

Ο ΑΚΗΣ  
ΓΛΥΚΑΚΗΣ

Σοφία Μ  
Καραγιάννη



# Ο Άκης Γλυκάκης

Σοφία Μ. Καραγιάννη



Εικονογράφηση:  
Σοφία Μ. Καραγιάννη

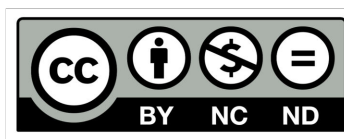


**Ο Άκης Γλυκάκης © 2021 by Σοφία Μ Καραγιάννη**

**ISBN: 978-618-00-2872-0**

**Άδεια χρήσης: Creative Commons BY-NC-ND 4.0**

**(Αναφορά Δημιουργού – Μη Εμπορική Χρήση – Όχι Παράγωγα Έργα)**



*Ιδιαίτερες ευχαριστίες  
στον Δημήτρη Ζαχαράκη  
για την πολύτιμη  
υποστήριξή του.*

**Μια φορά κι έναν καιρό,  
σε σπιτάκι ονειρικό,  
ζούσε ένα αγοράκι  
γλυκό σαν το μελάκι.  
Ήταν όμορφο, καλό,  
μα και κάπως παχουλό...**



**Τ' όνομά του είναι Άκης  
και το επίθετο Γλυκάκης.**

**Κάτι τρώει ολημερίς  
και γλυκά μασάει ολοβραδύς.**





**Πότε τον πονά η κοιλιά  
και πότε δεν μπορεί να κοιμηθεί καλά.**

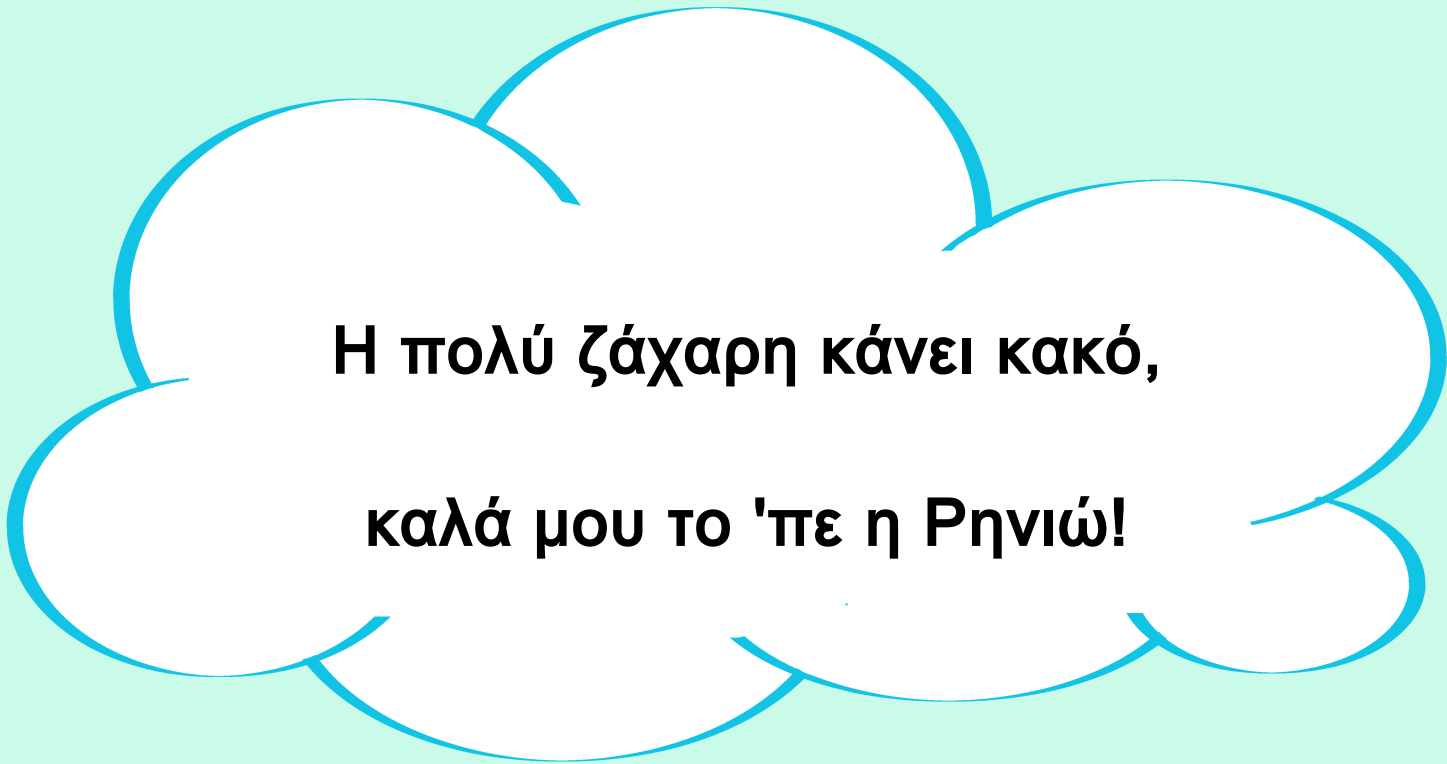
**Χοροπηδά σαν καγκουρό,**

**τι μαρτύριο κι αυτό!**

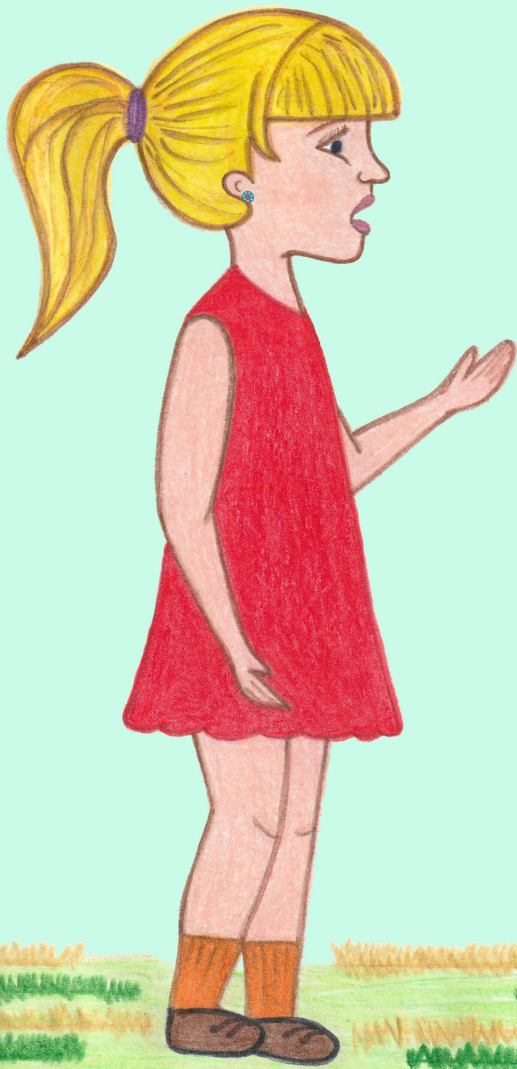
**Πω πω πω και πω πω πω!**

**αμ δεν το ξανακάνω αυτό!**





**Η πολύ ζάχαρη κάνει κακό,  
καλά μου το 'πε η Ρηγιώ!**



**Στον ύπνο του τον βραδινό,**

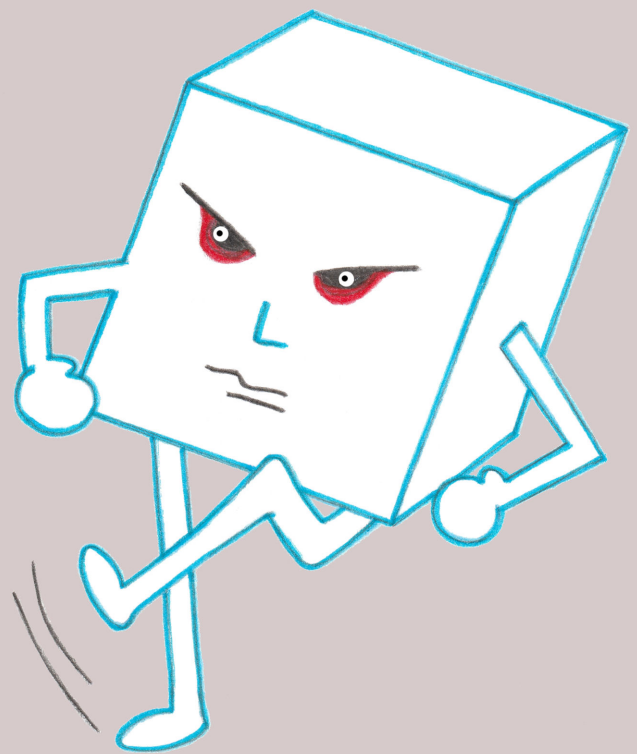
**βλέπει όνειρο τρελό.**

**Κύβος ζάχαρης με πόδια,**

**του δίνει μια γροθιά στα δόντια!**

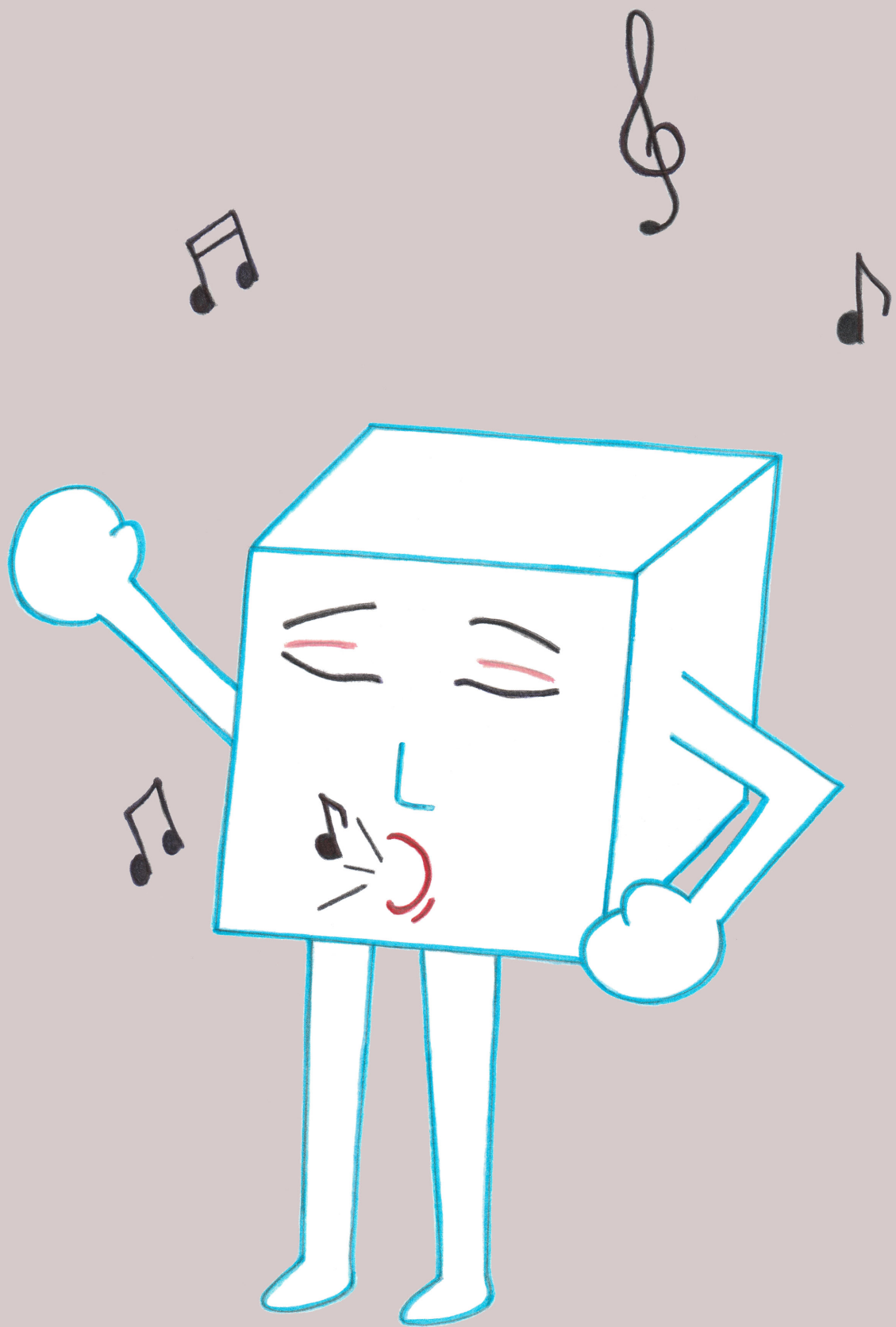
**Ο Άκης κλαίει και πονάει**

**και ο κύβος τραγουδάει...**



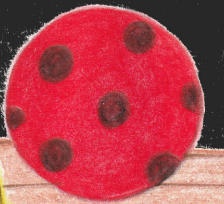
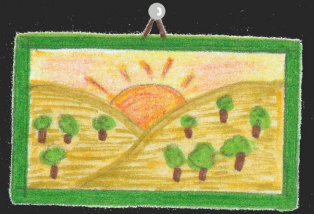
**“Μέτρον ἄριστον,  
έλεγαν οι αρχαίοι,  
κάτι ξέρανε κι αυτοί  
και ήταν όλοι ακμαίοι!  
Ζάχαρη και τεμπελιά,  
δεν γνωρίζαν απ’ αυτά!”**





Ξυπνάει μούσκεμα ο καημένος  
και αρκετά μετανιωμένος.

Άκη Γλυκάκη καφερέ,  
τι έχεις κάνει βρε κουτέ;  
Τα πολλά γλυκά να κόψεις,  
άμα θέλεις να προκόψεις!

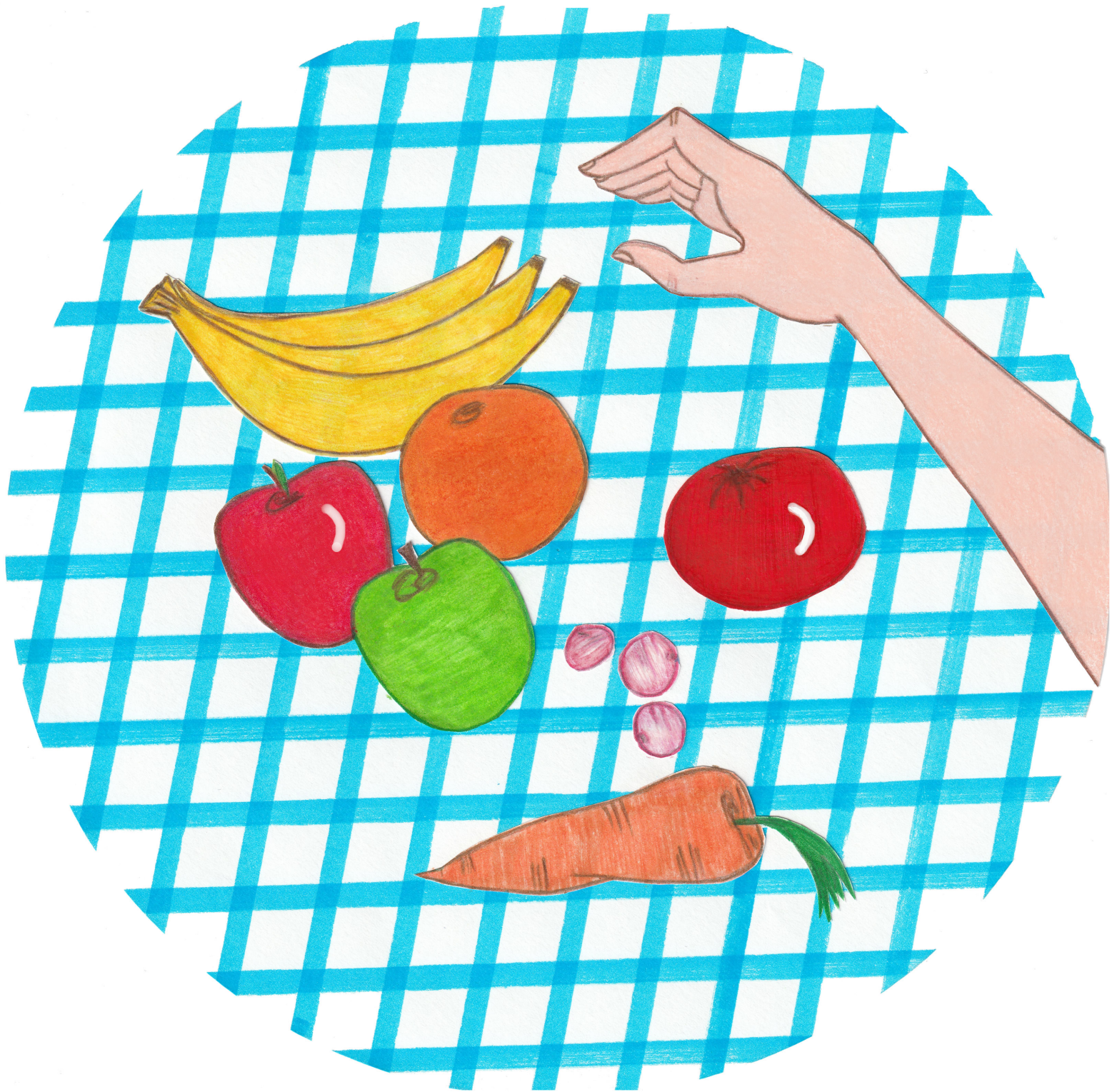


**Τέτοια λέει στον εαυτό του**

**και αρχίζει επί τόπου.**

**Φρούτα και λαχανικά,**

**τώρα τρώει καθημερινά!**





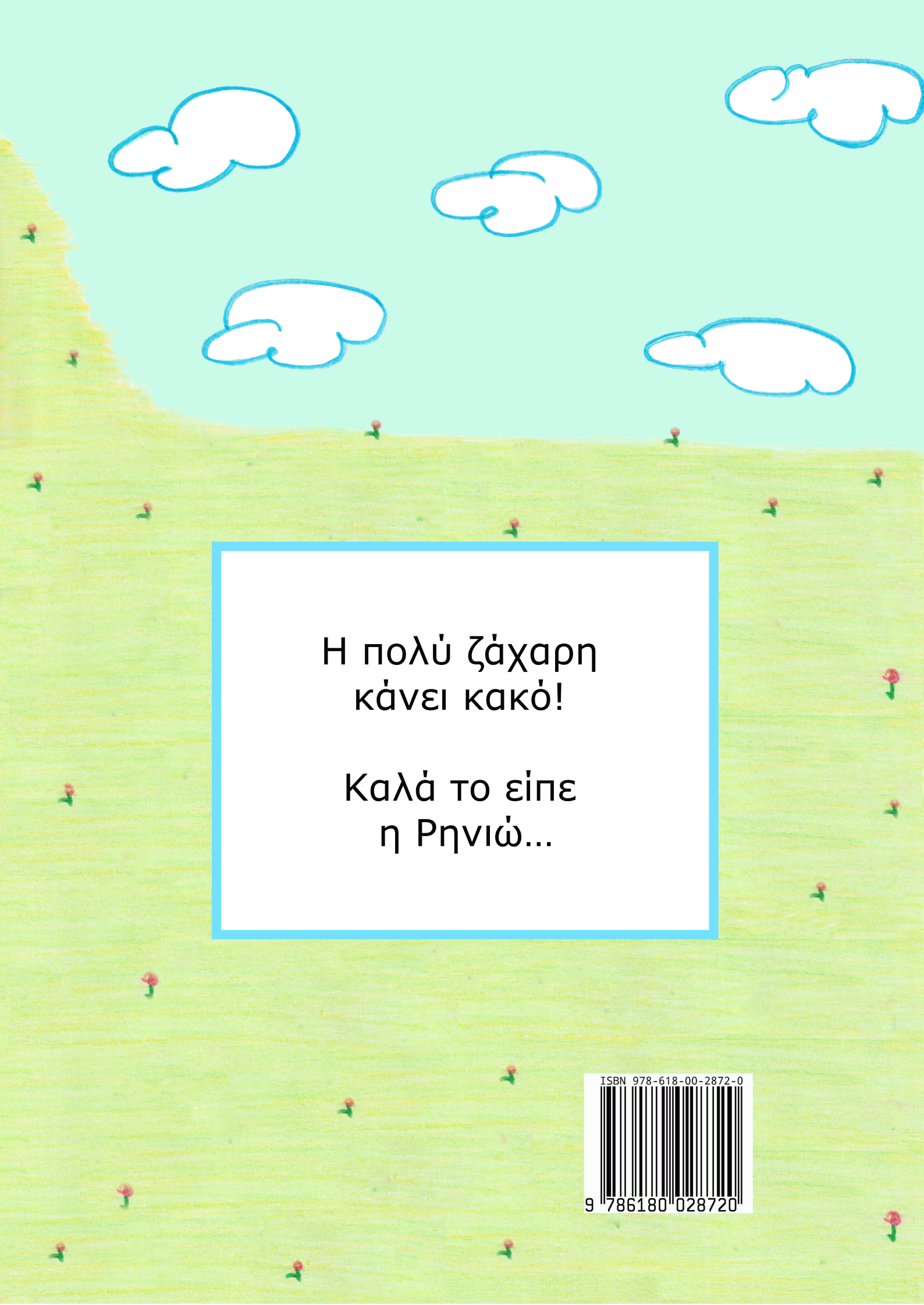
**Και τα δόντια του γερά,  
και η κοιλιά πια δεν πονά!  
Ρένα μου Ρηνιώ μου,  
τα 'λεγες για το καλό μου!**











Η πολύ ζάχαρη  
κάνει κακό!

Καλά το είπε  
η Ρηγιώ...

ISBN 978-618-00-2872-0



9 786180 028720