

EL

# MANATÍ

Amo  
mi planeta  
y reciclar



# Contenido

5

Con  
sabor

6

Manos a  
la obra

9

Amo  
mi planeta  
y reciclo

11

La agenda  
al aire libre

4

El  
recreo

REVISTA EL MANATÍ / AÑO 12 / No.34 / Julio de 2019

**Dirección:** Juan Guillermo Zuloaga

**Coordinación Publicación:** Laura Parra Quintero

**Comité Editorial:** Juan Guillermo Zuloaga, Gabriel Sanabria, Alberto Pardo, Fernando Ortiz, Ana María Rodríguez, María Rodríguez Gómez, Claudia Patricia Martínez, Sofía Rodríguez, Yesenia Peña Meléndez.

**Edición y producción:** Una Tinta Medios, Cristina Lucía Valdés,  
Luis Ernesto Quintana

**Diseño:** Eduardo Andrés Santos Forero

**Fotografías:** Freepik, depositphotos

**Impresión:** Contacto Gráfico



## Hola queridos amigos y amigas:

Reciclar es una manera poderosa y contundente de demostrarle al planeta cuánto lo queremos nosotros los humanos que usamos todas las materias primas para beneficio propio en la ropa que nos ponemos, en los papeles sobre los que escribimos o leemos, en los aparatos eléctricos que nos facilitan la vida y en tantas cosas que botamos a la basura con prontitud.

Pero tener entusiasmo no es suficiente para reciclar. En esta edición de Manatí, Airuwe te dará consejos útiles para aplicar en casa y en el colegio, y explicará cuáles son los beneficios de esta práctica que impacta de manera positiva el medio ambiente y también la economía.

Reciclar significa someter un material usado a un proceso para que se pueda volver a utilizar. Reciclar, entonces, implica transformar algo en otra cosa para darle un nuevo uso. ¿Has visto que en la calle o en los centros comerciales hay canecas de distinto color? Bueno, eso sirve para distinguir los materiales que se pueden reciclar y los desechos orgánicos, como los residuos de comida, que sirven para otras cosas.

Airuwe apoya la importancia de aprender a cuidar el medio ambiente desde la niñez, como una forma de sembrar una semilla para un futuro menos contaminado, con personas más conscientes de cómo las propias acciones tienen consecuencias favorables y desfavorables en nuestro entorno. Un planeta que compartimos con millones de seres vivos en miles de ecosistemas.

En esta edición de Manatí descubrirás además algunos trucos para divertirte con manualidades hechas a base de material reciclado, y encontrarás que preparar una ensalada no tiene nada de aburrido.

¡Bienvenidos todos a ayudar al planeta!

# EL RECREO

**C**ompartimos contigo los dibujos de los ganadores del concurso Premiamos tu hábito de leer.

**CELESTE DELGADO CASTAÑO**  
5 AÑOS - BOGOTÁ



**MARIANA PACHÓN MARÍN**  
8 AÑOS - MEDELLÍN



**MARÍA LUCÍA HERRERA**  
11 AÑOS - BUCARAMANGA



No olvides contarnos todas **tus historias y aventuras** al correo electrónico:  
[club.elmanati@axacolpatria.co](mailto:club.elmanati@axacolpatria.co)



# Ensalada de fruta con Yogurt



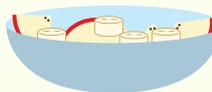
**A**iruwe le encanta alimentarse bien y para esta edición de Manatí quiere recomendar una deliciosa ensalada de frutas. En Colombia, con la enorme cantidad de frutas que se cultivan en nuestro territorio, la oferta es muy amplia y se pueden escoger muchas opciones. Pero vayamos a la fija con esta receta en la que el banano y la manzana son las protagonistas. No obstante, ¡puedes probar y combinar las frutas que quieras! Pero trata de no combinar ácidos con lácteos y pide ayuda a un adulto para cortar las frutas.

## Ingredientes:

- 1 banano
- 1 manzana
- Yogurt sin azúcar (sirve también yogurt griego)
- Miel (puede ser de abejas o de agave)
- 1 cucharadita de semillas de chía



1. Lava bien la manzana y córtala en trozos pequeños.



3. Echa la fruta en un recipiente.



5. Ponle miel al gusto.



7. Revuelve



2. Quítale la cáscara al banano y córtalo también en trozos pequeños.



4. Agrega el yogurt.



6. Agrega las semillas de chía.

Es una gran alternativa  
para el desayuno.  
**¡Disfrútalo!**



la hora de hacer manualidades en casa o en el colegio, la regla de las '4 erres' sirve más que nunca: reutilizar, recuperar, reducir, reciclar. Estas son dos divertidas opciones para pasarla bien con mucha creatividad.

### Opción 1

## Máscara de cartón, plástico y papel

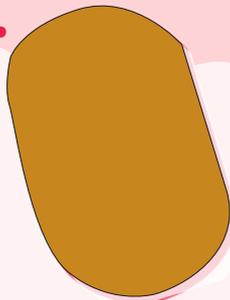
#### Elementos:

- Caja de cartón
- Tapas de botellas
- Papel periódico viejo
- Pintura acrílica o témpera
- Tijera
- Colbón
- Cauchos o cordones

#### Elaboración:

1. Recorta el cartón en forma de máscara.
2. Recorta ojos y boca, según el motivo de la máscara.
3. Forra el cartón con papel periódico y pégalo con colbón.
4. Cuando se haya secado el pegamento, pinta.
5. Usa las tapas de botellas como ojos.
6. Usa los cauchos o cordones para ajustar la máscara a la cabeza.

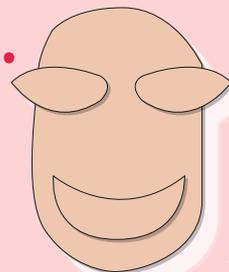
1.



2.



3.



4.



5.



6.

## Opción 2

# Marioneta con medias viejas



### Elementos:

Media vieja

Colbón

Tijeras

Feltro

Aguja e hilo

Objetos para decorar al gusto

### Elaboración:

1. En la punta de la media haz un recorte horizontal (donde irá la boca).
2. En el fieltro dibuja un óvalo y cóselo en el hueco dejado donde va la boca de la media.
3. Puedes pegar o coser ojos, cachos, orejas o cualquier rasgo distintivo con los objetos que escojas.

Las marionetas van siempre de la mano de una buena historia para representar.

¡Puedes hacer una obra con varios personajes!

# Amo mi planeta y reciclar

**L**a casa de Airuwe, nuestro manatí, es una laguna que se conecta con varios ríos a través de canales de agua, caminos por los que él y su familia se mueven alegres. Sin embargo, a esas aguas que conectan lagunas y ríos van a parar muchos de los desechos que generan los hombres y mujeres que no saben reciclar, porque van botando a la basura todo lo que usan y ya no necesitan.

Es pocas palabras: botan y botan y no saben reciclar. La familia manatí, al igual que todos los seres vivos que habitan selvas, bosques, humedales y demás hábitats, necesitan ayuda para no ver contaminado su entorno que se encuentra amenazado cada vez más.

El reciclaje es un proceso fundamental para ayudarlos. ¿Cómo hacerlo? Lo primero que hay que entender es qué materiales son los que más se pueden reciclar y de dónde provienen. Estos son algunos de los materiales más reciclables:



## Soy responsable con mi planeta cuando:

Aplico la regla de las '4 erres':  
Reducir, reutilizar, reciclar, recuperar.

- Uso bolsas de tela en lugar de las plásticas en el supermercado o los paseos.
- Escojo materiales biodegradables.
- Desconecto los equipos electrónicos que no estoy usando.
- Compro bebidas en botellas de vidrio en lugar de las plásticas.
- Apago las luces de la casa que no están en uso.
- Uso el papel por ambos lados.
- Le ayudo a papá y mamá a separar los desechos y les indico cómo hacerlo bien.
- No pido pitillo para tomar mi bebida.
- Ahorro agua al no demorarme en la ducha.



**Papel:** para fabricar el papel de los cuadernos y los libros, el que metes a la impresora, el que piden para el colegio o en el que te empaican los regalos, es necesario cortar árboles y transformar la madera con mucho gasto de energía y, sobre todo, de agua.

**Vidrio:** este material se obtiene de la mezcla de arena, carbonato de sodio y caliza a una temperatura muy alta. Reciclar vidrio reduce la contaminación y las emisiones de gases y ahorra energía.

**Plástico:** aunque hay muchos tipos de plásticos, estos provienen de una combinación de compuestos orgánicos y sintéticos, y por su facilidad de producción y maleabilidad sirven para fabricar empaques y envases, así como muchos otros productos como cajas, juguetes, fibras de ropa y muebles.

Entonces, tanto en la casa como en el colegio, el paso primordial para reciclar es separar bien los desechos. El vidrio, el plástico, el papel y el aluminio que son reciclables, no van en la misma caneca en la que se botan los residuos de comida que sobraron para hacer el almuerzo, o la cáscara de banano, por ejemplo.

Se recomienda entonces separar en una bolsa blanca los materiales reciclables, y en una bolsa negra los desechos orgánicos, como los de la comida. En la calle lo mejor es colaborar echando la basura en el tarro correspondiente; generalmente los verdes son los del reciclaje.

¿Qué otras cosas son reciclables? En los juguetes o en los electrodomésticos de la casa hay muchos materiales que se pueden reciclar como las pilas o las baterías. ¿Qué no se puede reciclar pero tampoco se puede botar a la caneca o por el sifón? Aceites, pegantes y pinturas, por ejemplo.



# LA AGENDA AL AIRE LIBRE

Julio . Septiembre

## BOGOTÁ *Agroexpo*

Se promociona como “la feria del campo colombiano” y se realiza desde 1977. Para los niños es atractiva porque pueden apreciar una gran cantidad de animales domésticos como diferentes razas de bovinos (toros y vacas), equinos (caballos) y hasta de granja, entre otras actividades relacionadas con la vida en el campo. Del 11 al 21 de julio en Corferias. Informes: [www.agroexpo.com](http://www.agroexpo.com)

## *Dibújame una música. Historia de Babar y otros relatos*

Una experiencia sensorial que combina música y arte. Repasa la historia ilustrada de Babar, el personaje de Cécile y Jean de Brunhoff, con la obra musical de Francis Poulenc y el trabajo de Ravel. Agosto 11 en el Teatro Julio Mario Santo Domingo. Informes: [www.teatromayor.org](http://www.teatromayor.org)

## Barcú

Es una de las ferias de arte que se toma Bogotá durante la semana del 17 al 22 de septiembre. Barcú se extiende por varias casas en el tradicional barrio La Candelaria, en el centro de la capital, para mostrar diversas caras del arte nacional. Informes: [www.barcu.com](http://www.barcu.com)

## CALI *Sportfest*

Dos días de pura acción deportiva con demostraciones de varias disciplinas como clavados, freestyle, E-Sports, trial, y exhibiciones de actividades aéreas, pruebas de confianza y más competencias en las que también se involucra a la ciudadanía. Del 7 al 8 de septiembre en el Coliseo El Pueblo y Canchas Panamericanas. Informes: [www.calisportfest.com/co/](http://www.calisportfest.com/co/)

## En todo el país *El Rey León*

La nueva versión de este clásico de Disney llega en acción real. Simba, Mufasa, Scar y los personajes más conocidos de la sabana africana volverán al cine de la mano del director Jon Favreau, y con un elenco de primera: Donald Glover como Simba, Beyoncé Knowles-Carter en el papel de Nala, Chiwetel Ejiofor como Scar, James Earl Jones como Mufasa, Billy Eichner en el papel de Timón y Seth Rogen como Pumba. Estreno: Julio 18



# Encuesta Revista Manatí



Tu opinión es muy importante para nosotros



Ayúdanos a entender mejor tus necesidades de información.  
Escanea el código QR y responde una breve encuesta.

