

HELMI-PÖLLÖN SULKASATO

Tarina kaikenlaisen aktiivisen tekemisen edistämiseksi.

kuvatuki tekstin jälkeen.

Kevätaamu valkeni Olympiastadionin kallioilla selkeänä ja aurinkoisena. Kukko oli laulanut jo monta tuntia sitten, mutta Bubi ja Helmi nukkuivat vieläkin sikeästi kotipesässään.

”Kröh, kröh – niif, niif!”

Bubi havahtui outoon ääneen, joka kuului hänen vierestään.

”Kröh, kröh – niif, niif! AUUUTS!”

”Voi anteeksi Helmi, luulin sinua herätyskelloksi!”, Bubi sanoi. Helmi hieroi tuskaisen näköisenä kalpean valkoisia korviaan, joita Bubi oli juuri läimäyttänyt siivillään. **KUVA 1.**

”Kröh, kröh – niif, niif! Minulla on huono olo, Bubi”, Helmi vaikeroi.

”Olen niin pahoillani Helmi, se oli vahinko. En tarkoittanut...”

”Ei Bubi, en minä sitä tarkoita! Minulla on huono olo. Luulen, että olen tullut kipeäksi.”, Helmi sanoi.

Totta totisesti, Helmen nokka vuoti kuin vesiputous ja kurkku tuntui olevan täynnä karvapalloja. Sulatkin olivat muuttuneet vaalean harmaiksi. Niinpä niin, kyse ei ollutkaan ihan tavallisesta vilustumisesta. Helmi oli sairastunut tylsyystautiin. **KUVA 2.**

Kaksi tuntia myöhemmin maajoukkueläkäri Laukan vastaanotolla:

”Vai olet sinä kärsinyt tekemisen puutteesta talven aikana? Ei tämä hyvältä näytä, Helmi, valitan. Kirjoitan sinulle reseptin. Liikuntaa, lukemista, lautapelejä ystävien kanssa, hippaa, piilosta. Kaikki tekeminen kelpaa. Noin 10 000 annosta, vähintään kerran päivässä, niin eiköhän tällä saada sulkien väri palaamaan.” **KUVA 3.**

”10 000 annosta”, huudahti Helmi! ”, enhän minä ehdi millään tehdä 10 000 eri asiaa”, hän jatkoi hädissään.

”Ei, ei, ei tietenkään!”, Laukka vastasi. ”Sinulla on nyt niin paha tylsystauti, että siihen ei oma tekemisesi enää riitä. Tarvitaan lapsia, paljon lukevia, liikkuvia ja tekeviä lapsia, jotka voivat saada vaaditun annosmäärän täytetyksi. Sinun tehtäväsi on katsoa ja kannustaa...ja tietysti tehdä oma osuutesi muiden mukana!”, lääkäri sanoi.

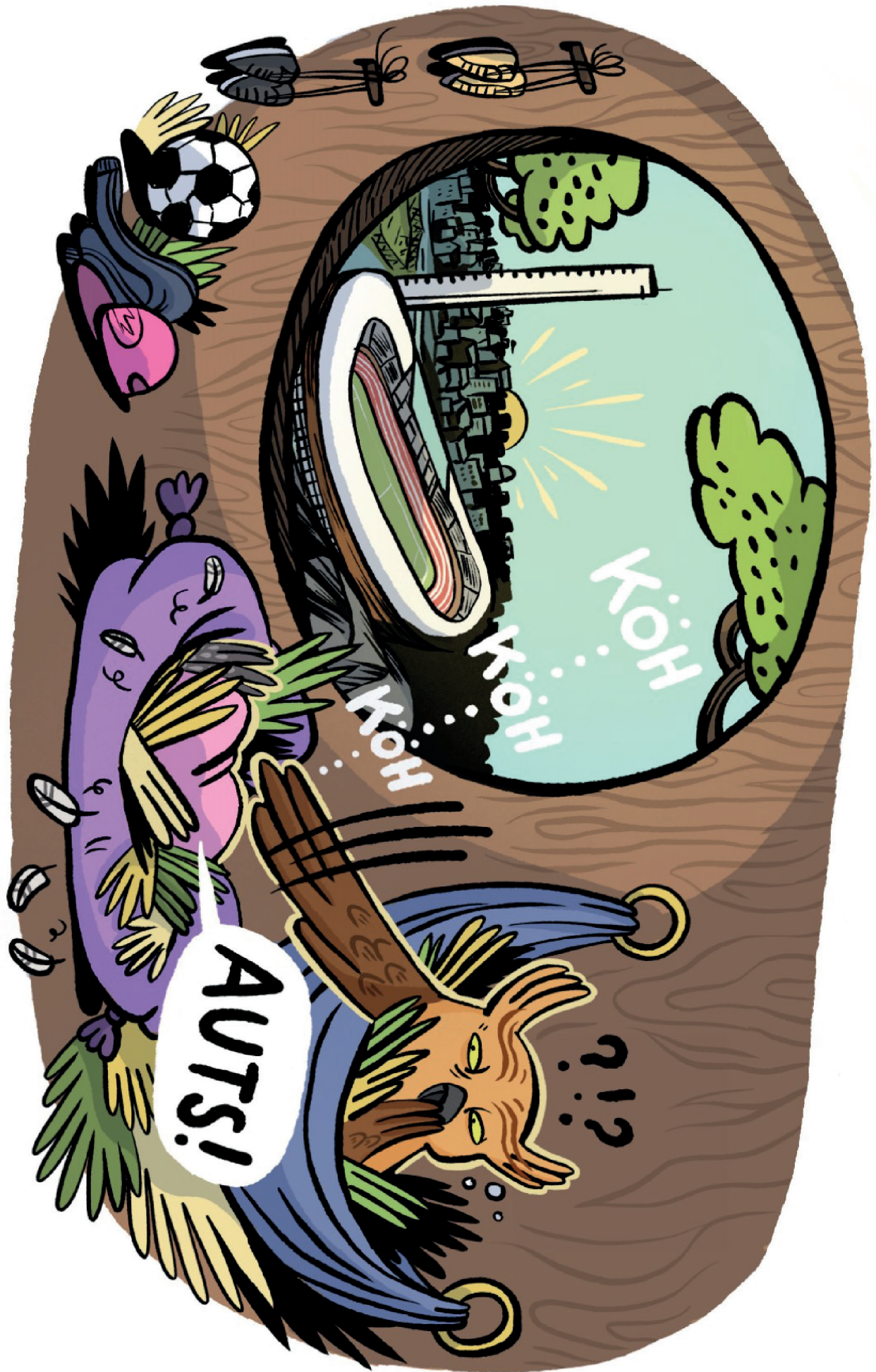
”Älä huoli Helmi, minä autan sinua. Lupaan, että saamme sulkasi takaisin kaikessa väriloistossaan”, Bubi lohdutti. **KUVA 4.**

Hän todella tiesi, mistä puhui. Olihan hän menettänyt omat sulkansa vain vuotta aikaisemmin, mutta saanut ne lasten avulla takaisin!

Helmi tarvitsee meidän kaikkien apua. Nyt on aika lukea ja leikkiä yhdessä!



**KAIKKI..
PELISSÄ**





KUVA 3.

