

Βατόμουρο



7-8 ετών

ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ • ΦΙΛΑΝΑΓΝΩΣΙΑ

Ιωάννα Μπουλντούμη

Έξω απ' τα δόντια

Μαθαίνουμε Για...
τη
στοματική
υγιεινή



ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Έξω απ' τα δόντια**
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Ιωάννα Μπουλντούμη
ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ: Αιμιλία Κονταίου
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Ευδοξία Μπινοπούλου
ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ: Βίκυ Αυδή
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Μερσίνα Λαδοπούλου
ΕΚΤΥΠΩΣΗ: Ι. Πέππας ΑΒΕΕ
ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ: Κωνσταντίνα Παναγιώτου & ΣΙΑ Ο.Ε.

© Ιωάννα Μπουλντούμη, 2013
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2013

Πρώτη έκδοση: Μάρτιος 2013

ISBN 978-960-496-562-5



Τυπώθηκε 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
Βιβλιοπωλείο: Μανρομικάλη 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



Ιωάννα Μπουλντούμη

Έξω απ' τα δόντια



Εικονογράφηση:
Αιμιλία Κονταίου

ΠΡΩΤΗ ΕΚΔΟΣΗ



Η **ΙΩΑΝΝΑ ΜΠΟΥΛΝΤΟΥΜΗ** μεγάλωσε και ζει στον Πειραιά. Σπούδασε Επικοινωνία και Διοίκηση Επιχειρήσεων κι έχει εργαστεί σε πολυεθνικές εταιρείες και κοινωνικούς φορείς, αλλά κι ως ελεύθερη επαγγελματίας. Αυτό που της αρέσει όμως πραγματικά είναι να διαβάζει και να γράφει: επίσης, να μιλάει με τα παιδιά ή απλώς να τα ακούει. Γι' αυτό κι από το 1999 γράφει στην παιδική εφημερίδα *Ερευνητές της Καθημερινής*. Και τώρα πια γράφει και βιβλία. Κι είναι πολύ ευτυχισμένη για αυτό... Το Δεκέμβριο του 2009 κέρδισε το Β' Βραβείο Παραμυθιού από την Πανελλήνια Ένωση Λογοτεχνών, ενώ το 2011 βραβεύτηκε από τον Κυπριακό Σύνδεσμο Παιδικού και Νεανικού Βιβλίου. Ονειρεύεται κάποια στιγμή στη ζωή της να ασχολείται μόνο με το γράψιμο. Και, όπως λέει, θα είναι ο πιο ευτυχισμένος άνθρωπος στον κόσμο! Είναι μέλος του Κύκλου του Ελληνικού Παιδικού Βιβλίου και του Society of Children's Book Writers and Illustrators (SCBWI). Από τις Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ κυκλοφορούν, επίσης, τα βιβλία της **Ο ΦΑΝΤΑΣΜΕΝΟΣ ΓΑΛΛΟΣ ΠΑΠΑΓΑΛΟΣ, ΟΙ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΠΙΘΕΩΡΗΤΗ ΣΕΛΟΚ ΤΟΥ ΣΕΛΙΝΟΥ – ΣΤΑ ΠΡΑΣΑ!**, **ΟΙ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΠΙΘΕΩΡΗΤΗ ΣΕΛΟΚ ΤΟΥ ΣΕΛΙΝΟΥ – ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΣΤΟ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΒΙΤΑΜΙΝΗΣ** και **Ο ΟΝΕΙΡΟΣΥΛΛΕΚΤΗΣ**.

*Για περισσότερες πληροφορίες
επισκεφθείτε το ιστολόγιο της συγγραφέως:
<http://iboulntoumi.psichogios.gr>*

*Αφιερωμένο σε όλους εσάς που είστε
ο λόγος και η αφορμή για να συνεχίζω
να τα λέω... έξω απ' τα δόντια*



*Ευχαριστώ τη χειρουργό οδοντίατρο, κα Κάτια Κο-
ντογεωργακοπούλου, για τις πολύτιμες συμβου-
λές της.*

«Βού-ηα» όπως «Βού-ρ-τσισμα»

Πλύνε, παιδάκι μου, τα δόντια σου... Μα επιτέλους, πρέπει συνέχεια να σε κυνηγάω για να πιάσεις την οδοντόβουρτσα;»

«Αμάν, καλέ μαμά, το πρωί τα έπλυνα. Από το πολύ πλύνε πλύνε, θα μου πέσουν στο τέλος...»

«Έλα, Παναγιά μου, τι άλλο θ' ακούσω! Από τα γλυκά κινδυνεύουν τα δόντια σου, Βούλα, κι όχι από το βούρτσισμα».

«Όχου! Καλά, πάω... Ησύχασες τώρα;»
μουρμούρισε το κορίτσι κλείνοντας με δύναμη την πόρτα του μπάνιου πίσω της.

Η Βούλα το μοναδικό κοινό που είχε με το βούρτσισμα των δοντιών της ήταν τα τρία

πρώτα γράμματα. Αντίθετα, με το βούρτσισμα των μαλλιών της τα πήγαινε περίφημα· όλη την ώρα με την τσατσάρα στο χέρι ήταν και χτένιζε τα μακριά, ξανθά μαλλιά της. Από την άλλη, και τα δόντια της στα μαλλιά της έμοιαζαν: τις φορές που ξεχνούσε ή αρνιόταν να τα πλύνει, γίνονταν το ίδιο κίτρινα αλλά λιγότερο ελκυστικά.

Δεν ήταν ότι η Βούλα δεν αγαπούσε την καθαριότητα· αντίθετα, έκανε δυο φορές την ημέρα μπάνιο, το δε καλοκαίρι ζάρωνε σαν σταφίδα από το πολύ νερό.

Από την άλλη όμως, θεωρούσε περιπότο συχνό βούρτσισμα των δοντιών της. Άλλωστε τα δόντια δε φαίνονται όπως τα μαλλιά, κι εύκολα μπορούσε να τα κρύψει πίσω από τα κλειστά της χείλη. Επίσης σπάνια άκουγε κάποιον να θαυμάζει τα δόντια κάποιου άλλου – ενώ τις ξανθές της μπούκλες όλοι τις καμάρωναν. Η Βούλα ήξερε ότι οι φίλες της τη ζήλευαν λιγάκι, γιατί οι περισσότερες είχαν καστανά και κοντοκουρεμένα μαλλιά.

Άρα τι να τα έκαναν τα αστραφτερά δόντια τους, αφού καμιά δεν είχε λόγο να χαίρεται;

Η Βούλα έκανε αυτές τις σκέψεις ενώ χτενιζόταν. Όταν τελείωσε, έπιασε την οδοντόβουρτσα με τη λαβή-φραουλίτσα. Και μόνο στη σκέψη ότι θα έμπαινε στο στόμα της, της ερχόταν εμετός.

«Μ' αρέσει που οι μεγάλοι νομίζουν ότι έχουν μυαλό! Θεωρούν το βούρτσισμα των δοντιών όχι μόνο ακίνδυνο αλλά και ωφέλιμο. Κι αν καταπιώ την οδοντόβουρτσα; Κι αν ματώσουν τα ούλα μου και πεθάνω από την αιμορραγία; Κι αν την ώρα που πλένω τα δόντια μου ξεκολλήσει η φραουλίτσα και σφηνώσει στο λαρύγγι μου; Εκεί να σε δω, πανέξυπνη μαμά μου! Εσύ θα μ' έχεις πάρει στο λαιμό σου. Δηλαδή τι έχουν τα δόντια μου; Μια χαρά καθαρά τα βλέπω... Ε, μη μου πει κανείς ότι κινδυνεύει η ζωή μου από αυτό το αθώο μαρουλάκι που έχει κωθεί στο δόντι μου; Ορίστε, το ρούφηξα προς τα μέσα κι εξαφανίστηκε! Άσε, βαριέμαι,



δεν τα πλένω τώρα... Αύριο με το καλό, πριν πάω στο σχολείο θα τα πλύνω – μη σου πω καλύτερα το βράδυ...» αποφάσισε η Βούλα κι έκανε μεταβολή από τον καθρέφτη.

Καθώς πήγαινε προς το δωμάτιό της, έκανε μια στάση στην κουζίνα κι έκρυψε στην τσέπη της πιτζάμας της δυο σοκολατένια μπισκότα που μόλις πριν από λίγο είχε ξεφουρνίσει η μαμά της.

«Μοσχομυρίζουν τα άτιμα», μουρμούρισε το κορίτσι που δεν έβλεπε την ώρα να τα καταβροχθίσει. *Ας μην το παρακάνω όμως, σε λίγο δε θα μου χωράει το κορμάκι του μπαλέτου. Τι τα θες όμως, και η Πάβλοβα* μπαλαρίνα ήταν και την έκαναν τούρτα... σκέφτηκε κατόπιν, καθώς έκλεινε το φως.*

* Άννα Πάβλοβα: Διάσημη Ρωσίδα μπαλαρίνα του 19ου αιώνα. Το ομώνυμο γλυκό λέγεται πως παρασκευάστηκε προς τιμήν της κατά τη διάρκεια μιας περιοδείας της στην Αυστραλία και τη Νέα Ζηλανδία το 1920.



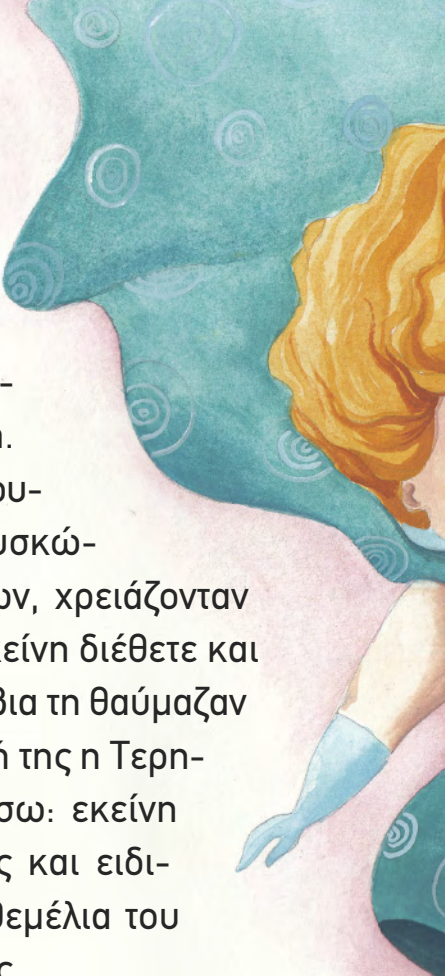
Ένα σπίτι για δύο

Τι φαΐ έχουμε σήμερα;» ρώτησε η Ουλίτιδα την αδελφή της Τερηδόνα που ήδη έστρωνε τραπεζίτη. «Ψόφια είμαι, είχα πολλή δουλειά».

«Σήμερα, αγαπητή μου, θα κάνουμε χορτοφαγία. Μαρούλι για κύριο πιάτο και σοκολατένιο μπισκότο για επιδόρπιο».

«Πάλι σοκολάτα; Χάθηκε ο κόσμος για καμιά σαντιγί, λίγο ζελέ, έστω μια γρανίτα, βρε αδελφέ!»

«Αυτά έχουμε, αυτά θα φάμε», έκανε η Τερηδόνα αγανακτισμένη. «Δε λες πάλι καλά που υπάρχουν κι αυτά; Για θυμήσου τον Γιωργάκη που έπλενε κάθε τρεις και λίγο τα δόντια του. Η μισή είχες μείνει από την πείνα. Τουλάχιστον η Βουλίτσα μάς φροντίζει. Ούτε στα καλύτερα



εστιατόρια δε θα είχαμε τέτοια περιποίηση».

Η Ουλίτιδα δε μίλησε, παρά ξάπλωσε πάνω στον κυνόδοντα για να ξεκουραστεί. Ήταν κατάκοπη. Δεν έκανε και την πιο απλή δουλειά του κόσμου: για να φουσκώνεις τα ούλα των ανθρώπων, χρειάζονταν μπράτσα αλλά και μυαλό. Εκείνη διέθετε και τα δύο, γι' αυτό και τα μικρόβια τη θαύμαζαν και τη σέβονταν. Κι η αδελφή της η Τερηδόνα όμως δεν πήγαινε πίσω: εκείνη ήταν πολφιτικός* μηχανικός και ειδικευόταν στο να σκάβει τα θεμέλια του δοντιού και να ανοίγει τρύπες.

Όταν κάθισαν στον τραπεζίτη, οι δυο αδελφές

* Αυτή η λέξη δεν υπάρχει! Είναι εμπνευσμένη από τη λέξη «πολφός», τη μαλακή ύλη που βρίσκεται στην κεντρική κοιλότητα του δοντιού και αποτελείται από πολλά νεύρα και αγγεία.



άρχισαν να μασουλάνε το μαρούλι αμίλητες. Απολάμβαναν το φαγητό τους, γιατί ήξεραν ότι κανένα οδοντικό νήμα ή στοματικό διάλυμα δε θα χαλούσε την ήρεμη βραδιά τους. Όταν η Ουλίτιδα σέρβιρε το επιδόρπιο, η Τερηδόνα έδειξε πως είχε κέφι για κουβέντα.

«Κανένα νέο;»

«Άσε, δε σήκωσα κεφάλι σήμερα. Τόση δουλειά, χρόνια είχα να δω. Ειδικά τώρα με την οι-



κονομική κρίση, όλο και λιγότεροι φροντίζουν τα δόντια τους. Οι οδοντογιατροί έχουν γίνει είδος πολυτελείας».

«Καλά τα λες. Εδώ ούτε οδοντόβουρτσα δεν αλλάζει ο κόσμος συχνά πια. Εμάς τουλάχιστον δε μας αφορά η ανεργία. Εγώ πάντως στάθηκα τυχερή σήμερα», συνέχισε η Τερηδόνα γλείφοντας και τα δάχτυλά της από τα ψίχουλα του μπισκότου.

«Α μπα; Για λέγε...» έκανε όλο περιέργεια η Ουλίτιδα.

«Να, ήμουν στο στόμα ενός συμβολαιογράφου και την ώρα που άνοιγα μια ωραιότατη κι ολοστρόγγυλη τρύπα, δεν είχα προσέξει ότι είχα φτάσει κοντά στο νεύρο κι άθελά μου τον έπιασε πόνος! Μιλάμε ότι ούρλιαζε ο άνθρωπος! Ήταν αργά να κάνω πίσω κι έτσι παράτησα τα εργαλεία σύξυλα και προσευχόμουν να αγνοήσει το συμβάν...»

«Αχά! Για λέγε, για λέγε», την προέτρεψε η αδελφή της που πια κρεμόταν από τα χείλη της.

«Άσ' τα, τζάμπα οι προσευχές! Ο συμβολαιο-



γράφος έκλεισε αμέσως ραντεβού με το γιατρό. Για να μη σ' τα πολυλογώ, σταμάτησε ο συμβολαιογράφος το πρώτο ταξί κι έδωσε στον οδηγό τη διεύθυνση του οδοντογιατρού. Έλα όμως που είχαν απεργία τα λεωφορεία και τα τρένα, και στους δρόμους επικρατούσε χάος. Μιάμιση ώρα μέσα στο ταξί, στο τέλος έχασε το ραντεβού του και γύρισε πίσω στο γραφείο ο άνθρωπος. Εγώ βέβαια δεν άφησα την ευκαιρία να πάει χαμένη. Έκανα μια τρύπα μούρλια, σωστό έργο τέχνης! Με τόση δουλειά που έχει αυτός, σιγά μην πάει σύντομα να κάνει σφράγισμα», ολοκλήρωσε την κουβέντα της η Τερηδόνα χασκογελώντας.



Βατόμουρο
7-8 ετών

Α', Β' & Γ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Ιωάννα Μπουλντούμη

Έξω απ' τα δόντια



Τυπώθηκε σε 100% ανακυκλωμένο χαρτί.



Το μόνο κοινό που έχει η Βούλα με το βούρτσισμα των δοντιών της είναι τα τρία πρώτα γράμματα. Δίνει λοιπόν αφορμή στις αδελφές Τερηδόνα και Ουλίτιδα να κάνουν ανενόχλητες τη δουλειά τους μέσα στο στόμα της. Μέχρι τη στιγμή που ο ερχομός ενός καινούριου συμμαθητή στο σχολείο θα ανατρέψει τα δεδομένα...

Θα καταφέρει η Βούλα να κάνει «έξωση» στις δύο κατεργάρες αδελφές; Θα αφήσει τη βούρτσα των μαλλιών για να πιάσει την οδοντόβουρτσα; Για ποιο λόγο τα λέει «έξω απ' τα δόντια» στο συμμαθητή της;

Με πολύ χιούμορ, τα παιδιά μαθαίνουν για τη σωστή φροντίδα των δοντιών αλλά και τη σημασία της εσωτερικής ομορφιάς.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.
ΤΑΤΟΙΟΥ 121, 144 52 ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΤΗΛ.: 210 28 04 800 • FAX: 210 28 19 550
www.psichogios.gr • e-mail: info@psichogios.gr



ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ: 10212