



El vuelo de 
Valentina





Había una vez...

en un **bosque mágico** lleno
de **setas brillantes**,

una niña llamada *Valentina*.



A menudo jugaba con sus amigas
mariposas

pero un día se sintió triste porque ellas
podían volar y *Valentina* no.





Mirando a sus amigas

revolotear,

se acercó a un árbol donde

una **mariposa** 

descansaba en sus ramas.

¿Por qué no puedo volar?

le preguntó **Valentina,**

con una voz llena de anhelo.



La **mariposa**

sonrió y le dijo:



Si comes

frutas y verduras,

ganarás la fuerza que

necesitas para

volar





Con una sonrisa de
esperanza,
Valentina se levantó
y caminó por el **bosque**
mágico. Pronto
encontró unos cestos
llenos de frutas y verduras.





Se sentó bajo la

luz cálida

de la **seta** más grande del

bosque ✨ ✨ ✨

y empezó a comer

unas

jugosas

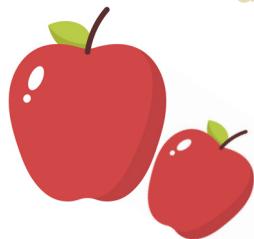
uvas

manzanas

crujientes

dulces

plátanos





A medida que comía
todas esas
frutas y verduras,
Valentina sentía que
algo **mágico** 
sucedió en su interior

la magia de la
naturaleza empezaba
actuar.

De repente, unas **alas de mariposa**
comenzaron a crecer en su espalda.

¡Ahora podía **volar** !

Emocionada, *Valentina* se unió a sus
amigas mariposas



volando entre las **setas**
y los árboles del **bosque**, sintiéndose
libre y fuerte entre las nubes.



Al regresar a casa, *Valentina* comprendió
que **comer bien**
la había ayudado a

volar



... y gracias a eso

Valentina

siempre tendría la

energía para alcanzar sus

sueños más
anhelados



“Alimentarte bien es el primer paso hacia la fortaleza y la energía que te impulsará a conquistar tus sueños más altos.

Tienes el poder de transformar tu vida

¡abrázalo y vuela alto!”

Susana Apráez



Este año 2024 he ganado

mis superpoderes con:

Mi primera **fruta** preferida es:

Mi segunda **fruta** preferida es:

Mi **sopa de verduras** preferida es:

.....

Aún me falta por descubrir esta **fruta**

y esta **verdura** y mis papis este año me las harán probar ;D

Espero que todos los niños del mundo tengan superpoderes como yo!

Firma

Fin



Susana Apráez
PHOTOGRAPHY