

Cuenca, Sábado 19 de Octubre 2024

# MERCURITO

AÑO 24  
Nº 1033

7

EXPLORANDO

4

DUENDES Y HADAS

3

DE-MENTE

2

MÁQUINA DEL TIEMPO



**DÍA MUNDIAL DEL AHORRO DE ENERGÍA**

HISTORIAS  
Y VALORESEL PAJARITO  
VALIENTE

Había una vez un pequeño pajarito llamado Tico, que vivía en un frondoso árbol. A pesar de ser el más pequeño de su familia, siempre soñaba con volar alto y explorar el mundo. Un día, mientras sus hermanos jugaban, Tico vio a un grupo de pájaros grandes y coloridos volando hacia el sol. Con el corazón latiendo de emoción, decidió que era hora de intentarlo. Aunque sus hermanos le dijeron que no podía, Tico recordó lo que su madre le había enseñado: "La valentía no se mide por el tamaño, sino por el deseo de intentarlo". Así que, con un gran salto, Tico extendió sus alas y comenzó a batirlas con fuerza. Al principio, se sintió torpe, pero no se rindió. Con esfuerzo y determinación, Tico alzó el vuelo, sintiendo el viento bajo sus alas. Pronto, no solo voló, sino que se unió a los grandes pájaros, quienes lo animaron con sus cantos. Desde entonces, Tico comprendió que la valentía puede llevarte a lugares inesperados.

## ★ MORALEJA ★

No importa tu tamaño; el valor y la determinación son las alas que te llevan lejos.

21 DE OCTUBRE:  
DÍA MUNDIAL DEL AHORRO  
DE ENERGÍA

Cada año, el 21 de octubre se celebra el Día Mundial del Ahorro de Energía. Este día nos recuerda la importancia de cuidar nuestros recursos energéticos y cómo cada uno de nosotros puede ayudar a proteger el planeta.

La energía que usamos en casa, en la escuela y en nuestras actividades diarias proviene de fuentes como el sol, el viento, el agua y los combustibles fósiles. Sin embargo, estos recursos no son infinitos. Por eso, es esencial aprender a usarlos de manera responsable. Ahorrar energía no solo ayuda a reducir la contaminación, sino que también puede hacer que las facturas que pagan nuestros padres sean más bajas.

## SABÍAS QUÉ:

- Si todos apagáramos las luces cuando no las necesitamos, se podría ahorrar suficiente energía para iluminar millones de hogares.
- Al elegir electrodomésticos que consumen menos energía, como los de clase A, puedes ayudar a ahorrar energía y dinero.
- Apagar las luces, usar menos agua caliente o reciclar son formas de ayudar. ¡Cuidemos nuestro planeta juntos!

## 25 DE OCTUBRE - DÍA MUNDIAL DE KARATE



Cada 25 de octubre, celebramos el Día Mundial del Karate, un arte marcial que se originó en Japón. Este día es especial porque nos recuerda la importancia del karate no solo como un deporte, sino también como una forma de aprender disciplina, respeto y autoconfianza.

El karate se basa en técnicas de golpeo, patadas y movimientos defensivos. Los practicantes, conocidos como karatecas, usan un cinturón que muestra su nivel de habilidad. Comienzan con el cinturón blanco y, a medida que avanzan, pueden obtener cinturones de diferentes colores, hasta llegar al cinturón negro. El karate enseña valores importantes, como el respeto hacia los demás y la humildad, tanto en la victoria como en la derrota.

## SABÍAS QUÉ:

- La palabra "karate" significa "manos vacías", lo que indica que se practica sin armas.
- En el karate, los karatecas realizan formas llamadas "katas", que son secuencias de movimientos para practicar técnicas y mejorar la concentración.
- Practicar karate ayuda a mejorar la fuerza, la coordinación y la flexibilidad, además de fomentar la amistad y el trabajo en equipo.

## trabalenguas

Frutos frescos y fritos,  
frutales llenos de fru-fru,  
frías fresas en un frasco,  
fruta fresca, ¡qué bien está tú!

\*\*

En la fiesta de frutas,  
Frida fríe frituras,  
frutas frescas con frijoles,  
frío y fru-fru en las alturas.

## CHISTES

—¿Por qué el elefante nunca usa computadora?  
—Porque le da miedo el ratón.

\*\*

La maestra le pregunta a Pepito:  
—Pepito, si en un árbol hay cinco pájaros y un  
cazador dispara y mata a uno, ¿cuántos quedan?  
—Ninguno, maestra, porque los demás volaron.

UNE CON UNA LINEA



## ADIVINANZAS

Tengo dientes pero no muerdo,  
corto con gran destreza.  
En la cocina soy muy útil,  
¿Quién soy?

R: Un cuchillo

Soy redondo y muy caliente,  
en mí se hacen tortillas.  
Coloco el fuego al presente,  
¿Quién soy en las vajillas?

R: Una sartén





## EL LIBRO MÁGICO DE LOS VALORES

En un pequeño pueblo, un niño llamado Leo paseaba por la biblioteca cuando se encontró con un viejo libro cubierto de polvo. La portada dorada brillaba, y en letras elegantes decía: "El Libro de los Valores". Intrigado, Leo lo abrió y, al instante, una luz resplandeciente lo envolvió.

De repente, se encontró en un bosque encantado. Una pequeña hada llamada Lila apareció ante él. "Bienvenido, Leo. Este libro te enseñará valores muy importantes", dijo con una sonrisa. Emocionado, Leo la siguió.

En la primera página, Leo se encontró con un conejito que tenía miedo de compartir sus zanahorias. Lila le explicó la generosidad. Juntos, ayudaron al conejito a ofrecer zanahorias a sus amigos, y pronto todos disfrutaron de un festín.

En la siguiente aventura, Leo vio a un ratón que había encontrado un

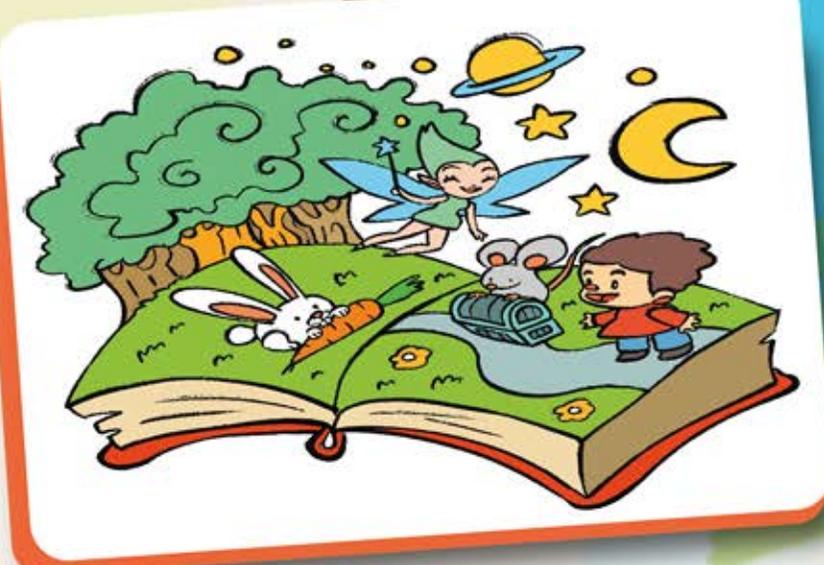
tesoro. Sin embargo, el ratón dudaba si debía quedárselo o devolverlo. Lila le habló sobre la honestidad, y Leo animó al ratón a buscar a su dueño. Al final, todos se sintieron felices y agradecidos.

Luego, llegaron a un lago donde los animales discutían. Leo recordó la importancia del respeto y propuso un juego en el que todos debían escuchar a los demás antes de hablar. Así, los animales aprendieron a resolver sus diferencias juntos.

Finalmente, al cerrar el libro, Leo se dio cuenta de que llevaba consigo todas esas lecciones. Regresó a su hogar con el corazón lleno de gratitud.

Desde ese día, Leo compartió sus aventuras con sus amigos, enseñándoles la importancia de la generosidad, la honestidad, el respeto y la amistad. El libro mágico no solo transformó su vida, sino que iluminó la de todos a su alrededor.

Encuentra las diferencias



### ACTIVIDADES

¿Qué descubrimiento hace Leo en la biblioteca y qué sucede cuando abre el libro?

¿Cómo ayuda Leo al conejito?

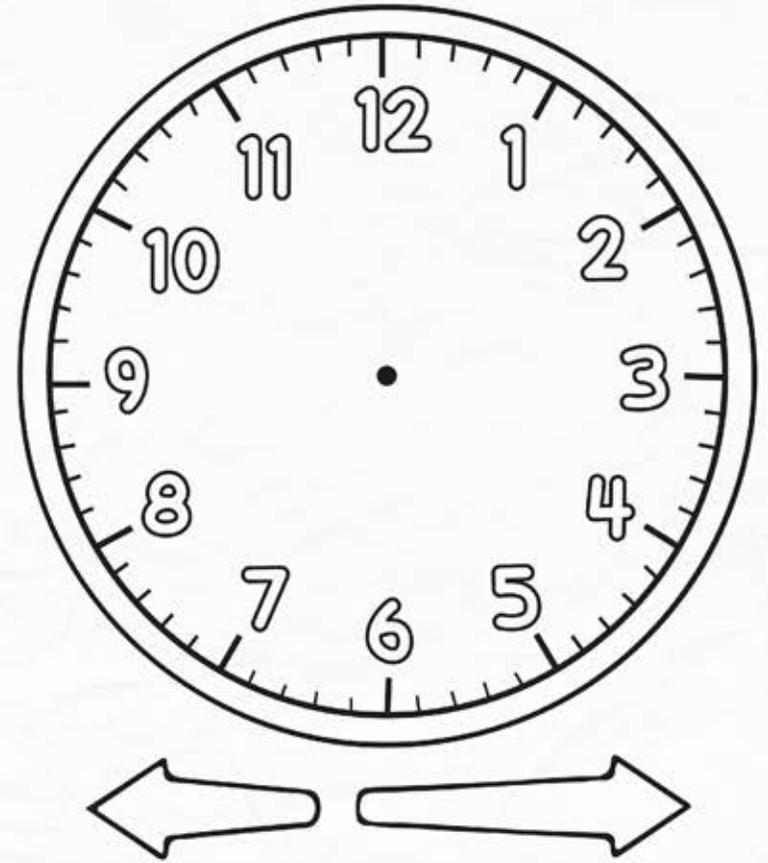
¿Cuáles son algunos de los valores que Leo aprende a lo largo de sus aventuras?

¿Qué hace Leo al final del cuento con las lecciones aprendidas?

## UNE LOS PUNTOS



## ¿QUÉ HORA ES?

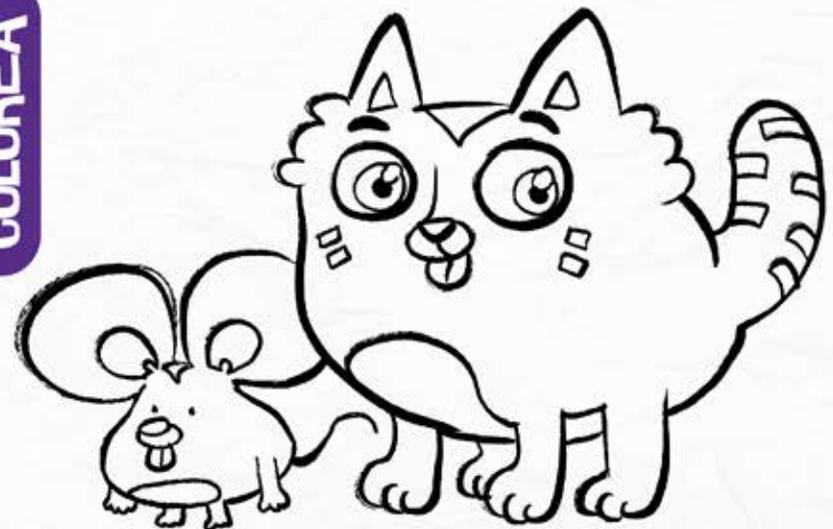


Con ayuda de tus papitos coloca la hora: 09:27 p.m.

## SIGUE EL TRAZO



## COLOREA



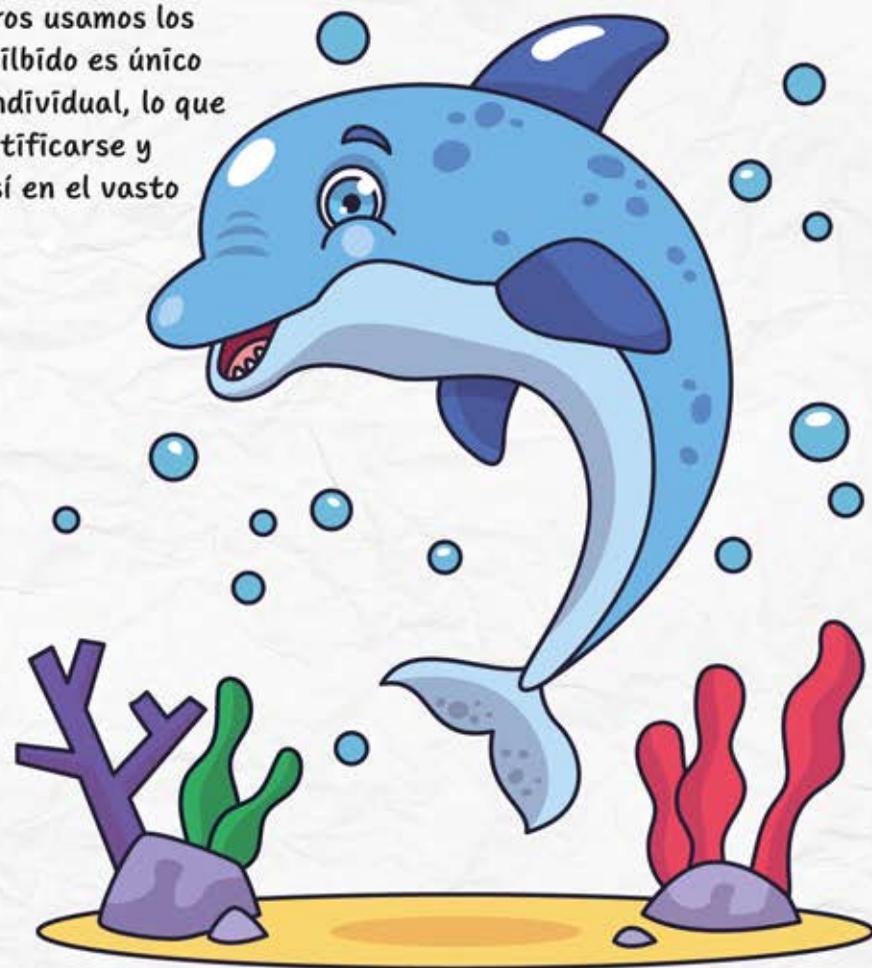
## CURIOSIDADES

## COLOREA



## Los Delfines

Los delfines tienen nombres entre sí: Los delfines usan silbidos especiales para comunicarse, casi como nosotros usamos los nombres. Cada silbido es único para un delfin individual, lo que les permite identificarse y llamarse entre sí en el vasto océano.



Mercurito es una publicación semanal de:



**EL MERCURIO**  
DIARIO INDEPENDIENTE DEL AUSTRO

DIRECCIÓN Y EDICIÓN:	Lcda. Dory Zamora Merchán
DIBUJOS:	Rafael Carrasco Vintimilla
DISEÑO / DIAGRAMACIÓN:	Dis. John Paúl Carpio F.
FOTOS:	Diario El Mercurio



**CLUB Mercurito**

Envíanos tu foto con tus datos personales al correo electrónico:

[mercurito@elmercurio.com.ec](mailto:mercurito@elmercurio.com.ec)

y sé parte de nuestra sección

## CURIOSIDADES DE LA PASTA

### UN DÍA MUNDIAL

El Día Mundial de la Pasta se celebra el 25 de octubre, rindiendo homenaje a este alimento tan apreciado. Propuesto por la Asociación Internacional de Pastas en 1995, el día promueve su cultura y valor nutricional. Los amantes de la pasta organizan eventos y degustaciones, compartiendo recetas tradicionales e innovadoras. Además, se destaca la importancia de la agricultura sostenible y el uso de ingredientes locales y orgánicos en la preparación de platos de pasta. La pasta se ha convertido en un símbolo de la cultura culinaria italiana, aunque su historia es un reflejo de intercambios culturales y tradiciones culinarias globales.



### HISTORIA

La pasta tiene una historia fascinante que se remonta a miles de años. Aunque muchas personas creen que la pasta es originaria de Italia, sus raíces son más antiguas. Se han encontrado evidencias de un alimento similar a la pasta en China que datan del 200 a.C. Italia, sin embargo, perfeccionó su producción y variedad, convirtiéndose en el hogar de la pasta moderna. Desde entonces, ha evolucionado a través de diferentes regiones, adoptando formas y nombres únicos, como el "spaghetti" en Nápoles y los "gnocchis" en el norte.



### VARIEDADES Y FORMAS

La pasta viene en una asombrosa variedad de formas y tamaños, cada una diseñada para acompañar diferentes tipos de salsas y platos. Desde los largos y delgados espaguetis hasta los pequeños y huecos macarrones, la forma de la pasta influye en cómo absorbe la salsa. Las pastas planas, como las lasañas, son ideales para platos al horno, mientras que las pastas en forma de conchas son perfectas para retener salsas. En total, se estima que existen más de 600 tipos de pasta en Italia, cada uno con su propia tradición y uso. Puede ser elaborada con diferentes tipos de harina, como trigo duro, sémola, o incluso harinas sin gluten.



### PASTA Y NUTRICIÓN

La pasta, especialmente la integral, es una excelente fuente de carbohidratos complejos, lo que la convierte en un alimento energético ideal. Contiene fibra, vitaminas y minerales que son esenciales para una dieta equilibrada. Además, la pasta tiene un índice glucémico bajo, lo que significa que libera energía lentamente, ayudando a mantener estables los niveles de azúcar en la sangre. Al combinarla con ingredientes saludables, como verduras, legumbres y proteínas magras, se puede crear una comida nutritiva y saciante.



## Receta



## GALLETAS CON CEREAL Y ALMENDRAS

\*\* Con ayuda de un adulto

### INGREDIENTES:

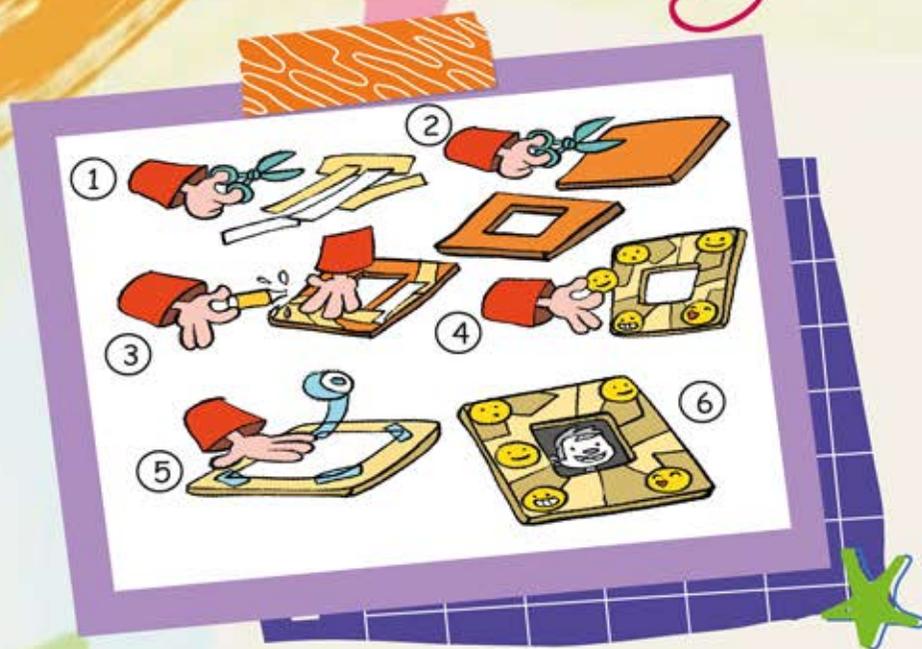
- 1 taza de almendras trituradas
- 3 tazas de cereal de tu preferencia
- 1 cucharadita de canela molida
- 1 taza de aceite
- 10 cucharadas de leche condensada
- 3 tazas de avena molida
- 3 cucharadas de mermelada de mora

### PREPARACIÓN:

1. Precalienta el horno a 180°C /360°F, 15 minutos antes de la preparación y engrasa dos latas para horno.
2. En un recipiente mediano mezcla las almendras trituradas, la avena molida, el cereal, la canela y mezcla para integrar, añade el aceite, la leche condensada y revuelve muy bien hasta que todos los ingredientes se incorporen.
3. Con la mezcla arma bolitas pequeñas y ponlas en las latas dejando espacio entre cada galleta para que no se peguen, presiona con tu dedo en el centro de cada bolita para formar un pequeño hueco y rellena cada hueco con mermelada.
4. Lleva las latas a horno y hornea por 10 a 15 minutos o hasta que las galletas estén doradas. Deja enfriar y listo!!



## MARCO DE FOTOS



## MATERIALES

- Papel periódico
- Tijeras
- Pegamento o cinta adhesiva
- Regla (opcional)
- Lápiz (opcional)
- Decoraciones (pintura, stickers, etc. opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Toma varias hojas de papel periódico y córtalas en tiras de aproximadamente 5 cm de ancho. Cuantas más tiras tengas, más bonito será el marco.
2. Toma una hoja de cartón (puede ser de una caja reciclada) y córtala del tamaño que quieras para tu marco. Deja un espacio en el centro donde iría la foto (puedes hacer un recorte en forma de rectángulo o cuadrado).
3. Empieza a pegar las tiras de papel periódico alrededor del borde del cartón, cubriendo el marco por completo. Puedes superponer las tiras para darle un efecto más interesante.
4. Si quieres, puedes usar más tiras para crear un fondo decorativo. Pégalos en el centro del marco (donde irá la foto) o déjalo en blanco.
5. Deja que el pegamento se seque completamente antes de manejar el marco.
6. Una vez seco, puedes decorar el marco con pintura, dibujos, stickers o cualquier otro material que te guste.
7. Finalmente, coloca tu foto favorita en el marco y ¡listo!

## UN TIGRE CON ROLLOS DE PAPEL

## MATERIALES

- 1 rollo de papel higiénico vacío
- Pintura (naranja y negro)
- Pinceles
- Ojos móviles (opcional)
- Tijeras
- Pegamento
- Cartulina blanca (opcional)
- Marcadores (opcional)

## INSTRUCCIONES

1. Con el pincel, pinta el rollo de papel higiénico de color naranja. Deja secar completamente.
2. Una vez seco, pinta algunas rayas negras en el rollo para simular las marcas del tigre.
3. Mientras el rollo se seca, puedes hacer la cara del tigre. Usa un trozo de cartulina blanca para recortar un círculo que será la cara.
4. Pinta o dibuja los ojos, la nariz y la boca en la cartulina. Si tienes ojos móviles, pégalos en su lugar.
5. Cuando el rollo esté seco, pega la cara que hiciste en la parte superior del rollo.
6. Recorta dos triángulos de cartulina (puedes usar cartulina negra para el interior y naranja para el exterior) para hacer las orejas.
7. Pega las orejas en la parte superior del rollo.
8. Si lo deseas, usa marcadores para añadir detalles como bigotes o más rayas.

