



## En Pol i el valor del menjar

En Pol és un nen de cinc anys molt actiu. Li agrada jugar amb els seus cotxes, fer dibuixos i córrer pel parc. Quan arriba l'hora de menjar, però, sovint prefereix continuar jugant i diu que no té gaire gana. Un migdia, la mare va preparar arròs amb verdures. El plat feia molt bona olor i tenia molts colors. Tota la família es va asseure a taula. —Pol, posa't una mica de menjar —va dir la mare—. Només el que puguis menjar.

En Pol es va posar una mica d'arròs, però al cap d'una estona va dir: —Ja no en vull més.

El pare va mirar el seu plat, on encara quedava força menjar.

—Saps, Pol? —va dir amb veu tranquil·la—. Aquest menjar és molt important. Hi ha moltes persones que han treballat perquè el puguem tenir.

La Laia va afegir:

—Si el llencem, es fa malbé i no el podem aprofitar.

En Pol va mirar el plat i es va quedar pensant.

A la tarda, mentre jugava, va veure la mare a la cuina guardant el menjar en uns pots.

—Mama, què fas? —va preguntar.

—Guardo el menjar que ha sobrat —va respondre ella—. Així el podem menjar un altre dia i no el llençarem.



---

—Ah... —va dir en Pol—. Així no es perd.

—Exacte —va dir la mare somrient.

Aquell vespre, el pare va preparar una truita amb les verdures que havien sobrat. En Pol va notar una olor molt bona.

—Què cuines, pare? —va preguntar.

—Una truita amb les verdures del migdia —va respondre ell.

A taula, en Pol va tastar la truita.

—Mmm! És molt bona! —va dir content.

—Veus com aprofitar el menjar és una bona idea? —va dir la Laia.

L'endemà, a l'hora de dinar, en Pol va voler fer-ho millor. Es va posar menys menjar al plat.

—Així me l'acabaré tot —va dir.

I així va ser. Quan va acabar, va somriure orgullós.

—Molt bé, Pol —va dir el pare.

—Estem molt contents de tu —va dir la mare.

Des d'aquell dia, en Pol va aprendre que el menjar és molt valuós, que no s'ha de llençar i que aprofitar-lo és una manera de cuidar el món i les persones.