

ABC RUTINAS

PARA CRECER FELIZ



SUSANNA ISERN
XIANA TEIMOY

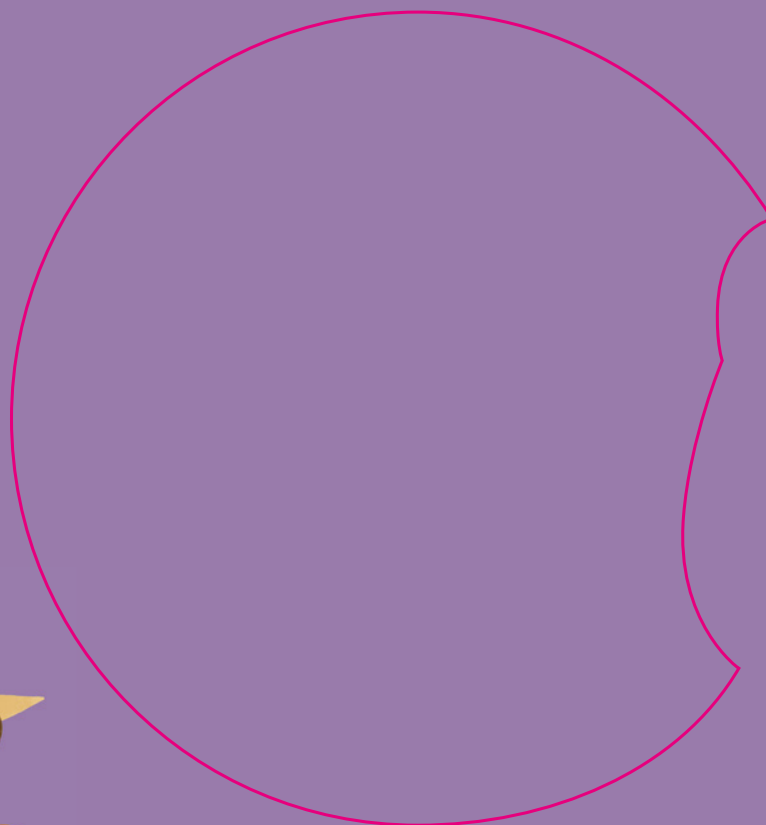
 Bruño

Un día, durante una excursión, Lucas se encuentra con el pequeño Oki.

Parece que el monito se ha perdido...

-¡Vente conmigo a casa mientras aparecen tus papás! -le dice Lucas.

Oki pega un brinco y lo abraza contento.



ABC RUTINAS

PARA CRECER FELIZ



Aa Azúcar

¡La casa de Lucas es sensacional! Uno de los sitios que más le gusta a Oki es la cocina, sobre todo el armario de los dulces.

Mientras Lucas está distraído en el salón, Oki aprovecha para ponerse las botas: galletas, chocolate, almendras caramelizadas, batidos ¡y hasta cucharadas de azúcar!

—Pero, Oki, ¿qué haces?

Lucas le sorprende echándose nata en la cabeza.

—Tanto azúcar no es bueno, te vas a poner malito...

Oki se pone la mano en la tripa, que le ha empezado a doler.

Lucas tiene razón.



¡CRECE FELIZ!

**PARA CUIDAR TU CUERPO Y TUS DIENTES,
NO ABUSES DEL AZÚCAR.**



Bb Baño

Por la mañana, Lucas le enseña a Oki a ducharse.

—Abres el grifo, te enjabonas, te aclaras y te secas —le explica.

Oki se encierra en el baño, pero lo que tenía que ser una ducha rápida se alarga.

—Cuánto tarda... —dice Lucas.

Entonces ve cómo comienza a salir agua con espuma por debajo de la puerta.

¡Oki ha puesto el tapón de la bañera y se está armando una buena!

¡CRECE FELIZ!

LA HIGIENE ES MUY IMPORTANTE PARA
ESTAR LIMPIO Y SANO, PERO NO OLVIDES
AHORRAR AGUA SIEMPRE QUE PUEDES.

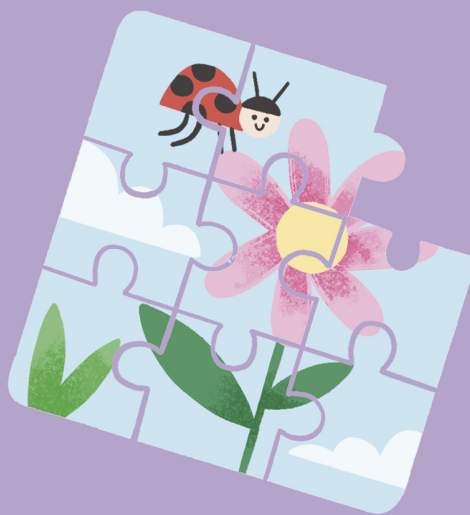
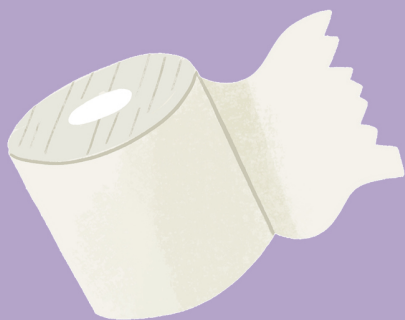






Un día Lucas encuentra a Oki, un monito que se ha perdido.
Mientras aparecen sus papás, lo acoge en su casa
y le enseña todo lo necesario para crecer sano y feliz.

Un recorrido de la A a la Z por los hábitos, conceptos
y emociones que ayudan a los niños a vivir con bienestar.



© Del texto, Susanna Isern, 2025
© De las ilustraciones, Xiana Teimoy, 2025
© Grupo Editorial Bruño, S. L., 2025
Valentín Beato, 21
28037 Madrid
www.brunolibros.es

ISBN: 978-84-696-4556-7
Depósito legal: M-12301-2025
Reservados todos los derechos
Impreso en Turquía
Primera edición: octubre de 2025



PAPEL DE FIBRA
CERTIFICADA

7242258
ISBN 978-84-696-4556-7



 Bruño