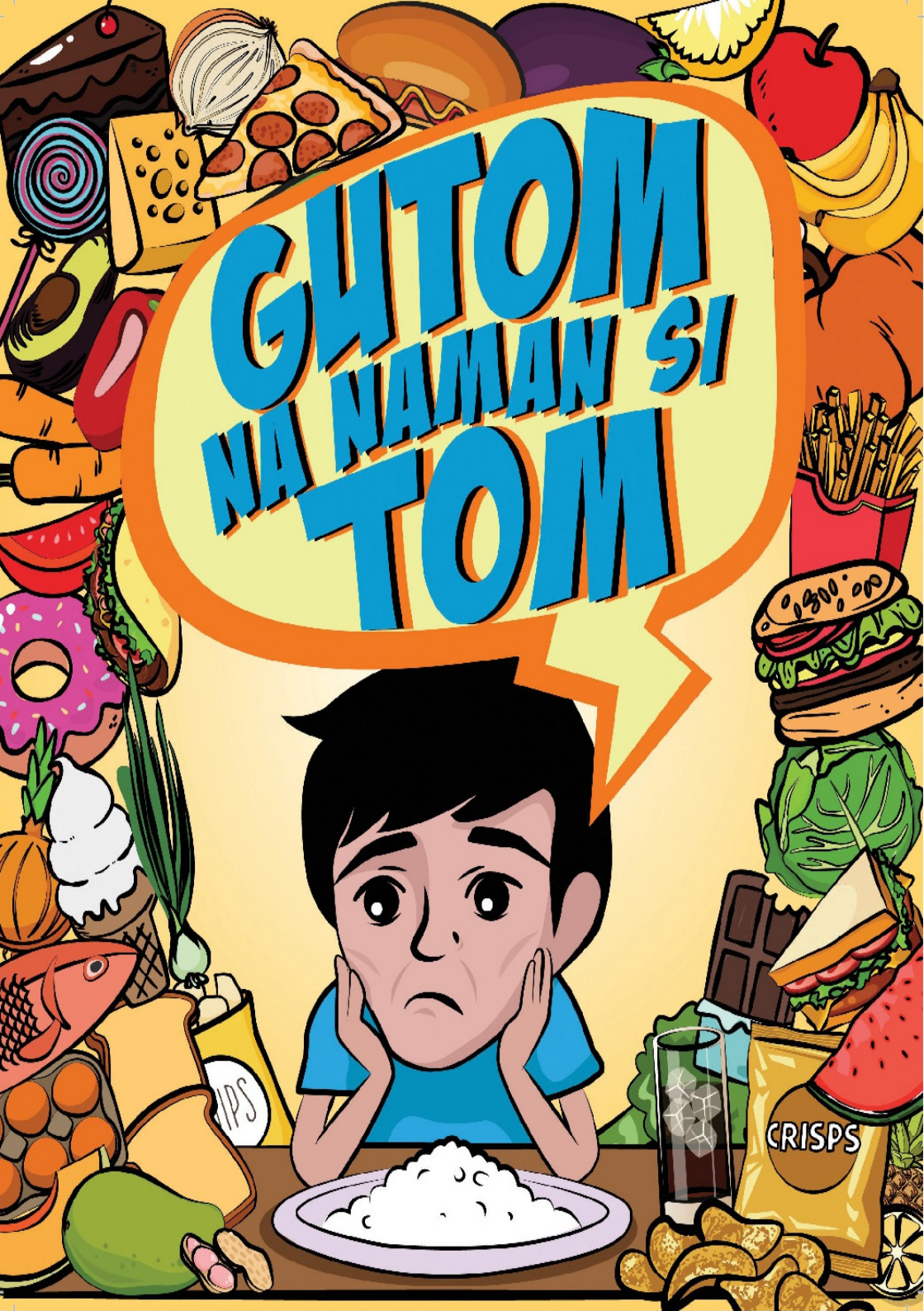


**GUTOM
NA NAMAN SI
TOM**



**GUTOM
NA NAMAN SI
TOM**



KAUNTI NA NAMAN ANG KINAING
ALMUSAL NI TOM, KAYA
MATAMLAY AT WALANG SIGLA
SA SCHOOL.



OH TOM! BAKIT
NANDITO KA PA?
LAHAT NG KAKLASE
MO EXCITED NA
MAGLARO TAPOS
IKAW PAGOD
NA AGAD?

HINDI KA BA
NAG-ALMUSAL?
KATATAPOS LANG
NG RECESS AH?



GUTOM NA
PO KASI
AKO!

TUWING RECESS, CHICHIRYA AT KENDI
ANG KINAKAIN. KAYA PAGDATING NG
P.E. CLASS, LAGING WALANG ENERHIYA
AT MABILIS HINGALIN.



CHIPS

TUWING ULUWI SI TOM, SIYA'Y GUTOM NA GUTOM KAHIT SANDAMAKMAK NA KENDI'T CHICHIRYA NA ANG KINAIN SA SCHOOL.

GINISANG KALABASA ANAK, GALING PA SA GULAYAN NAMING PARENT LEADERS 'YAN! FRESH NA FRESH!

NAY, ANO PO ULAM NATIN?

AYOKO NIYAN, NAY!

ANO KA BA ANAK, PAMPALINAW NG MATA ANG KALABASA. TAPOS SASABAYAN MO PA NG MAINIT NA KANIN, NAKO SIGURADONG MAY LAKAS KA PA PARA SA MGA ASSIGNMENT MO.

AT DAHIL HINDI NA NAMAN KUMAIN NG HUSTO SI TOM, NAKATULUGAN NIYA ANG KANYANG ASSIGNMENT.



NAPUNTA SI TOM SA ISANG LUGAR NA
PUNO NG JUNKFOOD AT NAKAKITA NG
ISANG MALA-DIWATANG NILALANG.

SINO KA?
NASAAN
AKO?

MAS MASARAP
PO KASING
KUMAIN NG
JUNKFOOD KAYSA
SA KANIN AT
GULAY.

AKO SI SUSIE SUSTANSYA,
DIWATA NG NUTRISYON.
ANG BATANG GAYA MO NA
MAHILIG SA JUNKFOOD,
AYAW KUMAIN NG KANIN,
AT INIHANDANG ULAM
NG MAGULANG AY
NAPUPUNTA DITO.

MUKHANG GUTOM
KA? O HETO AT
MAMILI KA NG
GUSTO MONG
KANIN.



HANGGANG NGAYON, HINDI MO PA DIN PINIPILING KUMAIN NG MASUSUSTANSYANG PAGKAIN. SA KABILA NG MATINDING GUTOM, CHICHIRYA PA DIN ANG GUGUSTUHING MONG KAININ KAYSA KANIN, GULAY, O PRUTAS. DAHIL DIYAN, IPAPAKITA KO SA'YO ANG MAAARING MANGYARI SA IYO, TULUYAN KANG MAWAWALAN NG LAKAS MAKAPAG-ARAL AT MATUPAD ANG MGA PANGARAP MO SA BUHAY.



WAAA
AAHHH!

ANONG
NANGYARI
ANAK?

NAY! ANG SAMANG PO NG
PANAGINIP KO, MAGIGING
LAMPA RAW AKO AT
WALANG SUSTANSYA SA
KATAWAN SABI NI SUSIE
SUSTANSYA!

SINO SI SUSIE
SUSTANSYA? GUTOM
LANG 'YAN ANAK.

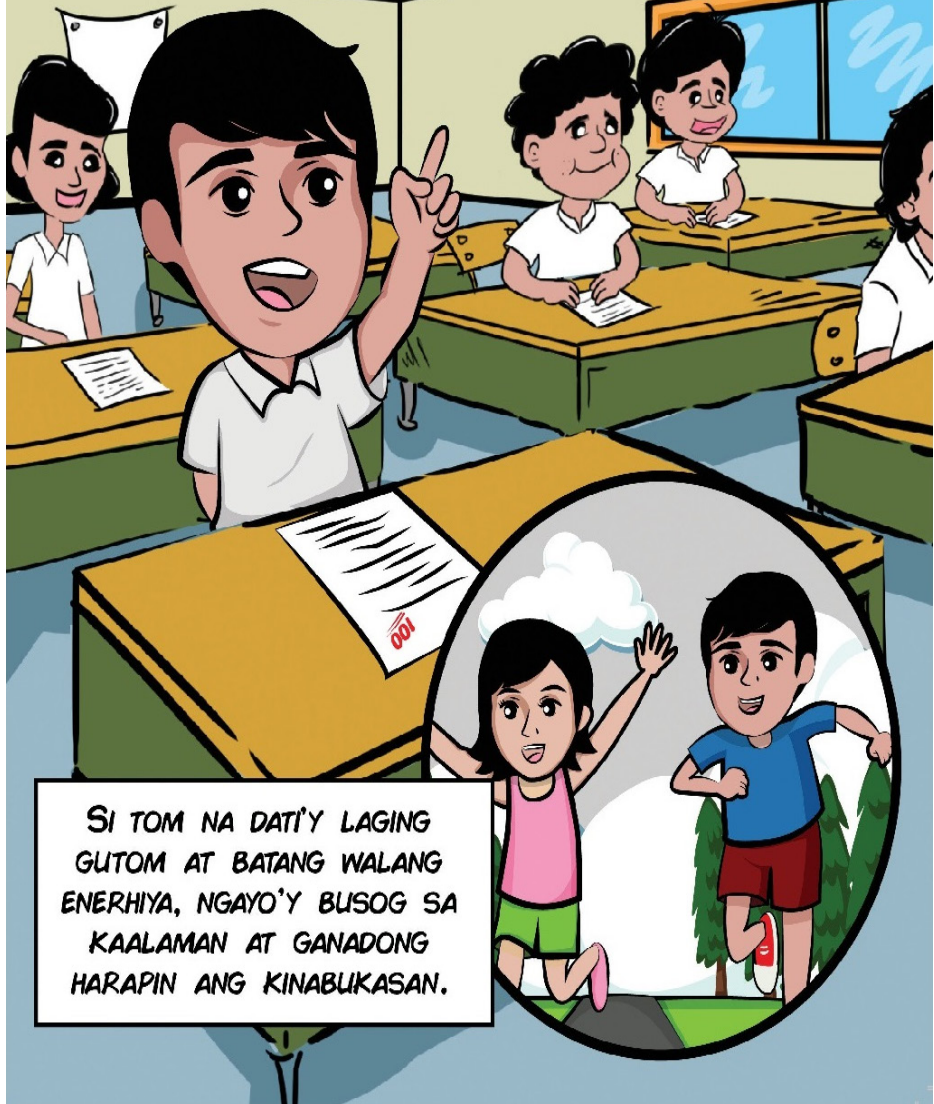
NAY, GUSTO KO PO
NA LUMAKING
MALUSOG PARA
MATUPAD PO ANG
PANGARAP KONG
MAGING DOKTOR!

MAGAGANA MO
'YAN ANAK KAYA NGA
BILANG BENEFISIARYO
NG PANTAWID PAMILYA, LAGI
TAYO NAGPAPACHECK-UP,
MAY RICE SUBSIDY, AT
GULAYAN SA BARANGAY
PARA SIGURADUHAN NA
TALAGANG MALUSOG
KAYO. O ANO
BANG GUSTO MONG
HAPUNAN?

GULAY AT
MAINIT NA
KANIN PO!



SIMULA NOON, KUMAKAIN NA NG WASTO
SI TOM. INIIWASAN NA DIN NIYA ANG MGA
JUNKFOOD, AT MAS NAGING BIBO SA
ESKWELAHAN.



SI TOM NA DATI'Y LAGING
GUTOM AT BATANG WALANG
ENERHIYA, NGAYO'Y BUSOG SA
KAALAMAN AT GANADONG
HARAPIN ANG KINABUKASAN.



**KAAKIBAT ANG PANTAWID PAMILYA SA
PANGANGALAGA NG KALLUSUGAN NG
BAWAT KABATAANG BENEFISYARYO NG
PROGRAMA UPANG MAISAKATUPARAN
ANG KANILANG MGA PANGARAP
SA BUHAY.**

