

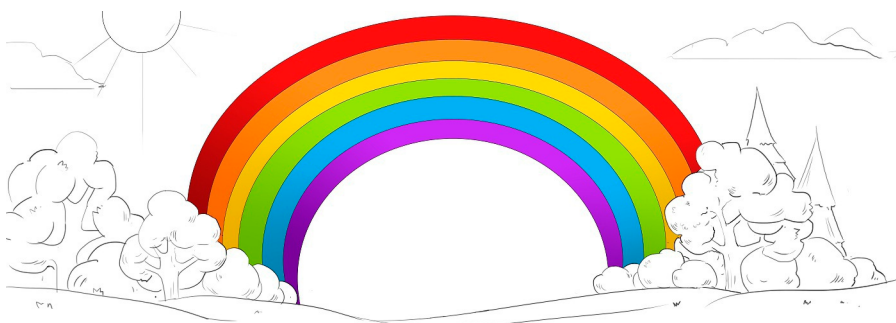


Anna Savolainen

Syö sateenkaari!

Iloisia ruokajuttuja lapsille

SYÖ SATEENKAARI !





Anna Savolainen
on kirjoittanut tämän kirjan, jonka nimi on:

Syö sateenkaari!
Illoisia ruokajuttuja lapsille



© 2019 Anna Savolainen

Kustantaja: BoD™ – Books on Demand, Helsinki, Suomi
Valmistaja: Books on Demand GmbH, Norderstedt, Saksa
ISBN: 978-951-568-097-6

VÄREJÄ JA MAKUJA

Hei olen Ensi, mukava tavata!

Minä pidän värikkäistä kasviksista ja hedelmistä, kaikissa sateenkaaren väreissä. Tämän kirjan sivuilla mietiskelen ruokajuttuja, ja maalaan sateenkaarta valmiiksi.

Tervetuloa mukaan!





PUNAINEN

Lautaselle punaista. Mitä kaikkea se voisi olla?

Mansikoita, vadelmia, punaherukoita ja puolukoita.

Aika paljon maukkaita marjoja!

Tiedätkö mikä on punajuuri?

Entä maistuuko sinulle punaposkinen omena suurensuuri?

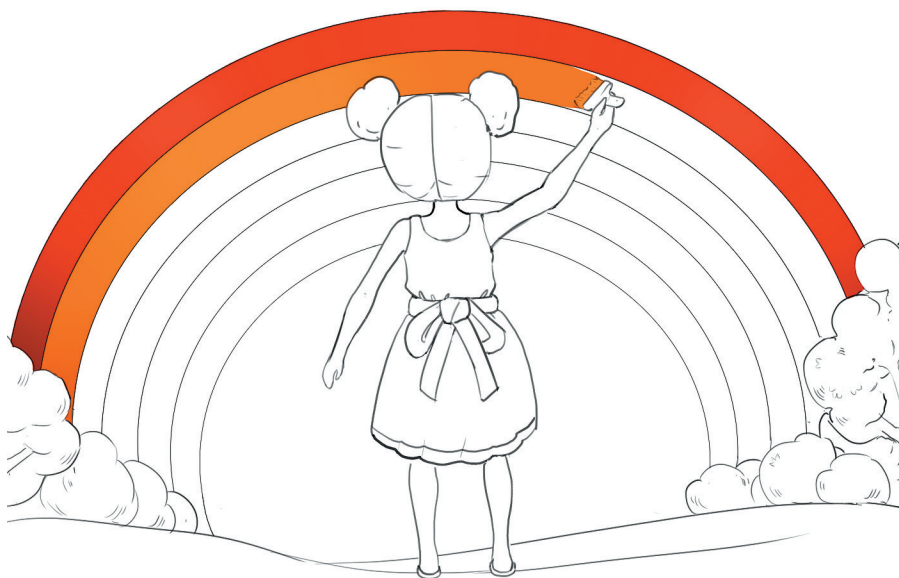
Punainen väri on voimakas. Punainen on reipas ja rohkea.

Punaisella voi maalata tonttuja ja tomaatteja,

ja hymysuisia kavereita.

Nyt minä maalaan punaisella.





ORANSSI

Lautaselle oranssia. Mitä kaikkea se voisi olla?

Porkkanoita, porkkanoita, porkkanoita.

Iloisia ja rapsakoita!

Paprika, persikka, kurpitsa, appelsiini ja tyrnimarja

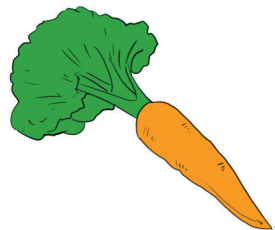
- siinä oranssi värisarja.

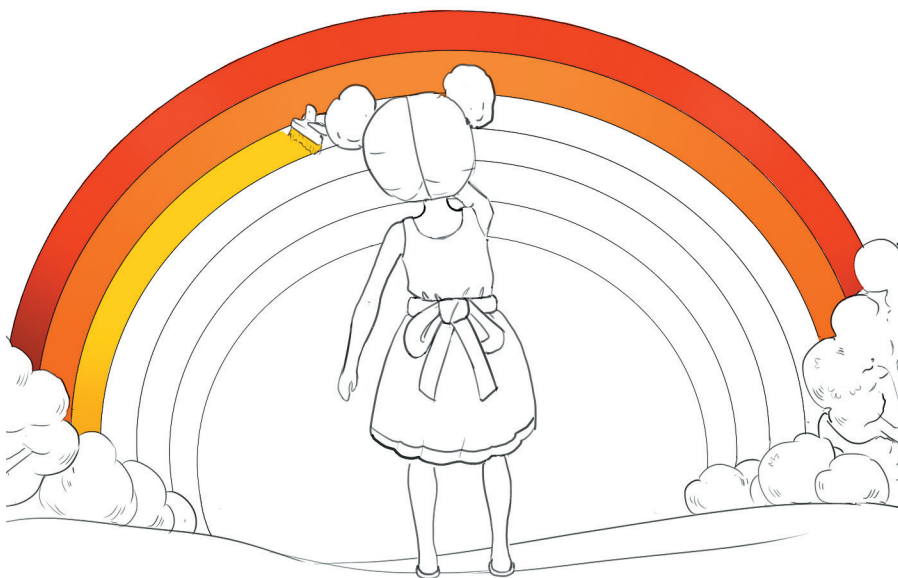
Oranssi tuo energiaa, aika paljon pomppuvoimaa!

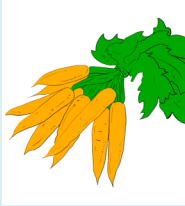
Oranssi muistuttaa sadonkorjuun ajasta,

ja monista hyvistä mausteista.

Nyt minä maalaan oranssilla.







Syö sateenkaari ! on kirja ilosta ja hyvästä ruuasta, lapsille ja aikuisille yhdessä.

Kirja vie lukijan mukanaan värikkään ruuan äärelle.

Kuvitus värittää kirjan iloisen innostavaa kerrontaa, ja lukija pääsee lapsen kanssa miettimään ruokaan liittyviä teemoja iloisesta näkökulmasta.



Kirjan kirjoittaja Anna Savolainen on Health Coach ja värikkäästä ruuasta innostunut äiti, joka kirjoittaa kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin teemoista värejä käyttämällä, ja ohjaa workshopeissa niin lapsia kuin aikuisiakin, lempeys ja ilo edellä.

Minulla on yksi erityinen toive: Jos sinusta tuntuu siltä, niin anna kirjalle mahdollisuus synnyttää jakamisen iloa: lue lapselle, juttele ja tunnelmoi. Jaa oma ruokamuisto tai luo uusia. Anna lahjaksi lukuhetki, ehkä annat mukana myös kutsun yhteiseen ruokapöytään. Tai omalle kasvimaalle. Tai metsään. Jaa miltä sinun päiväsi maistuu. Miltä värit maistuvat, uskaltauduitko kokeilemaan uutta, miten se meni? Jaa kokemus. Jaa tunnelma.



BoDTM
BOOKS on DEMAND

www.bod.fi