

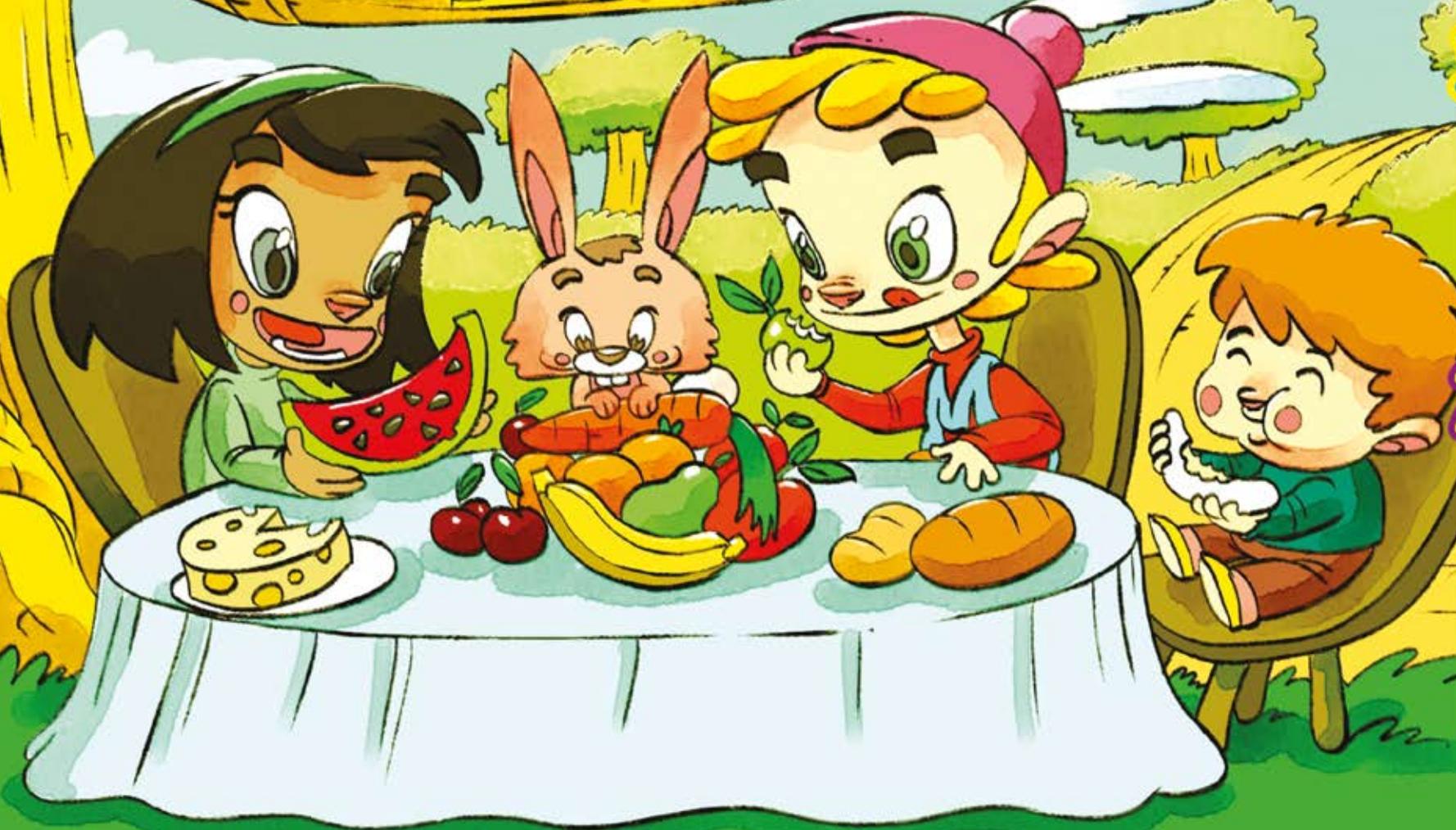
Cuenca, Sábado 5 de Abril 2025

MERCURITO

AÑO 24

Nº 1057

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD



7

EXPLORANDO

4

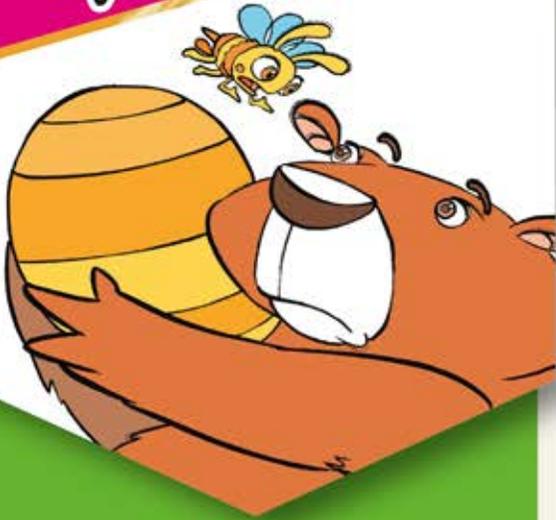
DUENDES Y HADAS

3

DE-MENTE

2

MÁQUINA DEL TIEMPO

HISTORIAS
Y VALORESEL OSO Y
LA ABEJA
GENEROSA

Un oso encontró un panal lleno de miel y quiso llevárselo todo. Justo cuando iba a hacerlo, una abeja le dijo:

—Oso, si tomas toda la miel, mi colmena se quedará sin comida.

El oso gruñó, pero la abeja le ofreció compartir. A cambio, le enseñaría a encontrar más flores. El oso aceptó y juntos recolectaron suficiente miel para ambos.

★ MORALEJA ★

Compartir con los demás nos ayuda a convivir mejor y a obtener más de lo que imaginamos.

7 DE ABRIL:

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD



El Día Mundial de la Salud se celebra cada 7 de abril para recordarnos lo importante que es estar sanos y cuidar nuestro cuerpo. Esta fecha fue creada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1948 y cada año tiene un tema especial, como la alimentación saludable, la salud mental o el acceso a médicos y medicinas.

La salud no solo significa no estar enfermo, también incluye sentirnos bien, tener energía y estar felices. Por eso, es importante comer bien, hacer ejercicio y descansar lo suficiente. Además, la higiene y la prevención nos ayudan a evitar enfermedades.

CONSEJOS PARA CUIDAR LA SALUD

- **Come alimentos saludables:** Frutas, verduras y proteínas nos dan energía y ayudan a que nuestro cuerpo funcione bien. Evita comer demasiados dulces o comida chatarra.
- **Bebe suficiente agua:** El agua es muy importante para mantenernos hidratados y sentirnos bien. Lo mejor es tomar al menos 6 a 8 vasos al día.

- **Haz ejercicio:** Correr, jugar, bailar o montar bicicleta nos mantiene fuertes y felices. El ejercicio también ayuda a mejorar nuestro estado de ánimo.
- **Duerme lo suficiente:** Los niños necesitan dormir entre 9 y 11 horas para descansar bien y tener energía al día siguiente.
- **Lávate las manos y cuida tu higiene:** Lavarse las manos con agua y jabón evita muchas enfermedades. También es importante bañarse, cepillarse los dientes y mantener la ropa limpia.
- **Visita al médico:** Ir al doctor nos ayuda a prevenir enfermedades y asegurarnos de que estamos sanos.
- **Cuida tu salud mental:** Sentirse feliz y tranquilo es tan importante como estar físicamente bien. Habla con alguien si te sientes triste y haz cosas que te hagan feliz.

SABÍAS QUÉ:

- El Día Mundial de la Salud es una oportunidad para aprender y ayudar a los demás. Podemos compartir consejos, cuidar a nuestros amigos y familia, y ser agradecidos por tener acceso a médicos y hospitales. Si todos cuidamos nuestra salud, el mundo será un lugar mejor para vivir.
- ¡Cuidemos nuestro cuerpo y mente todos los días!

TRABALENGUAS

El perro de Rosa rasca la roca,
Rosa riega la ropa roja,
pero la ropa roja que riega Rosa
no es la roca que rasca el perro de Rosa.

**

Si sucio su suéter
se supone que no es,
¿por qué suéter sucio
se supone que sí es?

CHISTES

¿Por qué la escoba está feliz?
¡Porque ba-rriendo!

**

¿Por qué el libro de historia está tan tranquilo?
Porque está lleno de hechos pasados.

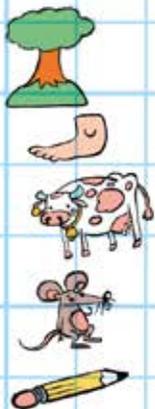
**

¿Cuál es el colmo de un astronauta?
No encontrar su espacio.

**

¿Por qué los elefantes no usan computadora?
Porque le tienen miedo al ratón.

UNE CON UNA LÍNEA



ADMINANZAS

Soy grande, soy redonda,
y mi interior es jugoso.
A veces soy roja, a veces verde,
y me encontrarás en el árbol.
¿Qué soy?

R: La manzana

De día me duermo,
de noche me despierto,
me encuentro en el cielo y,
aunque parezca lejos,
siempre me ves.
¿Quién soy?

R: La estrella

COLOREA





EL VIEJO CAMIÓN Y EL GRAN DESAFÍO

En un pequeño campo, había un viejo camión llamado Roco. Había trabajado muchos años transportando cosechas, pero ahora estaba oxidado y lento. Los tractores nuevos se burlaban de él:

—¡Eres demasiado viejo para seguir trabajando!

Un día, una gran tormenta inundó los caminos y ningún tractor podía cruzar el lodo. El granjero necesitaba llevar los alimentos al pueblo, pero ¿quién podría hacerlo?

Roco recordó sus años de trabajo y, aunque estaba cansado, decidió intentarlo. Con

esfuerzo, avanzó poco a poco por el lodo. Sus ruedas patinaban, pero no se rindió. Con cada empujón, recordó que la fuerza no solo viene del cuerpo, sino del corazón.

Finalmente, llegó al pueblo con la comida. Todos aplaudieron y los tractores aprendieron una lección: la perseverancia es más importante que la edad o la apariencia.

Desde ese día, Roco siguió trabajando, orgulloso de su esfuerzo. Sabía que lo más valioso no era ser nuevo o rápido, sino nunca rendirse ante los desafíos

Encuentra las diferencias



ACTIVIDADES

¿Por qué los tractores nuevos se burlaban de Roco?

¿Qué desafío enfrentó el campo después de la tormenta?

¿Cómo logró Roco cruzar el lodo y cumplir su misión?

¿Qué aprendieron los tractores al ver el esfuerzo de Roco?

Blank lines for writing the answer to the first question.

Blank lines for writing the answer to the second question.

Blank lines for writing the answer to the third question.

Blank lines for writing the answer to the fourth question.

COMPLETA EL DIBUJO



COLOREA



LABERINTO



Cumpleañera



**ABIGAIL
TENESACA ZUMBA
5 AÑITOS**

Los Perezosos

A un perezoso
le lleva dos semanas
digerir su comida.



Mercurito es una publicación semanal de:



EL MERCURIO
DIARIO INDEPENDIENTE DEL AUSTRIO



CLUB Mercurito

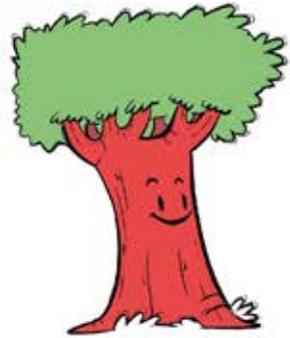
Envíanos tu foto con tus datos personales
al correo electrónico:

mercurito@elmercurio.com.ec

y sé parte de nuestra sección

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

CURIOSIDADES DE LA MADERA



LOS ÁRBOLES NUNCA DEJAN DE CRECER

Los árboles crecen durante toda su vida. A medida que envejecen, su tronco se vuelve más grueso porque cada año forman un nuevo anillo de madera. Si cortas un tronco, puedes contar estos anillos para saber cuántos años tiene el árbol. Algunos árboles, como las secuoyas, pueden vivir más de 2,000 años. ¡Son gigantes del bosque! Gracias a su crecimiento, siempre hay madera para fabricar muebles, casas y muchos objetos útiles.

MADERA QUE FLOTA Y OTRA QUE SE HUNDE

La mayoría de las maderas flotan en el agua porque tienen pequeñas burbujas de aire en su interior. Sin embargo, hay maderas tan densas que se hunden, como la del árbol Guayacán. Los barcos antiguos se construían con maderas flotantes como el roble o el pino, lo que los hacía resistentes y ligeros. Hoy en día, la madera sigue siendo un material importante para fabricar embarcaciones, juguetes y hasta instrumentos musicales.



ALGUNOS LLORAN "LÁGRIMAS DE MADERA"

Algunos árboles producen una sustancia pegajosa llamada resina. Esta resina protege al árbol de insectos y enfermedades. Con el tiempo, la resina puede endurecerse y convertirse en ámbar, una piedra preciosa de color amarillo o naranja. Dentro del ámbar se han encontrado insectos atrapados desde hace millones de años. ¡Es como una cápsula del tiempo natural! La resina también se usa para hacer perfumes, pegamentos y barnices.



MUCHOS COLORES

No toda la madera es marrón. Hay árboles que producen madera roja, como el palo de rosa, madera amarilla, como la del ciprés, y hasta madera negra, como el ébano. Algunas maderas tienen vetas con diferentes colores que las hacen muy especiales. Por eso, los carpinteros y artistas las utilizan para fabricar muebles y objetos decorativos únicos. ¡Cada árbol tiene su propia personalidad en su madera!



Receta



TRUFAS DE QUESO CREMA CON GALLETAS

** Con ayuda de un adulto

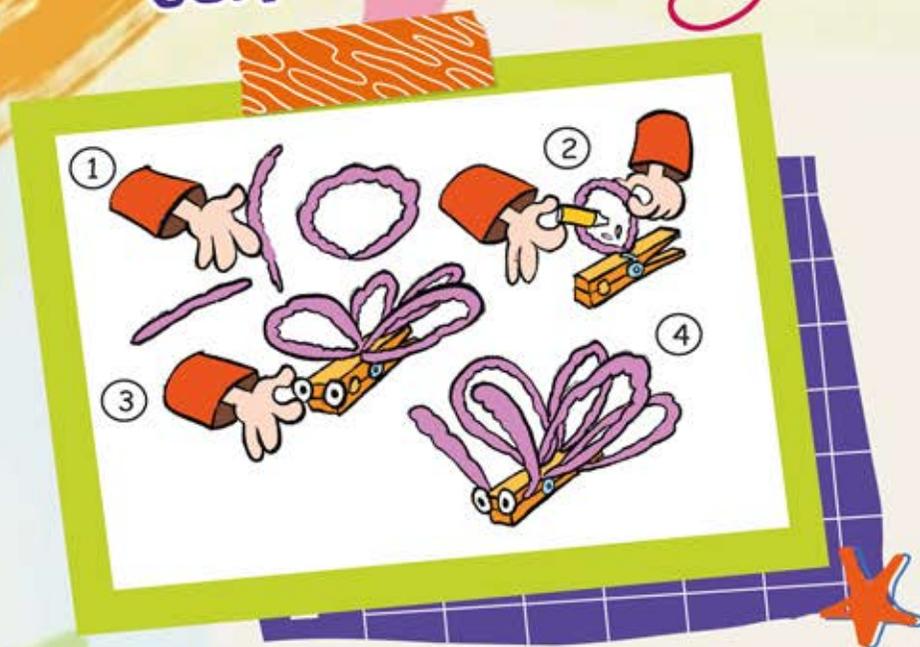
INGREDIENTES:

- 1 queso crema grande
- 1 lata de leche condensada
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 1 paquete de galletas marías trituradas
- 4 cucharadas de jugo de limón

PREPARACIÓN:

1. Combina el queso crema junto con la leche condensada, la esencia de vainilla y el jugo de limón; mezcla hasta tener una consistencia espesa y congela por una hora.
2. Forma bolitas del mismo tamaño y colócalas sobre una charola con papel encerado; congela las bolitas por una hora más.
3. Dales la forma final a las trufas y cúbrealas con las galletas marías trituradas.
4. Sirve estas deliciosas trufas y disfruta!!!

COLORIDAS MARIPOSAS CON LIMPIAPIPAS



MATERIALES

- 3 limpiapipas de colores
- 1 pinza de ropa de madera
- Ojos móviles (opcional)
- Pegamento
- Tijeras

INSTRUCCIONES

1. Forma las alas: Dobla dos limpiapipas en forma de óvalo y retuércelos en el centro para fijarlos. Estos serán las alas.
2. Cuerpo de la mariposa: Usa la pinza de ropa como el cuerpo y pega los ojos móviles en la parte superior.
3. Une las alas: Pega los limpiapipas doblados a la parte trasera de la pinza.
4. Antenas: Corta un pequeño limpiapipas, dóblalo en forma de "V" y pégalo en la cabeza de la mariposa.
5. Decora: Puedes pintar la pinza o añadir purpurina. ¡Lista tu mariposa!

PECECITOS CON TAPAS DE PLÁSTICO

MATERIALES

- Tapas de plástico de botellas (varios colores)
- Cartulina de colores
- Pegamento
- Ojos móviles (opcional)
- Tijeras

INSTRUCCIONES

1. Corta las aletas y la cola: Usa cartulina de colores para recortar una cola en forma de triángulo y dos pequeñas aletas.
2. Pega las piezas: Fija la cola y las aletas en la parte trasera de la tapa con pegamento.
3. Agrega los ojos: Pega un ojo móvil en la tapa o dibuja uno con marcador negro.
4. Decora el pez: Usa pinturas, pegatinas o brillantina para hacerlos más llamativos.
5. ¡Puedes hacer varios y crear un acuario reciclado!

