

► Eccoti di nuovo attento e pronto ad ascoltare la settima avventura di Jacob Due-Due!

E così Jacob Due-Due fu portato via da Padron Pinna e Madama Penna, che lo condussero prima lungo un corridoio tortuoso, poi giù per duecento scalini, fino a una schiera di celle sotterranee.

Passando davanti alla prima cella, Jacob Due-Due vide un bambino con la testa ficcata tra le sbarre che piangendo disse alle guardie: «Scusate, signori, scusate, ho un mal di pancia tremendo».

«Che ne dici, vogliamo darlo in pasto ai cocodrilli?» propose Padron Pinna.

«No, meglio ai serpenti».

«Mi sa però che le faine hanno più fame».

«Ora come ti senti?» chiese Madama Penna.

«Oh, molto meglio, grazie» rispose il bambino, indietreggiando.

Qualche cella più avanti spuntò fra le sbarre la testa di una bambina. «Ho fame,» protestò la bambina «ho una fame pazzesca».

«To', allora» le disse Padron Pinna. «Se mi prometti di mangiarla tutta, ti do una mela marcia piena di vermi».

«Puah» rispose la bambina, battendo in ritirata.

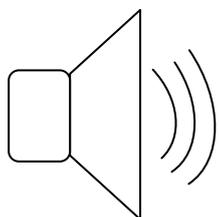
«Perché quella bambina è finita in prigione?» domandò Jacob Due-Due. «Perché quella bambina è finita in prigione?».

«Pensa un po', la piccola ingrata si è fatta venire il morbillo proprio il giorno in cui il papà aveva invitato il direttore a cena. Gli ha rovinato tutto».

«Questo» disse Madama Penna «è il reparto di massima sicurezza. Qui ci sono solo i criminali incalliti».

Così dicendo, Madama Penna aprì una cella e ci spinse dentro Jacob Due-Due. Gli lasciò una brocca d'acqua e due fette di pane raffermo, e se ne andò sbattendo la porta.

Jacob Due-Due non aveva fatto in tempo ad ambientarsi che l'intero corridoio piombò nell'oscurità e da un altoparlante si udì una voce gracchiante.



*Buonasera, miei piccoli delinquenti. Spero abbiate finito di bere tutto il latte di faina inacidito e ora siate comodamente distesi sulle assi fredde e piene di schegge del vostro lettuccio, con la porta ben chiusa perché...*

TI È PIACIUTO IL  
CAPITOLO 7? ADESSO  
LEGGINE TU UN PEZZO.



► Cosa racconta la voce ai piccoli prigionieri, per terrorizzarli? Ricorda o inventa, poi scrivi sul tuo quaderno iniziando il testo con le parole che escono dall'altoparlante.

► Nella Prigione dei Bambini i piccoli prigionieri sono costretti a mangiare cibi disgustosi e poco nutrienti. Che orribile penitenza!

Il nostro corpo, e in particolare quello dei bambini, per crescere in salute ha bisogno di energia presa dal cibo e di sostanze nutritive contenute negli alimenti. Tutti gli alimenti possono contenere, in quantità diverse: acqua, sali minerali, proteine, vitamine, carboidrati e grassi.

**Le proteine:** fanno crescere e rinnovano le strutture del nostro corpo: muscoli, ossa e tessuti.

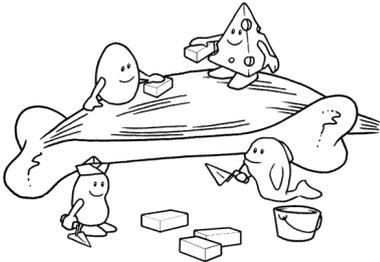
**Le vitamine:** sono indispensabili per la salute e la difesa del nostro organismo, proteggendoci dalle malattie.

**I carboidrati:** sono necessari per portare energia alle strutture del nostro corpo.

**I grassi:** detti anche lipidi, sono fonte di energia di riserva.

Mangiare un po' di tutto ti permette di avere energia e benessere.

✍ Colora e completa le didascalie.

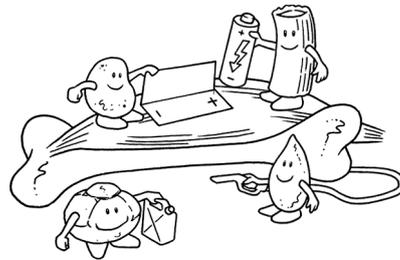


Le proteine fanno

---



---

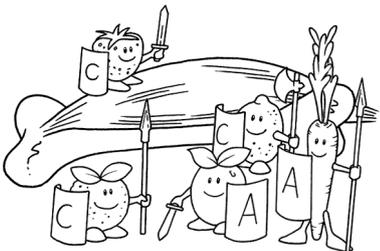


I carboidrati danno

---



---

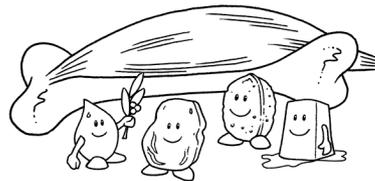


Le vitamine servono a

---



---



I grassi sono fonte

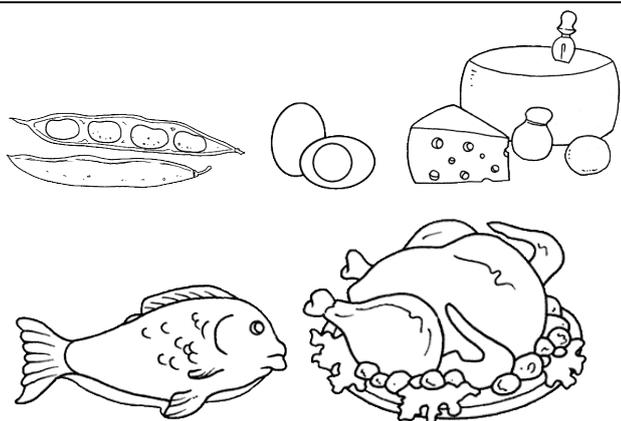
---



---

Colora i cibi e completa le frasi.

## PROTEINE



Sono cibi con tante proteine i \_\_\_\_\_

---



---



---



---

## CARBOIDRATI



Sono cibi con tanti carboidrati la \_\_\_\_\_

---



---

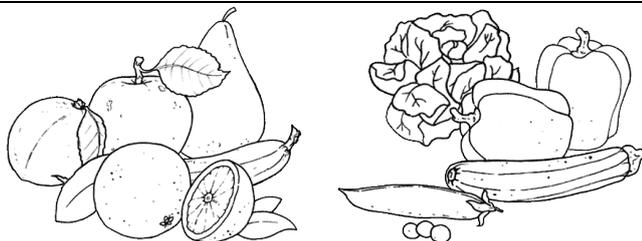


---



---

## VITAMINE



Sono cibi ricchi in vitamine \_\_\_\_\_

---



---



---



---

## GRASSI



Sono cibi ricchi in grassi \_\_\_\_\_

---



---



---



---

Scrivi quali sono i tuoi cibi preferiti e, di ognuno, quali nutrienti contengono in maggiore quantità.

I miei cibi preferiti sono \_\_\_\_\_

---



---



---

✍️ Completa l'immagine disegnando le sbarre con righello e pennarello nero.

Chi vorresti vedere rinchiuso nell'ultima cella, ancora vuota? Disegnalo e scrivi il suo nome nel cartello, specificando anche quale reato ha commesso.

CELLA DI \_\_\_\_\_

COLPEVOLE DI \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

