spoza dverí objavila stará syrárka s dlhými striebornými vlasmi a tajomným úsmevom. „Hľadáte niečo, kravičky?“ spýtala sa.

Kravičky sa vyľakali, ale Rysuľa odvážne povedala. „Chceme vedieť, ako vznikajú dierky v syre!“

Syrárka sa zasmiala. „Ach, tie dierky! To je tajomstvo, ktoré nám pomáhajú vytvoriť malé, ale šikovné baktérie. Tie pracujú vo vnútri syra a vypúšťajú bublinky vzduchu. Tie bublinky vytvoria dierky!“

„Baktérie?“ čudovala sa Malina. „Sú také malé, že ich nevidíme?“

„Presne tak,“ prikývla syrárka. „A keď je syr hotový, máme vďaka nim lahodný syr s dierkami!“

Potom pozvala syrárka kravičky dovnútra, aby ochutnali čerstvý syr. Bol mäkký, voňavý a mal krásne dierky. Kravičky boli nadšené.

„Ďakujeme, pani syrárka,“ povedala Ďatelinka. „Teraz už vieme, že syrárstvo je veľké umenie!“

Keď sa kravičky vrátili na svoju lúku, rozhodli sa, že budú všetkým zvieratkám rozprávať o svojom dobrodružstve a o tom, ako malé baktérie robia veľké veci.

Odvtedy, keď niekto spomenul syr s dierkami, kravičky Ďatelinka, Malina a Rysuľa sa len usmiali a pripomenuli si svoj nezabudnuteľný deň v syrárni.

A tak sa skončil ich príbeh plný tajomstiev, odvahy a veľkého syrárskeho dobrodružstva.



# Dobrodružstvo v Pyramíde zdravia

**Autori:** kolektív žiakov 2. ročníka zo Základnej školy s materskou školou, Žbince 145

**Príbeh vytvorili žiaci:** Jožko B., Mishelle D., Erika F., Robko T., Saška V. a Mirko R.

**Príbeh za kolektív zaslala:** Mgr. Lenka Ď.

V triede 2.B na Základnej škole Dúhová sa jedného dňa objavil na tabuli zvláštny plagát s nápisom: Potravínová pyramída. Lacko a Ninka sa naň zvedavo pozerali, no ani jeden z nich presne nevedel, čo znamená.

Zrazu vykrikol malý Lacko: „Ja viem, kto nám pomôže – predsa Mliečna hliadka!“

Našťastie, Mliečna hliadka – Ďatelinka, Malina a Rysuľa – bola vždy pripravená vyriešiť každú záhadu.

„Sme tu, deti! Ako vám môžeme pomôcť?“ spýtala sa kravička Ďatelinka.

Ninka ukázala na plagát na tabuli: „Nevieme, čo znamená táto pyramída.“

„Prečo je na spodku ovocie a zelenina a navrchu sladkosti?“ opýtal sa Lacko.

„To je záhada, ktorú musíme preskúmať!“ povedala Ďatelinka a dotkla sa plagátu svojou lupou.

Vtom sa plagát zablsol a všetkých vtiahol priamo do sveta Pyramídy zdravia.

Prvá úroveň: Privítali ich jabĺčka, mrkvičky a paradajky.

„Sme základ zdravia!“ usmievali sa. „Obsahujeme vitamíny, vlákninu a vodu, ktoré vaše telá potrebujú, aby boli silné a zdravé. Jedzte nás každý deň!“ Lacko a Ninka pochopili, že ovocie a zelenina majú byť súčasťou jedálneho lístka každý deň.

Druhá úroveň: Tu ich čakali chlebíky, cestoviny a ryža. „My dodávame energiu na učenie, hranie aj športovanie!“ hovoril usmievavý krajec chleba. Deti sa dozvedeli, že obilniny sú dôležité pre silu, výdrž a koncentráciu.

Tretia úroveň: Bola plná mlieka, jogurtov a syrov. Mliečna hliadka sa rozžiarila radosťou: veď to sú ich najobľúbenejšie potraviny!

Kravička Malina sa postavila pred deti a vážne povedala: „Deti, vedeli ste, že mliečne výrobky sú jeden z najlepších zdrojov vápnika? Ten je veľmi dôležitý pre silné kosti, zuby aj nechty.“

Rysuľa nadšene dodala: „A obsahujú aj vitamíny A, B2 a D. Pomáhajú vám rásť, sústrediť sa v škole a byť zdraví. Jogurt je navyše skvelý aj pre bruško – obsahuje prospešné baktérie!“

Ďatelinka zdvihla pohár mlieka a usmiala sa: „Keď si dáš každý deň mlieko, syr alebo jogurt, tvoje telo sa ti poďakuje. A navyše – ak sú tieto výrobky zo Slovenska, vieš, že sú čerstvé a poctivé.“

Deti pozorne počúvali, ochutnali tvarohový koláčik a prikývli: „To chutí výborne aj pomáha zdraviu!“

Štvrtá úroveň: Boli tu mäso, vajíčka a strukoviny. „My sme zdroj bielkovín, ktoré vaše telo potrebuje“ vysvetľovalo kuriatko.

„To pomáha svalom rásť – mamička mi to hovorila!“ zasmiala sa Ninka.

Vrchol pyramídy: Tu ich čakali koláčiky, cukríky a hranolky. „Nás si nechajte len výnimočne“ ozval sa zákusok.

„Sme síce chutní, ale nie sme veľmi zdraví. Keď nás je priveľa, môžeme škodiť brušku, zubkom aj zdraviu.“

Vtom sa všetko znova zablslo – a Lacko, Ninka aj Mliečna hliadka sa ocitli späť v triede.

„Hurá!“ zvolali deti. „Ďakujeme vám, Mliečna hliadka, že ste nám to tak pekne vysvetlili! Teraz to môžeme porozprávať aj ostatným.“

A svoje slovo naozaj dodržali. Všetko vyrozprávali spolužiakom a pani učiteľka nemohla uveriť vlastným ušiam, ako krásne všetko vysvetlili.

Poučenie: Správne stravovanie je základ zdravia. Potravínová pyramída nám ukazuje, čo by sme mali jesť často, čo menej a čo len občas. Vďaka Mliečnej hliadke je teraz celá trieda múdrejšia a zdravšia!



# Mliečna hliadka a záhada chuti

**Autori:** kolektív žiakov 3. A zo Základnej školy, Nám. arm. gen. L. Svobodu 16, Bardejov

**Príbeh vytvorili žiaci:** Alexandra B., Patrik B., Nela B., Kristína B., Zoé C., Vanda F., Šarlotte F., Ella K., Nikola L., Tobias M., Matias M., Adam M., Júlia O. a Ľudmila P.

**Príbeh za kolektív zaslala:** Mgr. Alena DZ.-T.

Nastal ďalší krásny slnečný deň v našej dedine. Deti boli šťastné lebo bola sobota. Mliečna hliadka už bola skoro pripravená na ďalšiu záhadu. Ďatelinka si znova pripravovala svoju známu lupu. Malina sa snažila rozčesať tú kučeravú čubu a Rysuľa sa rozcvičovala.

Onedlho prišli deti s otázkou: „Mliečna hliadka, ako sa vyrába čokoládové, jahodové, vanilkové a iné ochutené mlieko?“ Mliečna hliadka rozmýšľala. „No tak, čo keby sme to išli zistiť,“ Hovorí Malina. „Dobre“, povedali deti. Tak sa presunuli na farmu. Keď prišli, privítal ich milý farmár Jožko. Jožko sa opýtal: „Mliečna hliadka, čo by ste chceli vedieť?“ „No vieš Jožko, nás zaujíma ako sa ochucuje mlieko“, povedala Rysuľa. „Viete, ste na nesprávnom mieste, lebo tu sa kravičky len doja. Keď chcete vedieť kde sa ochucuje mlieko musíte ísť do továrne“, vysvetľuje Jožo. Mliečna hliadka a deti sa vybrali na cestu do továrne. Keď prišli pred továreň, tak sa k ním prihovorila milá pani. „Ahoj deti, chceli by ste ísť na prehliadku továrne na spracovanie mliečka?“ „Áno“, s potešením vstúpili do továrne. „Ó, tu tak krásne vonia,“ myslia si deti a mliečna hliadka. „Tááák deti, teraz nám tento pán Miloš Krití vysvetlí, ako sa to robí. „Najprv nám prinesú mlieko z farmy. Potom ho precedíme a pripravíme čokoládu alebo jahody, ktoré napokon zmiešame s mliekom.“ Deti boli prekvapené! Napríklad Peťko s Jurkom si mysleli, že čokoládové a jahodové mlieko sa tvorí tak, že kravička zje veľa čokolády a jahôd. Peťko si to predstavoval tak, že na čokoládové a jahodové mlieko sú elektrické kravy, ktoré sú umiestnené v obchodných skladoch. Jurko si ale myslel niečo úplne iné ako Peťko. V Jurkovej hlave sa to pomotalo. On si myslel, že kravičky sa pasú na lúkach plných čokoládových a jahodových kvetov, prípadne trávu zapíjajú horúcou čokoládou. „Ale teraz už všetci vieme, že to tak nie je. Viete si predstaviť, že by to tak bolo? Lebo ja nie.“ Povedala Lucka. „Ja áno, bolo by to super“, dodala s úsmevom Katka. Deti si vymieňali svoje názory.

Všetci sa smiali, ale slnko už bolo na odchode. Prišiel čas ísť domov. Mliečna hliadka si povedala: „Po tomto dlhom a náučnom dni sa zase všetci vrátia domov a všetko čo zažili, budú rozprávať svojim rodičom a súrodencom.“ Mliečna hliadka aj dnes vyriešila ďalšiu záhadu.



# Záhada Mliečnej hory

**Autori:** kolektív žiakov 2. A zo Základnej školy, Tribečská 1653/22, Topoľčany

**Príbeh vytvorili žiaci:** Marek Č., Oliver L., Karin F., Michal M., Marko M., Valentína P., Lujza S., Sophie B., Timea M., Mia V. a Marek Ján A.

**Príbeh za kolektív zaslala:** Mgr. Zuzana G.

V srdci zelenej doliny sa nachádza malebná dedinka Mliečkovce. Obkolesená lúkami a lesmi, kde pasúce sa kravičky dodávajú to najlahodnejšie mlieko široko-dáľoko. V tejto dedinke bdie nad poriadkom Mliečna hliadka – tri bystré kamarátky: Malina, Ďatelinka a Rysuľa.

Bol krásny slnečný deň a Mliečna hliadka robila pravidelnú obhliadku ich malej malebnej dedinky. Mliečna hliadka spokojne kráčala a hrial ju dobrý pocit, že Jarmok mlieka a lokálnych mliečnych výrobkov bol veľmi úspešný, keď zrazu...

„Aha, čo to tam je? Stojte! Pozrite sa!“ zvolala Ďatelinka a ukázala do diaľky.

Na obzore stála čudná, obrovská hora. Predtým tam nebola. „Pozooooor, hýýýbe sa!“ vystrašene vykrikla Ďatelinka. Hora vyzerala ako obrovská mliečna príšera.

„To je záhada,“ povedala Rysuľa a rozhodne vykročila. „Ideme to preskúmať.“

Malina, Ďatelinka a Rysuľa sa na to „čudo“ išli pozrieť bližšie. Ako sa približovali, hora sa zväčšovala a zväčšovala. Zem sa pod nimi podivne šmýkala.

„Fúúj, to zapácha ako skysnuté mlieko,“ zamračila sa Ďatelinka.

„Drž sa ma, Malina,“ povedala Rysuľa a pomohla jej vyšplhať sa vyššie.

Šplhanie na vrch hory bolo veľmi náročné. Mliečna hliadka veľmi vysmädla.

„Tam je voda, poďme sa napiť!“ navrhla Ďatelinka. Napili sa z malej riečky, ktorá tiekla cez horu.

Na vrchole sa im naskytol veľmi nepekný pohľad.

„To nie je hora... to je obrovská kopa odpadu!“ zhrozila sa Malina.

„Pozrite, sú tu obaly od jogurtov, fliaš, téglikov... To sú zvyšky z Mliečneho jarmoku!“ dodala Ďatelinka.

„Prečo to nikto nevyhodil do správnych kontajnerov?“ zamračila sa Rysuľa.

Keď sa vracali do dediny, začali sa cítiť zle.

„Mňa bolí bruško,“ postťažovala sa Malina.

„Mňa bolia nohy,“ ochkala Ďatelinka.

Rysuľa bola veľmi unavená a bledá.

Mysleli si, že to nie je nič vážne. Veterinár ich vyšetril.

„Musíte ostať v karanténe. Zjedli ste niečo pokazené,“ vysvetlil. „Oddychujte a hlavne žiadne výlety!“

V noci sa hora sa zlovestne hýbala vo vetre.

„Vyzerá, že chce zjesť celú dedinu...“ zašepkala Ďatelinka spoza okna.

Deti z dediny sa medzitým dozvedeli, čo sa stalo. „Musíme pomôcť!“ rozhodli sa. Priniesli kravičkám čerstvú trávu, kukuricu a vodu. A potom si spomenuli, čo ich Mliečna hliadka učila:

„Plasty a tetrapaky patria do žltého kontajnera – ten vyzerá ako veľký syr!“

„Papier hádzeme do modrého – ako voda.“

„Sklo do zeleného kontajnera – pripomína farbu trávičky.“

Deti poprosili rodičov a spoločne triedili všetok odpad. „Veď spoločnými silami to zvládneme rýchlejšie,“ pomysleli si.

Hora sa začala zmenšovať. Pomaly, ale isto. Obaly mizli, poriadok sa vracal.

Malina, Ďatelinka a Rysuľa postupne vyzdraveli.



„Záhada Mliečnej hory je vyriešená!“ radovali sa.

Na námestí zorganizovali deti veľkú oslavu. Mliečnej hliadke doniesli chutnú zelenú trávku. Deti s rodičmi pripravili ovocné “milk shaky”, výborné jogurtovo-čokoládové torty, tvarohové koláče, syrové pochútky a iné rôzne dobroty, na ktorých si pochutnávali.

Všade viseli transparenty: „Recyklujme, chráňme prírodu!“

Poučenie:

Každý obal patrí do správneho kontajnera. Recykláciou chránime svoje zdravie, prírodu a aj svoje kravičky. Budme ako Mliečna hliadka – všímaví, zodpovední a pripravení konať!

Žltý kontajner – plasty a tetrapaky

Modrý – papier

Zelený – sklo

„Recykluj a buď hrdinom svojho mesta a dediny! Mysli a buď eko! “

