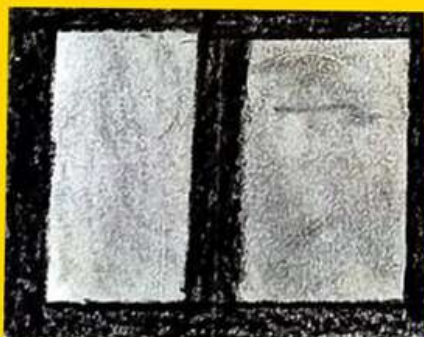



# Arcoiris de letras

Año 3.  
No. 7  
ednica IAP  
Octubre 2023



ednica





**ednica**  
**Institución de Asistencia Privada**

Arcoíris de Letras

Esta revista fue elaborada por niños, niñas y adolescentes en situación de calle que asisten a las actividades educativas del Centro Comunitario Ajusco, del Centro Comunitario Morelos y del Centro Comunitario Xochimilco de ednica I.A.P.

Su contenido puede ser reproducido total o parcialmente citando la fuente.  
México. Septiembre 2023.

ednica I.A.P.  
Totonacas 492 , Col. Ajusco  
C.P. 04300  
Tel. 55 56 18 49 00  
E-Mail: buzon@ednica.org.mx

**Consejo Editorial:**

Alejandro Hernández Orozco, Cristian Guzmán Hernández, Citlali Sánchez Orozco, Daniela Lizbeth Vega Sotero, Frida Shantal Vega Acevedo, Alexa Vianey Álvarez Muñoz, Ariadne Sarey Bouchot López, Leonel Isaac Sánchez Gutiérrez, Raúl López Vaquero, Abril Sofia Mondragón Hernández, Kaori Nicol Reyes López, Miguel Ángel González Linares, Sofía Reyes López, Vania Reyes Ramírez.

**Portada:**

Ángel Giovanni Trinidad Del Monte y Ezequiel Flores D



# Editorial

¡Hola, espero que tengan ganas de leer!

Deseamos que todos y todas se encuentren de lo mejor, nuevamente les traemos nuestra revista digital “Arcoíris de letras” para que disfruten los textos que aquí les mostramos. Creemos que deben leer ésta revista porque escribimos cosas muy interesantes, a las cuales les dedicamos un buen tiempo para que sean originales, entretenidas e incluso divertidas. Leer alguno de nuestros textos, les puede ayudar a pasar un buen rato y quizá puedan aprender algo también.

En ésta revista encontrarás cuatro secciones en las que podrás leer cuentos, poemas, ensayos y escritos sobre los derechos humanos. Hay desde textos muy cortitos, hasta otros más grandes, esto es porque los y las autoras son de diferentes edades, somos niños, niñas y adolescentes de los centros comunitarios Ajusco, Xochimilco y Morelos de ednica I.A.P.

Deseamos que tengan una buena experiencia al leer Arcoíris de letras, que la compartan con más niños, niñas y adolescentes, con sus familiares, amigos o vecinos. Es una buena oportunidad para compartir y conocer nuestras historias, opiniones y pensamientos.

¡A leer!

Autora: Kaori Nicole Reyes Lerdo

Edad: 12 años

PEEP: Indios Verdes

# Índice

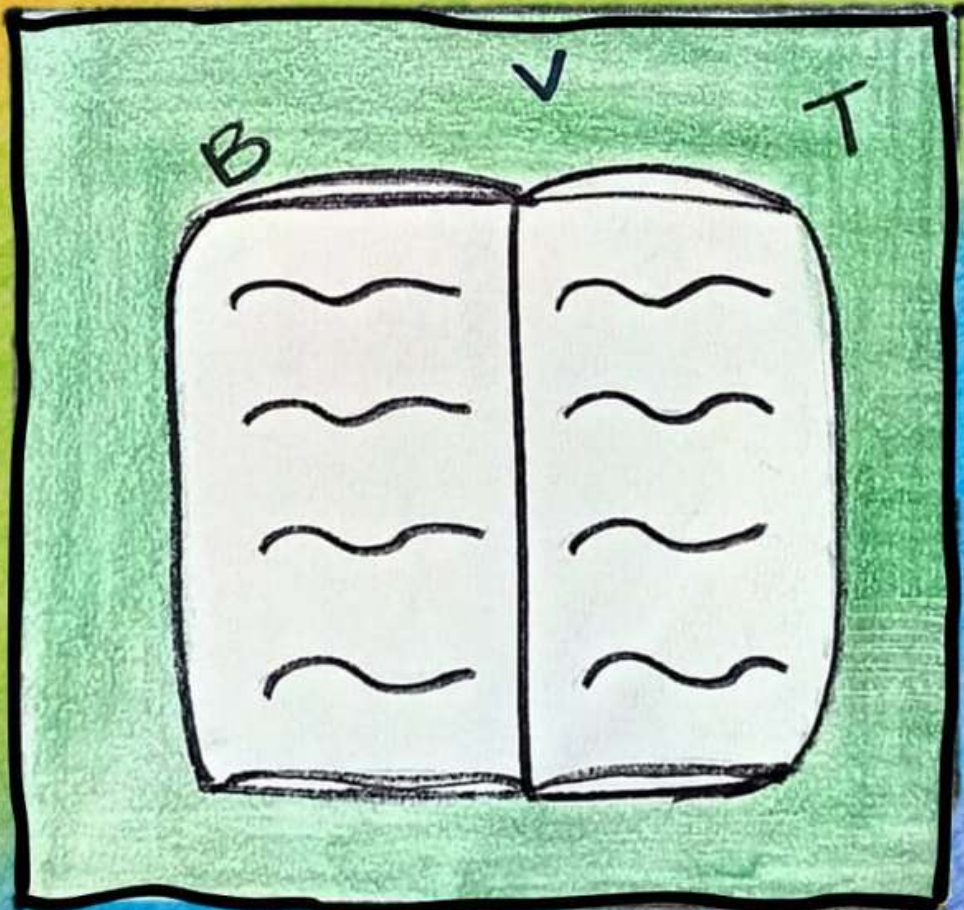
Editorial	2
<b>Creando sueños.</b>	<b>5</b>
El tigre en la montaña.	6
El fútbol.	6
El cielo verde.	7
La casa de hielo.	7
Lluvia de chocolate.	8
Poesía del amor.	8
Los animales ¿Cómo son?	9
El tiburón.	9
La galaxia.	10
La fresa fresca.	10
La moneda hermosa.	11
Mi escuela panamericana.	11
Los abrazos.	12
Cumpleaños felices.	12
<b>El gran cofre.</b>	<b>13</b>
los animales del bosque.	14
El oso y su familia.	15
La luna de piedra.	16
La fábrica de dulces.	18
El piojo y el escarabajo.	20
La batalla de los mundos.	22
Gracias, pero no gracias.	23
No es lo que parece.	28

Soy maya.	32
<b>Libertad en letras.</b>	<b>35</b>
El trompo.	36
Las lágrimas.	37
Mi primera vez conociendo el mar.	38
Te cuento el libro que leí y te invito a no decir mentiras.	39
La importancia de la amistad.	41
El conejo Teo.	43
La comida chatarra.	45
<b>Leo, leo nuestros derechos.</b>	<b>47</b>
¿Cómo irte rápido a la escuela sin que te asalten?	48
El niño en la escuela y la familia trabajando.	48
El niño y los hombres que ayudan.	49
Derecho al descanso y esparcimiento.	50
El niño sin amigos.	51
Derecho a la participación.	52
Ednica es ayuda.	53
Derecho a la educación.	54
Derecho de asociación y reunión.	54
Lo que aprendí del libro “Paulina, la coneja sin cola”.	55
La oportunidad de ir a la escuela.	57
No al trabajo de niñas y niños.	58
Créditos.	60

# CREANDO SUEÑOS

L H S F

F



m

J Q

D

K

I

P

R

U

O

## El tigre en la montaña.

Por: Melanie Muñoz Reyes.

Un día fui de paseo  
con mis amigos,  
fuimos al parque de los animales.  
De pronto, ¡vimos a un tigre  
arriba de una montaña!  
Ese tigre nos persiguió,  
que hasta un susto nos dio.  
Y luego el tigre me habló  
-¿Si saben que soy el tigre de la  
montaña?-  
Yo le respondí:  
-sí, ahí donde se ve la cabaña  
Luego me dijo: -¿quieren ser mis  
amigos?  
-¡sí! nos vamos contigo.



## El fútbol.

Por: José Manuel Vázquez  
Rodríguez.

El otro día entrené fútbol,  
la cancha era muy grande y verde,  
me acompañaban mis amigos,  
juntos nos divertimos  
Todos juntos estuvimos,  
nos pasamos la pelota y metimos  
goles  
Cuando metimos un gol  
gritamos de emoción,  
casi se nos sale el corazón.  
Me gusta mucho el fútbol  
y meter un gol.



## El cielo verde.

Por: Ariadne Sarey Bouchot  
López.

Un día soñé que el cielo era verde,  
verde como los árboles.

Cuando fue mi cumpleaños  
deseé que el cielo fuera verde.

Verde como el pasto,  
verde como las plantas,  
verde como las manzanas verdes,  
verde como la luz del semáforo,  
verde como las espinacas.

A mí me gustaría  
que por un día  
el cielo fuera verde.



## La casa de hielo.

Por: Dariel López Córdoba.

La casa está congelada,  
adentro hace mucho frío.

La casa es muy grande  
adentro todo está congelado.

A veces huele a helado  
pues las cosas son de hielo.

Los árboles también son de hielo.

La carretera también es de hielo  
que parece terciopelo.

La casa parece un cubo de hielo,  
del techo al suelo.



## Lluvia de chocolate.

Por: Jorge Noé Ortega Sánchez.

Todo comenzó en Xochimilco,  
desde que salió el sol  
todo cambió.

El cielo se puso marrón,  
de chocolate mi casa se embarró.  
De pronto me ensució de chocolate  
que del cielo caía.

Por eso me fui a Puebla  
donde vive mi abuela.

Y vi que también caía chocolate  
pero por suerte no había sol.

Y no se sentía calor,  
por eso el chocolate no se derritió.

Tomamos una olla y bebimos  
chocolate.

Y nuestro corazón late que late.



## Poesía del amor.

Por: Génesis Atena Ortega Sánchez.

Quiero regalarte una naranja  
de color naranja.

Una naranja madura  
para tu consolación.

Tu sonrisa es encantadora,  
tanto que enamora.

En la corriente del mar contigo yo  
quiero escapar

e irnos a un lugar lleno de nubes.

Eres una amiga especial  
que se ríe sin parar.



## Los animales ¿Cómo son?

Por: Ángel David Juárez Antonio.

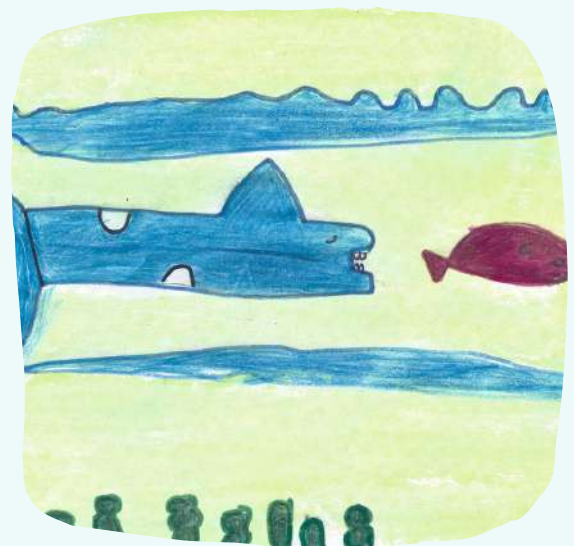
Los animales son peludos,  
algunos son duros,  
otros son rudos.  
y otros son tiernos.  
Algunos son carnívoros  
como los leones,  
así como los tigres  
y también son muy feroces.  
Tú ¿si los conoces?  
También están los osos,  
ellos son más respetuosos,  
dicen que comen miel  
y que se peinan con gel.



## El tiburón.

Por: Christian David González  
Del Monte.

El tiburón es un animal  
que vive en el mar.  
Se duerme en el mar  
pues se arrulla con las olas.  
Es muy juguetón  
y también muy mordelón.  
Tiene grandes colmillos  
que parecen cuchillos.  
Le gusta jugar con sus amigos  
enseñando los colmillos,  
le gusta mucho sonreír.  
Cuando juega nunca se quiere ir  
aunque sea la hora de dormir.  
Él vive en el mar  
eso le da felicidad,  
pues nunca está en soledad.



## La galaxia.

Por:

Es tan grande  
que no puedes respirar.

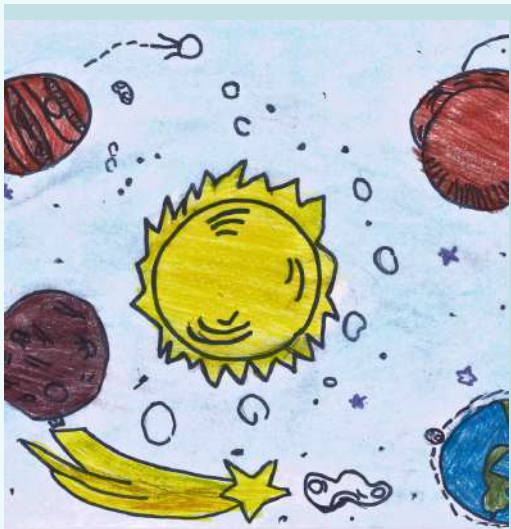
Hay muchos planetas  
grandes y pequeños.

Está el sol, la tierra, Júpiter,  
Marte, Saturno y Plutón.

Chiquito es Plutón.

En el universo hay muchas galaxias  
y la tierra está en la galaxia.

Hay muchas estrellas  
grandes y pequeñas,  
todas muy brillantes  
y gigantes.



## La fresa fresca.

Por: Melanny Ashley González  
Soto.

Una chica llamada Luci  
no sabía que tenía una fresa  
muy fresca,  
se la comió con chamoy, miguelito  
y otras fresas.

Les puso crema, azúcar y le  
supieron muy frescas.



## La moneda hermosa.

Por: Xareni Ríos Martínez.

Yo tengo una moneda muy  
hermosa,  
pero para caminar es lenta.  
Mejor yo me compro una menta  
en lo que ella está a la venta



## Mi escuela panamérica.

Por: Yarezi Ríos Martínez.

En mi escuela hay un techo, piso,  
sillas y mesas;  
hay maestras y maestros,  
hay recreo y educación física.  
Cuando termino mis clases, me voy  
a casa  
y al otro día regreso para seguir  
aprendiendo.



## Los abrazos.

Por: Abril Sofía Mondragón  
Hernández.

Me gusta abrazar a mi mamá  
cuando escucho ruidos en mi cama,  
mis hermanas me acompañan  
y en la noche los monstruos  
descansan.

Cuando es de noche y en la  
oscuridad,  
a veces en la puerta se escuchan  
ruidos extraños,  
pero con mi mamá y hermanas,  
siento tranquilidad,  
con ellas a mi lado, no siento más  
espanto.

Mi mamá y hermanas me abrazan,  
y nuestra cama es un lugar  
tranquilo,  
lleno de amor en sus brazos.



## Cumpleaños felices.

Por: Nataly Reyes López.

Los niños y niñas se levantan  
a celebrar sus cumpleaños  
para festejar su día juegan, saltan  
y rompen piñatas.

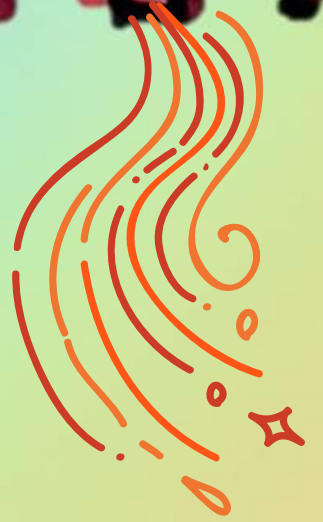
Con las risas y juegos  
empiezan a imaginar  
que la luna baila y brilla sin parar.  
Esperando su próximo cumpleaños  
para festejar

y así la noche está por llegar.  
La noche se llena de alegría  
con el pastel lleno de velitas,  
se apagan llenas de magia  
cuando pedimos deseos  
a las estrellas.



EL GRAN

COFRE



## Los animales del bosque.

Por: Christian David González de Monte.

Había una vez en un bosque tenebroso un lobo que se vestía de cazador, el lobo tenía sangre en los dientes, era fuerte y de color gris.

Un día, salió a caminar por el bosque, hacía mucho frío, pero iba con un abrigo de conejo que se encontró en el bosque.

De repente se encontró con el dueño del abrigo. El lobo le dijo, ven a mi casa, te devolveré el abrigo, pero ¡oh sorpresa!, cuando llegaron se lo comió todito y se durmió.

Al siguiente día llegó un conejo llamado Pepe. Tocó una vez la puerta, salió el lobo y pensó que lo iban a acusar, pero el conejo le dijo que si podía entrar a su casa pues quería ser su amigo.

Pepe el conejo invitó al lobo Max a vivir a una selva feliz, la llamaban la selva de la zanjada.



## El oso y su familia.

Por: Yarumi Díaz Hernández.

Había una vez un oso que no tenía casa y eso lo hacía sentir triste. Además no tenía mamá y papá y estaba buscando una casa para vivir que estuviera abandonada. Para acomodarse a su gusto y para que quedara bonita había comprado la cama, las cobijas y ventanas para su hogar.

Hizo una fiesta e invitó a todos sus amigos pero el oso no conocía a sus papás y, de repente, vio a dos osos que eran muy parecidos a él. Empezó a caminar hacia ellos y lo abrazaron, eran su papá y su mamá, y los invitó a vivir con él, ellos aceptaron; fueron por sus maletas.

Cuando llegó la noche, la familia del oso escuchó ruidos se asomaron y era un gato y un perro. El oso y su familia se asustaron mucho pero al saber

que era el gato y el perro se tranquilizaron.

Llegó la mañana, fueron a pescar y encontraron a un bebé oso solito y asustado y la mamá osa recogió al bebé y lo cuidaron como su hijo.

El oso y su familia fueron felices con el bebé osito.



## La luna de piedra.

Por: Ángel Martín Del Monte Urrutia.

Había una vez un señor que se llamaba Juan. Él soñaba con ir a la luna, por eso pasó años trabajando para comprar herramientas y construir su propia nave.

Poco a poco fue comprando todo lo que él creía que necesitaba. Comenzó a construir pero se dio cuenta que no sabía mucho sobre naves y el espacio, lo que había aprendido solo lo había visto en la tele y en revistas, y eso no le había ayudado mucho.

Le contó a todos sus amigos que quería ir a la luna, sus amigos no le creían porque sabían que no conocía mucho sobre naves, por lo cual a veces se burlaban de él. Comenzó a preguntar a algunos maestros de cómo construir naves, después de saber algunas cosas volvió a construir su nave.

Cuando pensaba que ya lo tenía todo, vio que todavía le faltaba una pieza que era el motor. Cuando ya tenía todo aún le faltaba el traje de astronauta, lo comenzó a hacer el mismo, lo hizo con plástico, era muy brillante y tomó un casco de moto.

Se preparó para ir al espacio, les dijo a todos sus amigos que se iría. Despegó su nave en el bosque, pero solo voló un poco y cuando iba bajando de la nada salió disparada, voló casi por una hora y se hizo de noche.

Juan se quedó dormido y cuando aterrizó pensó que había llegado, bajó de la nave y pisó piedra, él pensó que estaba en la luna, se emocionó mucho y comenzó a saltar y muy emocionado fue a investigar la zona.

Comenzó a caminar, vio un árbol y se dio cuenta que donde estaba era una montaña, se desilusionó y se puso muy triste. Encontró el camino a casa y volvió, cuando volvió sus amigos le preguntaron cómo le había ido, él les dijo la verdad.

Tiempo después seguía muy triste, no salía de su cuarto, por lo cual sus amigos le construyeron una luna de piedra en su casa, y se pusieron a jugar con él con todo y traje imaginaban que visitaban otros planetas.



## La fábrica de dulces.

Por: Génesis Atena Ortega Sánchez.

Había una vez un hombre que se llamaba Tony, trabajaba en una fábrica de dulces. Su jefe, el señor Bartolo, lo trataba muy mal; no dejaba que probara los dulces, no tenía permiso de ir al baño y trabajaba muchas horas.

El sueño de Tony era crear sus propios dulces y algún día tener su propia fábrica de dulces.

Cuando llegaba a su casa muy cansado, su gato lo consolaba lamiendo su mano. Siempre comía un chocolate porque lo hacía sentir feliz.

Un día, camino a su trabajo chocó con una chica de cabello largo castaño, ojos claros y sonrisa encantadora, rápidamente se disculpó, hablaron un poco y se fueron a lugares opuestos.

Días después saliendo de su trabajo Tony se encontró de nuevo a la chica llamada Paola.

Tony la invitó a comer a un restaurante, así que Paola aceptó con gusto, después de que terminaron de comer intercambiaron sus números de teléfono.

Al llegar a su casa siguió hablando con Paola, después de un rato el hombre la invitó al cine. Pasaron los meses y Tony le pidió a Paola que fuera su esposa y ella aceptó felizmente.

Después de cuatro meses Tony renunció a su trabajo porque abrió su propia fábrica de dulces, Paola lo apoyaba mucho.





## El piojo y el escarabajo.

Por: Karla Aidaleni Díaz Velázquez.

Hace mucho había un circo donde trabajaba un piojo que hacía trampa; cada persona con la que jugaba le quitaba su dinero. En un día muy nublado, el escarabajo más sabio del mundo se enteró de lo que estaba haciendo y decidió ir al circo para conocer al tramposo.



El piojo les quitó más de tres mil millones de pesos en un juego de cartas. El escarabajo al ver cómo actuaba le hizo una propuesta de leer las cartas, si el piojo perdía tendría que decir la verdad, él aceptó. Comenzaron a jugar y al pasar unos minutos, el escarabajo ganó y el piojo tuvo que confesar la verdad.

El piojo le preguntó —¿Cómo sabes tanto de mí? —Y ahí se delató. El escarabajo comenzó a reírse y le preguntó —¿Por qué lo haces? — Antes me hicieron lo mismo y me quise desquitar con los demás. — respondió el piojo.

Entonces al saber la verdad, el escarabajo lo entendió y mostró empatía, pero le dijo que todo el dinero que le quitó a las personas lo tendría que devolver.

El escarabajo conocía a a todas las personas que fueron víctimas del piojo. Ambos fueron casa por casa para devolver lo robado, mientras el piojo, muy apenado, se disculpó.

Al terminar, el escarabajo le pidió al piojo que ya no fuera así, que hay personas que realmente necesitan ese dinero para comprar cosas.

El escarabajo era un empresario muy reconocido y le ofreció al piojo trabajar como su secretario, y si le echaba ganas podría subir de puesto. Unos años después logró subir al segundo lugar de la empresa, se convirtió en la pata derecha del escarabajo. Sin embargo, contrajo una enfermedad llamada viruela. Luchó contra esta enfermedad durante tres meses, desafortunadamente no resistió y murió. Sus compañeros del trabajo lo admiraron mucho por decir la verdad y reconocer sus errores.

**Moraleja:**

Nunca debes mentir porque puedes quedar mal.



## La batalla de los mundos.

Por: Santiago Rodríguez Quinto.

Había una vez un niño simpático, se llamaba Santio. Él tenía un gran poder del cual no sabía, ya que su papá era un humano normal, común como todos. Su papá se llamaba Juan y su mamá Dani, ella al igual que su padre no contaba con poderes.

Pasaron muchos días, meses, años y Santio descubrió que poseía poderes, con los cuales podía correr muy rápido y levantar cosas pesadas. Un día en el planeta de al lado llamado Polo, sus habitantes, seres desconocidos llegaron a la tierra para conquistar con una guerra y así quedarse con el planeta.

Santio, preocupado, protegió a su planeta. Trató de dialogar con la gente que los había invadido, les dijo que podían compartir la mitad de su territorio cada uno. Al principio no quisieron, pero después ambos se dieron cuenta de que podían compartir materiales para

mejorar sus planetas. Juntos podrían optimizar sus planetas.

Santio y los habitantes de Polo hicieron una gran amistad, poco a poco se hicieron grandes amigos, esta alianza hasta el día de hoy sigue con la intención de ver las necesidades de todos.



## Gracias, pero no gracias.

Por: Sofía Reyes López.

Había una vez una niña que se llamaba Ámbar que era muy mimada por su padre, por lo que su personalidad en muchas ocasiones era soberbia, presumida y muy pesada. No le caía bien a muchas personas.

De la misma edad que Ámbar, estaba Esther. Vivía en un pueblito con su madre y hermano de 5 años, quien tenía asma. A ella le encantaba estudiar y de grande soñaba con ser doctora. Por su buen promedio le dieron una beca en la mejor escuela del país; ella estaba muy feliz por la noticia, pero no sabía si debía aceptar ya que al decir que sí, tenía que mudarse y dejar a su hermano y mamá. Esta situación la tenía muy nerviosa, así que decidió contársela a su madre y ella le dijo que aceptara, que aprovechara esa oportunidad, Esther se lo pensó un poco y después ¡aceptó!

Al cabo de unos días Esther se mudó a la escuela, ya que en ésta había dormitorios.

Le asignaron una habitación y cuando llegó a ella, se dio cuenta de que no estaría sola, debía compartirla con alguien más. Mientras conocía el espacio, llegó su compañera y ella corrió a saludarla, pero ésta solo la miró con desprecio y la ignoró. Si, su compañera de cuarto sería nada más y nada menos que Ámbar.

Al siguiente día Esther se levantó temprano para poder llevar algo de desayunar y compartirlo con Ámbar, su roomie (compañera de cuarto). Pero cuando Ámbar se levantó y Esther le dijo que había traído tocino con huevo, como Ámbar era una niña de clase alta y también muy grosera, le contestó que “no comía grasas”.



Esther solo se sintió un poco triste y le preguntó: ¿Al menos me puedes decir tu nombre? - ya que no se habían presentado aún- Ella dijo: me llamo Ámbar y no me interesa saber el tuyo, así que no te molestes. Se dio media vuelta y se fue.

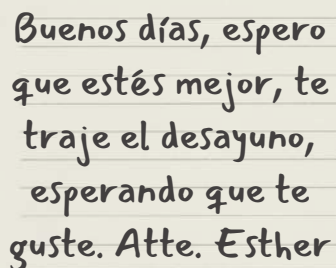
Esther llegó al salón de clases por primera vez y al entrar todos la miraban feo, ella se dio cuenta de que algo no estaba bien y buscó el lugar más alejado de todos y todas. Encontró un asiento hasta la parte de atrás, era un buen sitio porque iba a estar sola, de repente sintió que alguien se había sentado a su lado, volteó para saber quién era y recibió un gran y cálido saludo.

Esther se puso muy nerviosa y esa persona lo notó de inmediato, así que le preguntó: ¿Por qué estás nerviosa? -Ella respondió, es que eres el primero en hablarme, todos y todas las demás, solo se burlan de mí- Él se sintió un poco triste por lo que le dijo Esther y se ofreció a ser su amigo, ella aceptó con mucha felicidad esta gran propuesta. Así se hizo amiga de Carlos.



Pasaron dos meses y Esther solo tenía dos amigos, Carlos y una niña de nombre Amelia, que igual que ella, estaba becada. Un día Esther estaba en su cuarto haciendo tarea, cuando de repente escuchó un golpe muy fuerte en la sala, se asomó y preguntó: Ámbar, ¿eres tú? Y al no escuchar una respuesta se asustó aún más, se acercó más hacia donde se escuchó el golpe y encontró a su roomie en el piso, desmayada. Pidió ayuda, gritó lo más fuerte que pudo y llegó un profesor, cargó a Ámbar hasta la enfermería en donde estuvo un par de horas.

Ámbar se recuperó y regresó a la habitación, tal y como se lo habían recomendado. Al día siguiente, Esther se levantó muy temprano y le llevó el desayuno más saludable que encontró, ya que recordó que su compañera, no comía nada de grasas o alimentos chatarra. Ámbar se levantó y fue directo a buscar de comer, en la mesa encontró una nota que decía:



Buenos días, espero que estés mejor, te traje el desayuno, esperando que te guste. Atte. Esther

Ámbar se sorprendió y su primer pensamiento fue tirarlo a la basura, pero lo pensó mejor y decidió comer lo que le habían dejado, de todas maneras tenía mucha hambre y lo disfrutó demasiado.

Después de comer, Ámbar se alistó y se fue a la escuela, en uno de los pasillos se encontró a Esther con un chico, entre más se acercaba descubría que lo conocía, hasta que se dio cuenta que era su hermano Carlos y le preguntó que qué hacía

con la becada, sin nada de amabilidad. Es mi amiga, ¿la conoces? Respondió Carlos y Ámbar sólo se enojó y pasó de largo. En dos meses Carlos y Esther se volvieron más cercanos y Ámbar solo los evitaba cuando les veía, Esther durante ese tiempo siguió llevándole a su roomie desayunos saludables, así que un día ella misma le pidió que por favor ya no lo hiciera más, al fin y al cabo ya había mejorado mucho. Esto hizo sentir muy bien a Esther, pero Ámbar no dejó que se emocionara mucho y le dijo: ¡ni te emociones! Pasaron algunos días y llegaron las vacaciones, así que todos y todas se fueron con sus familias.

Esther regresó muy feliz con su madre y hermano, los cuales le organizaron una pequeña fiesta, la cual disfrutó mucho, al terminar ella les contó todo lo que había pasado en la escuela y cómo se sintió durante ese tiempo. Pasaron muchos días de diversión y demostrándose cariño, Esther extrañaba estar cerca de su familia y ellos también la querían tener cerca nuevamente. Al paso de unos días, las vacaciones terminaron y tuvieron que despedirse.

Regresaron todos a la escuela y les avisaron que tenían exámenes, al escuchar esto Ámbar se empezó a sentir muy mal, le sudaban las manos y le temblaban las piernas, a ella no le gustaba nada estudiar y menos hacer exámenes; por eso durante el recreo, planeó junto con sus amigas robar las respuestas del examen. Al terminar las clases, todos y todas se fueron a sus habitaciones, fue en ese momento que aprovecharon Ámbar y sus amigas para entrar a la oficina del director, que era quien tenía las respuestas de todos los grupos, y cuando estaban buscando por todas partes las respuestas, escucharon que el director iba a entrando a su oficina. Esther iba pasando por ahí, ya que se quedó a estudiar en los salones y se dio cuenta de lo que pasaba con Ámbar, Esther distrajo al director para que no la descubriera a ella ni a sus amigas, así que le mostró algo sin importancia en el pasillo. Cuando el director se fue, Esther miró a las chicas y estas le dijeron que no le dijera nada a nadie, que guardara el secreto. Esther les respondió que no diría nada, con una sola condición, que prometieran que no



iban a intentar robar las respuestas del examen otra vez y que a cambio, ella les ayudaría a estudiar lo necesario para que pasaran el examen. Las amigas de Ámbar y ella, con mala gana aceptaron el trato y cumplieron todo como se había acordado. Llegó el día del examen y Ámbar estaba muy nerviosa, lo cual Esther notó rápidamente, así que le regaló una paleta para que se sintiera mejor, le dijo que estuviera tranquila y así realizaron sus exámenes.

Al siguiente día, entregaron los resultados de los exámenes y felicitaron a Ámbar por ser una de las mejores calificaciones, lo cual no sorprendió a sus compañeros y compañeras, ya que era muy común que ella tuviera buenas calificaciones porque se la pasaba copiando siempre.

Solo Ámbar festejó realmente, estaba muy feliz y le dio un abrazo a Esther, por fin logró algo por su esfuerzo y no el de alguien más. Le dio las gracias a Esther y se disculpó por haber sido grosera en ocasiones pasadas, como ella solo hablaba con las personas para obtener algo de ellas, creyó que Esther buscaba lo mismo y que también se aprovecharía de Carlos, su hermano. .

SNo toleraba que ella se llevara mejor con él, pero Esther le demostró que siempre fue sincera y que aunque no tenían muchas cosas en común, podían llevarse bien, convivir, incluso pensaron en organizar algo en donde estuviera Carlos también. Después de ese día, Esther y Ámbar descubrieron que tenían más cosas en común de lo que habían imaginado y fueron amigas por un largo tiempo. Fin.



## No es lo que parece.

Por: Kaori Nicole Reyes Lerdo.

En un pueblo llamado “El rincón”, Madison y Fabián regresaban de la escuela, pero una vez más se les había hecho muy tarde. Ellos cursaban el turno vespertino, por lo que la hora de la salida era cuando el sol ya se había metido, caía la noche justo cuando debían tomar sus cosas para volver a casa, antes de que las personas no dejaran rastro de su existencia en la calle. Por más que se apuraban, siempre tenían algo que los detenía y no podían salir a la par que sus compañeros y compañeras. Cuando caminaban a sus casas, se dieron cuenta que ya no había nadie, las calles estaban vacías y se sentía un frío especial, a lo lejos vieron solo a una persona caminando, era la señora Juana.

Juana era muy conocida en el pueblo, era muy tranquila y no se metía con nadie, en muchas ocasiones podía causarte ternura, ya que tenía una sonrisa dulce.

La señora vio a lo lejos que se acercaban Madison y Fabián, así que decidió esperarlos.

Una vez que estuvieron frente a ella, la señora les pidió que le hicieran favor de acompañarla a su casa, ya que no veía muy bien y el viento de repente la sacaba del camino. Los chicos dudaron en acompañarla se vieron a los ojos y luego la vieron a ella, sola e indefensa, creyeron que podían ayudarla, así que decidieron decir que sí.

Durante el camino, Juana les agradeció muchas veces por haberla acompañado y por haber tomado la decisión de ayudar a alguien que lo estaba necesitando, por fin llegaron a su casa (la cual nadie había visto antes) y Juana los invitó a pasar, pero ellos esta vez dijeron que no, ya era mucho más tarde, habían caminado hacia un lugar peligroso y había un frío especial esa noche.



Juana les insistió por un buen tiempo que se quedaran a tomar por lo menos un vaso de agua, así que ellos accedieron, la verdad es que caminaron mucho y necesitaban quitarse esa sed.



Cuando Madison y Fabián entraron a la casa, no podían creer lo que estaba pasando, vieron una gran cantidad de niños y niñas que habían desaparecido en el pueblo, parecía que no sabían que los habían buscado, se veían tristes. De inmediato Madison y Fabián quisieron irse de ese lugar, estaban muy asustados, tomaron camino a la puerta, sin decirle nada a nadie, querían ayudar a los y las demás, pero no sabían cómo hacerlo sin que Juana se enterara. Al llegar a la puerta, descubrieron que ya no había manera de abrirla y mucho menos escapar de ahí. Por otro lado, los papás de Madison y Fabián estaban esperándolos,

ya había pasado mucho más tiempo del que normalmente tardaban para llegar a casa.

Preocupados, decidieron salir a buscar a sus hijos, preguntaron en cada casa, en cada negocio, y todas las personas siempre decían lo mismo “no los hemos visto”. La angustia crecía conforme pasaba el tiempo y no había novedad. La noche se hizo larga, pero al amanecer se unieron más personas a la búsqueda, entre ellas Juana, quien fingió no saber nada y estar preocupada por los desaparecidos. No hallaron nada y no lo harían porque Juana se había asegurado de que nadie pudiera salir de su casa si ella no lo quería.

Pasaron los días y las noches, y en una de ellas los habitantes del pueblo escucharon ruidos que no se habían escuchado antes, pensaron que podían ser animales que estaban cerca o que querían comida, por el miedo, decidieron no salir y esperar a que se dejaran de escuchar esos ruidos, ¿Qué tal que es la persona que se lleva a los niños y niñas del pueblo?

Al otro día, los habitantes del pueblo descubrieron que habían desaparecido varios animales de su ganado y algunos alimentos, lo más raro es que no había una señal clara de cómo había pasado. Los siguientes días nada cambió, al contrario, siguieron habiendo robos, por lo que la gente del pueblo decidió unirse y descubrir lo que estaba pasando, votaron para hacer guardia y esperar en la noche a que apareciera aquella cosa que se estaba llevando las cosas. Y tuvieron éxito, porque pasando la media noche, escucharon esos ruidos extraños, pero que ya eran conocidos también. Se escondieron y a lo lejos vieron que algo se acercaba, nadie lo podía creer, quienes se robaban el ganado y los alimentos ¡eran los niños y las niñas desaparecidas! Hacían ruidos para que nadie quisiera asomarse y pudieran hacer lo que tenían en mente.

Los habitantes del pueblo los agarraron y les dijeron que ya no debían hacer eso más, que podían volver a sus casas, los niños y las niñas se quedaron sorprendidos,



parecían estar embrujados, porque no se daban cuenta de lo que hacían.

Madison y Fabián que eran los más nuevos, no podían creer, cómo habían llegado a tanto, pero fueron muy felices por volver a sus casas. Las familias preguntaban quién se los había llevado y todos y todas coincidían que Juana, al principio nadie lo podía creer, porque era tan dulce y tierna que no había manera de que ella pudiera haberlo hecho, pero no volvió al pueblo y esa fue una señal. Las familias que fueron heridas por Juana se unieron y fueron a las autoridades para denunciarla, los niños y las niñas dijeron en dónde les tenían para que la arrestaran.

Después de ver cómo se llevaban a Juana a la cárcel, Madison y Fabián pudieron dejar de tener miedo y contaron todo sobre esa señora. Explicaron que Juana se comportaba con ellos de forma grosera, manipuladora, chantajista, mandona y envidiosa, les decía que no se podían ir porque nadie les creería lo que pasaba en esa casa. Porque ella tenía una imagen diferente, amable y buena con todas las personas que la conocían. Ella decía que su única intención era no estar sola y cuidar de esos niños y niñas, porque sus padres no lo hacían bien, que no debían dejar que anduvieran solos por la calle desprotegidos, pero todo se salió de control se llenó de niños y niñas y empezó a faltar comida, por eso llegaron al extremo de robar.

Quizá Juana no hubiera llegado tan lejos, si las personas no hubieran confiado tanto en ella, tal vez Juana se aprovechó de las situaciones y solo pensó en ella. Los niños y niñas creían que era una buena persona y no dudaban en ayudarla, pero nunca imaginaron la sorpresa que se llevarían.

Sería bueno ser cuidadosos y cuidadosas con las personas que se nos acercan y no estar largo tiempo solos o solas. En “El rincón” aprendieron la lección y jamás volvieron a creer que era buena idea dejar a los niños y niñas solas



## Soy Maya.

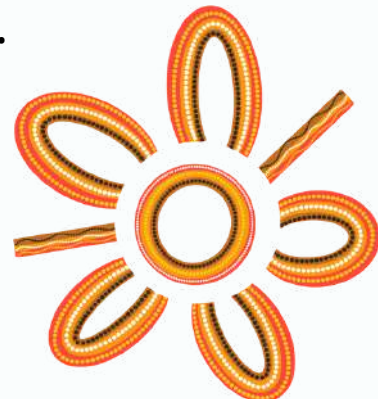
Por: Miguel Ángel González Linares.

Era el año 2020 y estaba cursando 4° año de primaria en Yucatán. Yo era muy feliz cuando iba al mar y comía mariscos, pero lo que más me gustaba comer eran los camarones a la diablo. Yo soy proveniente de la comunidad Maya y mi lengua es el náhuatl, sí, soy de una comunidad indígena. Mi familia poco a poco empezó a aprender el idioma español, pero se sienten mejor si hablan en náhuatl. Yo sé hablar español, pero también sé hablar náhuatl aunque lo hago más en mi casa que en otros lugares. Eso me gusta mucho, porque es como si fuera un código que nadie puede entender, pero también es algo que puedes enseñar a quien lo quiera aprender.

Como en mi casa no se habla mucho español, hay algunas palabras que no pronuncio bien. Estuve de vacaciones por la semana santa, pero ya me toca volver a las clases, me emociona aprender, pero no siempre me la paso bien en la escuela.

Este año entraron compañeros nuevos a mi grupo: Osmar, Salvador, Sebastián, Omar y Alexander, ellos venían de una escuela en la que dijeron que no los querían, que los trataban mal. Mi maestro tenía por nombre Mauricio, él me caía muy bien, porque podía escucharnos todo el tiempo y era gracioso. Pensé que todo sería muy bueno porque ya somos niños grandes, pero al menos para mí no lo fue.

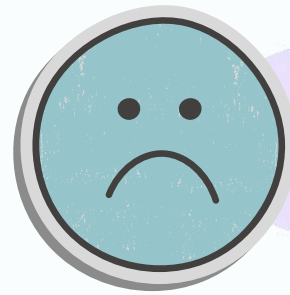
Estábamos jugando en el patio y se acercaron los nuevos, me vieron de pies a cabeza y se empezaron a reír, yo sabía que no era en buena onda, pero les pregunté por qué lo hacían y solo me dijeron que no debía estar en esa escuela, que estaba muy chaparro y que no sabía hablar.



Cuando ellos me decían estas cosas tan feas, yo iba con el maestro Mauricio, esperando que pudiera ayudarme a sentirme mejor, los reporté y después tuve muchas ganas de salir al baño y ponerme a llorar. El maestro intentó ayudarme preguntándoles a los nuevos, qué tenían en mi contra y ellos respondieron que solo se desesperaban porque no entendían lo que decía, yo sabía que no era cierto, solo estaban exagerando, pero aun así me sentía tan mal, que me puse a practicar el español.

Caminaba a mi casa con mi única amiga llamada Carmen, le conté cómo me sentí cuando todo esto pasó y ella me decía que no hiciera caso, pero le dije que los nuevos habían llegado al extremo de negarme la entrada a las canchas o de hacer cualquier actividad en el recreo. Carmen solo abrió los ojos de sorpresa y me dijo que no se había dado cuenta que la estuviera pasando tan horrible.

Recuerdo llegar a mi casa y enojarme porque todos hablaban



en náhuatl y no en español, eso no me iba a ayudar a hablar mejor y también me molestaba que dijeran que me parecía a mi papá, porque eso significaba que yo sería tan chaparro como él y entonces nadie iba a poder aceptarme en nada.

Mi mamá se dio cuenta de las cosas que me estaban pasando y me preguntó de dónde venía tanto enojo, yo le conté todo lo que pasó con los nuevos y me puse a llorar otra vez. En ese momento mi mamá le habló a dos de mis primos, a los que yo más admiraba por todo lo que habían logrado y les dijo, cuéntenle a este chamaco, lo que pasaron por la discriminación, díganle que perdieron por eso.

Mi mamá se veía triste y cada uno me contó historias muy feas de sus vidas en la escuela y en el trabajo, uno de ellos no pudo tener el trabajo de sus sueños, solo por ser indígena.

Me puse triste, pero agarré fuerza también. Le di gracias y me prometí ser diferente en la escuela.

Me fui a la escuela y como era de esperarse, los nuevos me dijeron que no podía jugar en la cancha, que ni era bueno para los deportes y que no tenía porqué estar ahí.

Yo solo tome mucho aire y me acordé de la plática con mis primos y mi mamá, les dije, yo sí tengo puedo estar aquí, esta también es mi escuela, no importa qué color tenga mi piel, de qué tamaño sea o qué lengua hable, ¡tengo derecho a jugar y a no ser discriminado!. Nadie de los que estaban ahí, podían creer que me hubiera puesto así, pero me dieron la razón, los nuevos no entendían lo que había pasado, pero no les gustó cómo los veían los demás, así que se fueron a otro lugar.

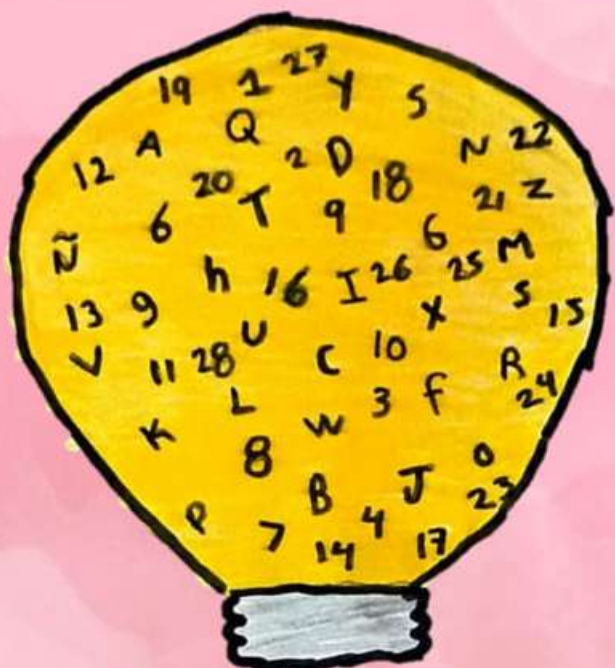
Me sentí aliviado, creí que nunca acabaría eso, me prestaron una pelota y jugué el resto del recreo con Carmen.

Cuando entramos al salón, el maestro Mauricio nos habló sobre la discriminación y las consecuencias que tiene en las personas, lo que llegan a pasar y lo que pierden por pasar por eso.

Como quien dice, nos enseñó lo que yo estaba pasando cuando me molestaban, el miedo que tenía hasta de ir a la escuela. Parece que eso sirvió de algo, porque Osmar, Salvador, Sebastián, Omar y Alexander se disculparon conmigo por ser groseros, incluso me invitaron a jugar con ellos al día siguiente. A lo mejor no nos hicimos amigos, pero me gustó que al menos supieran que no estaba bien lo que me hicieron.



# LIBERTAD EN LETRAS



## El trompo.

Por: Cristian Guzmán Hernández.

Mi nombre es Christian y tengo nueve años, hace algunos ayeres en mi casa me regalaron una bolsa llena de juguetes, en esa bolsa había un trompo y desde entonces juego con él, yo tenía cuatro años cuando empecé a practicar los trucos del trompo.

Un trompo es puntiagudo, cuando es nuevo puede ser peligroso porque su punta está filosa, puede cortarte y puedes lastimar a alguien. Regularmente la punta es de metal, el trompo puede ser de plástico o de madera, yo utilizo el de plástico, me acomodo mejor. Existen torneos y pueden participar tus amigos y amigas, a veces los trucos son difíciles pero lo importante es que te diviertas. Para girarlo necesitas enredarlo con su cuerda y lanzarlo con fuerza al piso, pero tienes que practicar porque no es sencillo que gire .

Existen diferentes trompos, mis favoritos son el Azteca y el Diamanton, pero existen varias marcas, como el Cobra, Diamante, Diamanton, Azteca, y el Rex. También hay de distintos tamaños: chico, mediano y grande, con los tres me siento cómodo para jugar.

Me gusta jugar mucho más con el trompo que con el yoyo porque el trompo es fabuloso, aunque todavía no sé quién inventó el trompo, y es algo que me gustaría saber.



# LAS LÁGRIMAS.

Por: Ximena Hernández Orozco.

Yo he escuchado que las lágrimas son una fuente de desahogo, que sirven para sanar las heridas.

Pero hay algunas personas que se sienten débiles cuando lo hacen y se las aguantan, hay algunas personas que les da pena llorar por miedo a que alguien vaya a burlarse o criticarlos.

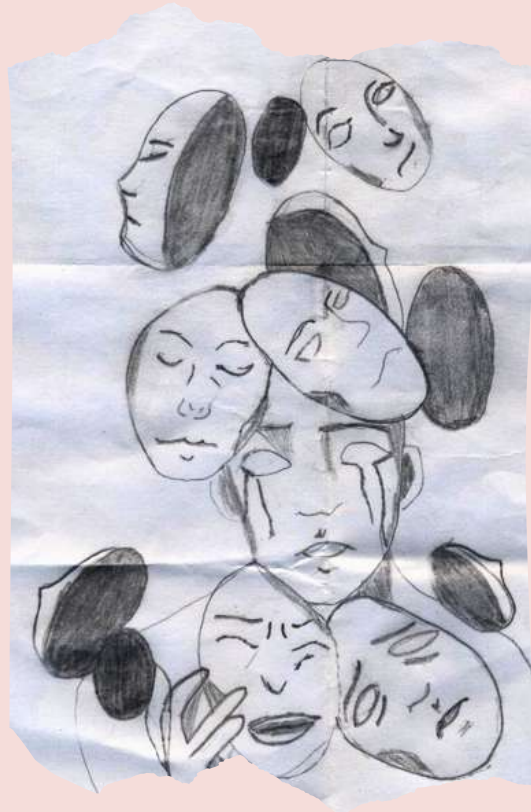
Hay algunas personas que lloran en silencio, dicen que son más fuertes y demuestran valor con su físico.

He escuchado que cuando uno llora, nunca llora por lo que llora, sino por todas las cosas que no lloró en su debido momento, no siempre la causa del llanto es lo que lo desencadena.

Creo que en ocasiones acumulamos angustia emocional, no lloro porque sí, tampoco porque soy débil o por lo que sea.

Llorar sana, no es debilidad ni motivo de vergüenza, es una vía de descarga de experiencias intensas y difíciles de manejar.

Es aceptar tu dolor y reconocer lo que eres, es aprender a reconocer tus emociones conforme las vas experimentando.



## Mi primera vez conociendo el mar.

Por: Citlalli Sánchez Orozco.

Estimados lectores y lectoras, mi nombre es Citlalli Sánchez Orozco y hoy les platicaré sobre cómo fue mi primera experiencia al conocer el mar de Veracruz. Cuando fue el fin del ciclo escolar y llegaron las vacaciones, mi familia y yo pasamos siete horas en auto, desde Tetela, donde vive la familia de mi papá, hasta el mar.

Veracruz es como un pueblito que tiene demasiados restaurantes, hoteles, muchos cangrejos, conchitas, palmeras, hay demasiado calor y mucho aire fresco.

En mi opinión, lo que menos me gustó de Veracruz, es cuando hace demasiado calor, me mareaba mucho y me daba un poco de calentura, en el mar hay mucha basura porque la gente no la recoge, además es muy caro.

Lo que más me gustó es que la comida sabe muy rica. Cuando conocí el mar, me sentí rara y con miedo, cuando pisas la arena se baja poco a poco y sientes que te

puedes caer, poco a poco se me quitó el miedo y nos mojamos ¡pero el agua sabía mucho a sal!

Vimos el amanecer y el sol poco a poco fue subiendo, es rojo, se ve bonito... Les recomiendo que vayan a Veracruz con sus familiares. Además de estar lejos, te vas a divertir mucho y te vas a sorprender al conocer por primera vez el mar, lo vas a sentir un poco raro, pero poco a poco vas alejando el miedo. Levántate temprano para ver cómo va subiendo poco a poco el sol y va decorando su color.



## Te cuento el libro que leí y te invito a no decir mentiras.

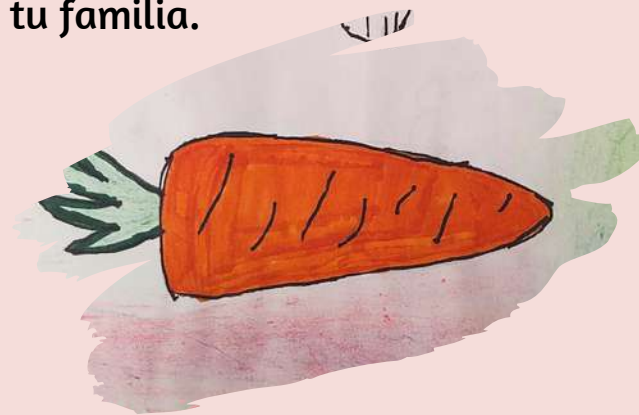
Por: Camila Zoe Mondragón Hernández.

En este ensayo les voy a hablar acerca de un libro que he leído varias veces, se llama “Malvado Conejito” y lo escribió Jeanne Willis y Tony Ross, en el 2009 en Londres; la autora que escribió este libro ya ha escrito otros como “La babosa cariñosa” y “Un día en la escuela”, todos los libros que ha escrito son cuentos para niños y niñas, por eso me gusta mucho.

Elegí este libro porque me gustó mucho la historia del conejito la primera vez que la escuché, recuerdo que fue en una charla literaria en las sesiones educativas en ednica, la educadora nos leyó el libro a todos mis compañeros y compañeras nos gustó, creo que es muy divertido y entretenido, por esa razón decidí leerlo una vez más.

Les contaré un poco acerca del libro, es la historia de un conejito que inventó una gran mentira a su mamá y papá, porque tenía miedo de que vieran un reporte que le habían puesto y lo regañaran.

Al terminar de leer la historia aprendí que a veces lo que lees puede no ser cierto, porque cuando leí el libro creí que el conejo realmente era malvado, pero resultó ser todo una mentirilla, también aprendí a no hacer cosas que los demás te digan que hagas, porque en el libro el conejo se juntaba con una pandilla que hacía cosas malas, por ejemplo amenazaban a los ratones, hacían cosas asquerosas y le ponían pruebas muy raras al conejito para que pudiera ser parte de la pandilla y esas pruebas muchas veces se trataban de molestar a otros animales o ponía en peligro la vida del conejito, por último aprendí que hay que tener confianza en tus papás y no decir mentiras porque puedes preocupar a tu familia.



Cuando leía el libro recordé una vez que me sentí igual que el conejito malvado, porque saqué una mala calificación en la materia de inglés y tenía miedo de decirle a mi mamá. No quería que se enterara y decidí esconder el cuaderno de inglés y un día lo encontró mi mamá y en vez de regañarme me dijo que no pasaba nada, que si me esforzaba me iba ir mejor en mis calificaciones, creo que si hubiera leído el libro del “Malvado conejito” antes de que eso pasara, sí le hubiera enseñado a mi mamá mi calificación y no hubiera escondido mi cuaderno, porque entendí que es importante que confíe en mi mamá y que si le explico las cosas me puede entender y dar un buen consejo, creo que todos los niños y niñas deberían hablar con sus mamás o papás de lo que les pasa en la escuela.

En general este libro me gustó mucho, porque el conejo se inventó una gran historia y les hizo creer a todos que era muy malo cuando en realidad sólo estaba asustado por su reporte que le pusieron, lo que más me gustó fue cuando descubrí que

todo era una mentira y me dio mucha risa. Lo único que cambiaría es que el conejito no se escapara de su casa porque preocupó mucho a sus papás.

Me gustaría que otros niños y niñas leyeran este libro para que entendieran que no es correcto decir mentiras y que puedes confiar siempre en tus papás; especialmente les recomendaría que leyeran este libro a mis compañeros y compañeras de los otros centros comunitarios de ednica.

A quien este leyendo mi ensayo: los y las invito a que lean el libro de “El malvado conejito”, no se van a arrepentir.



## La importancia de la amistad.

Por: Román Pérez Martínez.

En este ensayo les voy a hablar del libro “No necesito amigos” de Carolin Crim de Barcelona España.

Elegí leer este libro porque me pareció muy bonito y tenía muy bonitas ilustraciones en la portada y contraportada, antes de leerlo mi primera impresión fue de sorpresa, porque en la portada había un gran basurero y algunos animales, y pensé que iba a tratar de un perrito triste que habían abandonado en el basurero, pero en realidad trata de una rata que se queda sin su mejor amiga Zarigüeya y vive en un basurero. Un día llega a vivir ahí un perro muy amargado pero ambos están muy solos y se sienten tristes por no tener amigos aunque no lo acepten.

Mi primer aprendizaje que tuve leyendo el libro fue que la amistad es muy valiosa y que aunque a veces pensemos que no necesitamos a nadie siempre es bueno tener un amigo o amiga que nos apoye,

para mí la amistad es muy importante y significa ser amoroso, respetuoso y apoyar a mi amigo o amiga, también es pasar momentos divertidos y alegres, el libro me hizo pensar mucho en mis amigos y amigas; también reflexioné que es muy importante alimentarse bien, porque en el libro el perro y la rata no tenían qué comer y siempre estaban buscando entre la basura algo que comer y por eso el perro se enfermó y se puso muy débil y triste, hasta que pudo comer bien, gracias a la rata que le invitó de su comida y así se sintió mejor, entonces creo que es importante tener una buena alimentación para estar saludable.

Este libro me hizo sentir triste porque la Zarigüeya abandonó a su amiga y me identifiqué porque yo también he perdido amigos, me hizo pensar en los amigos que dejaré de ver cuando salga de la escuela, pero también el libro me

hizo pensar que no porque no veas a tus amigos diario o se vayan a otro lado tienen que dejar de ser tus amigos, los puedes seguir buscando y hablar de vez en cuando. En el libro la Zarigüeya se fue del basurero y ya nunca buscó a su amiga Rata, yo creo que la amistad puede seguir aunque no estés con tu amigo o amiga siempre.

Le recomendaría a todos y a todas que lean el libro porque es muy bonito, te puede hacer sentir muchas emociones.



## El conejo Teo.

Por: Vania Reyes Ramírez.

Quiero contarles sobre el libro que leí se llama “Teo, el conejo que llevaba gafas” y lo escribió Cara Carmina en Barcelona España. Lo elegí porque me causó mucha curiosidad la portada, antes de empezar a leerlo creí que se iba a tratar de un conejo que tenía muchos amigos porque era muy inteligente y todos se querían juntar con él, pero en realidad se trataba de un conejo que lo molestaban mucho porque era muy inteligente y usaba gafas.

Del libro aprendí que no hay que burlarse de las personas por su apariencia, reflexioné que la escuela es muy importante porque además de ir a aprender y estudiar, puedes aprender a socializar, era algo que a Teo le costaba mucho trabajo, ya que sus compañeros y compañeras se burlaban de él porque tenía gafas, pero afortunadamente logró hacer una amiga que se llamaba Paulina y eso lo motivó a seguir yendo a la escuela.

También aprendí que no hay que sentir vergüenza por las cosas que nos gustan, por ejemplo, al final del libro, Teo demostró a todo su salón que le gustaba el origami y les regaló una grulla de papel y eso hizo que se volvieran sus amigos y amigas.

Creo que Teo le regaló a todo el salón las grullas de origami porque se sintió motivado por su amiga Paulina y se le quitó el miedo y ya no le importó lo que pensarán los demás y fue algo muy bueno porque no guardó rencor a sus compañeros y compañeras y decidió arreglar las cosas siendo amable y teniendo un buen gesto, así se deberían solucionar los problemas siempre, siendo gentil.



Mientras leía el libro tuve muchas emociones, primero me sentí triste por Teo, porque lo trataban mal y no tenía amigos, después me sentí feliz cuando Paulina fue su amiga porque lo ayudaba a no sentirse solo y me sentí muy emocionada cuando todo el salón le pidió disculpas a Teo y todos y todas querían ser sus amigas.

Por último me gustaría recomendar el libro a muchos niños, niñas y también a los adultos, pero en especial se los recomendaría a todos los niños y niñas que molestan a otros para que entiendan que podrían ser más amables y no molestar a nadie.



## La comida chatarra.

Por: Jorge Ortega Sánchez.

Existe gran variedad de comida chatarra que todos los niños y niñas alguna vez hemos comido, como los cheetos , pizza, papas, helados, malteadas, y muchas más, el sabor de mucha de esta comida es muy rico, ya que tiene una gran variedad de sabores, como dulces, salados, picositos y más. Por ejemplo, una de mis comidas favoritas son los hot dogs, sin duda este tipo de comidas tiene un gran sabor, pero también nos han dicho que no debemos de consumir tanta comida chatarra ya que nos podría perjudicar nuestra salud, por eso yo me pregunto ¿por qué nos dicen que no es saludable?, he escuchado que alguna de esta comida tiene mucha azúcar, pero también tengo dudas sobre ¿de qué más está hecha?, ¿por qué es que alguna te provoca subir de peso?

El otro día, buscando cuáles eran los ingredientes de los famosos *cheetos* que todos y todas hemos comido me salieron unos ingredientes que no conocía o nombres extraños,

así que me di a la tarea de buscar qué eran, por ejemplo uno de los que me salió fue el glutamato, primero me pregunté de dónde se saca, pensé que quizás de un árbol, de una flor, o se cultivaba en huertos como las verduras, pero encontré que se obtiene a través del azúcar, por lo cual me hace pensar que es una de las razones por lo cual nos dicen que tienen mucho contenido en azúcar, el cual ¿sabías que es dañino para nuestra salud y dientes?

Otro de los ingredientes es la sal, ya que vi en un video que para darle sabor a estos cheetos le agregan mucha sal a la harina de maíz, y luego los meten a hornear con mucho aceite, es por eso que también en las etiquetas dicen que tienen exceso de grasas, y esas grasas no son buenas para nuestro cuerpo, pues provocan daños en nuestro corazón, si, a diario comemos mucha de estas frituras podemos subir de peso; algunas de estas papas que venden empaquetadas en las tiendas contienen picante, el cual si se

consume en exceso puede irritar el estómago, provocando dolor y enfermedades.

Como una de mis comidas favoritas son los hotdogs y el ingrediente principal son las salchichas, había escuchado varias historias de cómo se preparan las salchichas, pero también me puse a investigar de qué están hechas; lo que encontré fue que sus ingredientes son carne de res, carne de puerco y eso sí mucha sal, por lo cual tampoco es muy saludable que las comamos muy seguido.

El investigar sobre esto me hizo pensar que es importante para nuestra salud el que no debemos de comer tanta de esta comida, ya que en comparación de las frutas y verduras, éstos no nos dan vitaminas, minerales, proteínas, que es lo que nos ayuda a crecer, y nuestro cuerpo se nutre y puede combatir enfermedades, estar fuerte y saludable. Así que, por todo esto, es importante tener una alimentación sana y mejor evitar comer comida chatarra.



LEO, LEO

NUESTROS

DERECHOS

PAZ

DIGNIDAD

JUSTICIA



DERECHOS

PROSPERIDAD

## ¿Cómo irte rápido a la escuela sin que te asalten?

Por: Brayan Iván Sandoval Cruz

Yo me puedo mover cuando quiera y cuando pueda, es mi derecho moverme.

Pero si me quieren asaltar yo corro rápido, o me puedo ir en el taxi más veloz a la secundaria para que ya no me asalten.

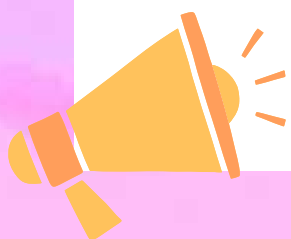
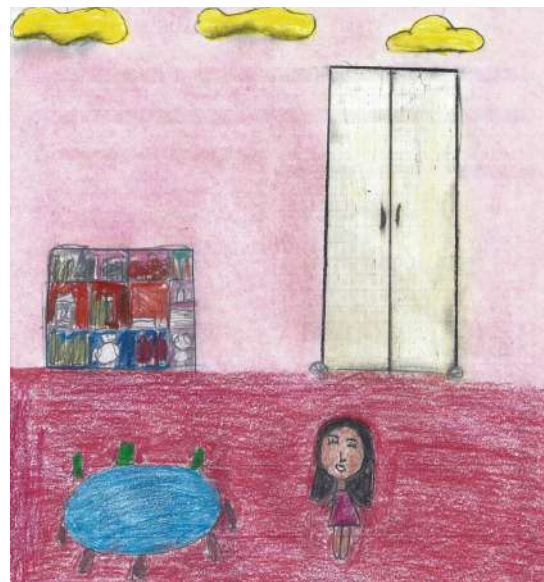
Y saliendo de la secundaria me voy rápido en el micro para llegar pronto a mi casa.



## El niño estudiando y la familia trabajando.

Por: Génesis Atena Ortega Sánchez

Día o noche  
niños trabajando en calle  
y sin ir a estudiar  
y no permiten  
su derecho a estudiar.



## El niño y los hombres que ayudan.

Por: Ezequiel Flores Del Monte.

lan tenía mucho miedo cuando llegaba a su casa, porque cuando llegaba lo golpeaba su padrastro.

Le pegaba y también le pegaba a su mamá. Y entonces unos hombres que pasaban por la calle vieron cuando lan salió de su casa y los hombres le preguntaron si todo estaba bien y él dijo que no.

Y los hombres le preguntaron -¿por qué no todo estaba bien? Y él respondió -porque mi padrastro me pegó y también le pegó a mi mamá-.

Entonces los hombres llamaron a la policía, y entonces arrestaron al señor y se lo llevaron a la cárcel por muchos meses. Y el niño y su mamá vivieron felices.

Todos y todas tenemos derecho a una vida libre de violencia. Es importante porque la violencia no es buena para nadie, y porque no es justo que se viva con miedo.

Fin.



## Derecho al descanso y esparcimiento.

Por: Leonel Isaac Sánchez Gutiérrez.

Un día fui a la escuela, un día normal pero mi maestra estaba enojada, yo creo, porque ya estaba estresada de que estábamos mis compañeros y yo hablando demasiado en el salón.

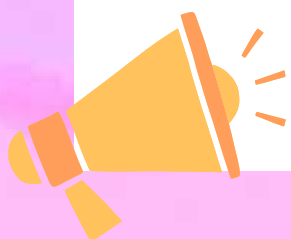
Como era la última clase antes de salir al receso nos regañó y nos dijo que no íbamos a salir al receso, yo le dije que todos y todas merecíamos tiempos de descanso libre. Luego la maestra nos dió permiso de salir al recreo.

Creo que este derecho es importante porque yo he visto que a unos amigos

no los dejan salir al receso y entonces no pueden comer ni jugar.

También pienso que es importante que todos los niños y las niñas sepan este derecho para que lo exijan cuando sea necesario.

Pero debemos reconocer que hay momento para todo, si queremos jugar y platicar debemos esperar el momento adecuado.



## El niño sin amigos.

Por: Raúl López Vaquero.

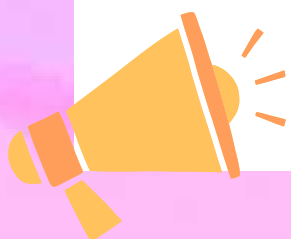
Matías era una persona sin amigos porque sus papás no lo dejaban juntarse con otras personas. Eran unos padres muy enojones y no querían que su hijo hiciera amigos.

Matías se sentía triste y molesto con ellos-. Entonces un día llegó a su escuela un niño nuevo que además quería juntarse con Matías. A Matías le caía bien el niño nuevo, que se llamaba José. José le preguntó - ¿quieres ser mi amigo? Matías le respondió -sí! En la escuela jugaron y hablaron mucho.

También se prestaron sus útiles y se pasaron la tarea. Cuando Matías le dijo a sus papás que tenía un nuevo amigo le dijeron que ya no podía hablar con él, y no le permitieron juntarse con él. Pero a Matías le caía muy bien José, y era un amigo verdadero.

Entonces desobedeció a sus padres, y en la escuela se siguió juntando con su amigo. Un día llegó a su casa y sus papás lo empezaron a regañar porque seguía juntándose con José.

Matías les dijo que era su derecho a tener amigos. Sus papás, sorprendidos, lo aceptaron aunque no les gustaba nada la idea de que su hijo tuviera amigos. Y José y Matías se volvieron mejores amigos para siempre.



## Derecho a la participación.

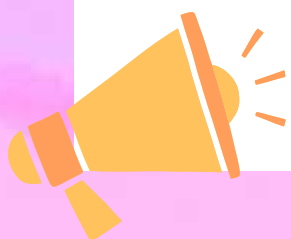
Por: Zeltcyn Cruz Petronilo.

En este derecho todas y todos podemos participar y expresar lo que pensamos de las cosas. Por ejemplo, yo he participado en dar mi opinión cuando fui a Veracruz.

Allá se hizo el encuentro de la red PIEA (que significa Red previniendo informando y evitando adicciones), ahí compartí mis ideas para prevenir, además de expresar mis sentimientos y mis reflexiones del tema.

En Veracruz explicamos lo de las drogas: los efectos que tienen en el cuerpo cuando se consumen, cómo podemos prevenir el consumo, cómo afectan a la sociedad y la comunidad.

La pasé muy bien, me divertí, y todo porque tenemos derecho a participar, sino no podríamos expresar nada.



## Ednica es ayuda.

Por: Ariadne Salamanca García.

Ana era una niña que le ayudaba a sus papás en su puesto. En realidad trabajaba, más que ayudarlos. Aparte de trabajar en el puesto de frutas y verduras, también iba a la escuela.

Cierto día tenía mucha tarea, le dejaron investigar sobre los pingüinos: qué comen, dónde viven, cuántos años viven, si están en peligro de extinción o no, y muchas cosas más. Pero Ana no tenía computadora ni internet en su casa ni en su escuela, lo que la hacía sentir triste y frustrada.

Ella tenía veinte pesos, y a la vuelta de la esquina de la calle en la que vivía había un café internet. Entonces fue allí a hacer su tarea y pagó con su dinero, pero seguía pensando que cuando tuviera otra tarea también tendría que usar dinero, que casi no tenía.

Entonces una señora que iba pasando le preguntó a Ana por qué estaba tan triste. Ana le dijo de su situación. Y la señora le preguntó -¿conoces un lugar que se llama ednica? Ana respondió - No, no sé qué sea.

Guadalupe (ése era en nombre de la señora), le dijo -Es un lugar donde puedes hacer tu tarea y no te cobran, además te pueden ayudar a hacerla, te prestan computadora si ocupas o libros, e internet.

También dan comida y hay actividades educativas para que aprendas otras cosas. Entonces Ana, fue a ednica, donde la recibieron muy bien.

Ahí pudo hacer todas sus tareas sin costo, además que cuando iba a ednica ya no estaba en la calle trabajando y Ana fue muy feliz.

Fin.



## Derecho a la educación.

Por: Ana Estrella Hernández Sánchez.

Había una vez una familia, en esa familia vivía una niña llamada Miriam.

La familia tenía poco dinero y no le alcanzaba para los estudios de Miriam.

Un día lograron conseguir dinero para que pudiera continuar con sus estudios.

Miriam contenta acompañó a sus padres a la escuela, cuando pasaron el director dijo que no podría entrar porque era una mujer; una maestra estaba cerca le dijo al director que todas las personas tienen derecho a la educación y el director aceptó.

Fin.



## Derecho de asociación y reunión.

Por: Alexandra Vianey Álvarez Muñoz.

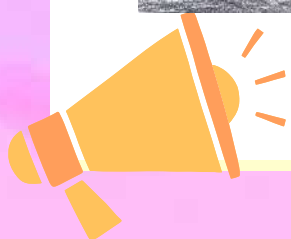
Hola, me llamo Vianey, estoy en el grupo de adolescentes en ednica Xochimilco.

A mí me gusta salir con mis amigos a dar vueltas, a nosotros nos gusta salir todos los sábados y los domingos.

Vamos al deportivo a jugar frontón y también a jugar fútbol y somos inseparables.

Creo que el derecho de asociación y reunión es importante para que tengamos derecho a salir con nuestros amigos.

Para mí, es importante salir con mis amigos porque cuando no salgo con ellos me pongo triste y me enoja.



## Lo que aprendí del libro “Paulina, la coneja sin cola”.

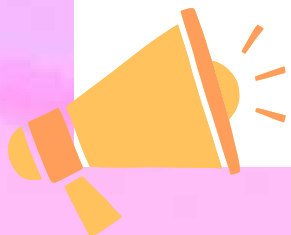
Por: Bryan de Jesús Reyes López.

Voy a escribir acerca de un libro que leí y que me gustó mucho, se llama “Paulina, la coneja sin cola”, lo escribió Cara Carmina en Barcelona, España. Esta autora también escribió otro libro que se llama “Teo el conejo que llevaba gafas”, que leímos en una sesión educativa de ednica y me gustó mucho y me pareció muy bonito. El libro de Paulina la coneja sin cola, lo elegí porque creí que iba a ser parecido al de Teo, además tiene muchos dibujos y me gustó mucho la portada pues es muy colorida.

El libro habla de una coneja que se llama Paulina y se burlan de ella en la escuela porque no tiene cola, ella siempre está muy nerviosa y una vez se cayó de la escalera y todos se rieron de ella, también se sentía muy triste porque no tenía amigos,

hasta que un día logró hacer un amigo que se llamaba Teo y ahora se sentía más feliz. Mi parte favorita del libro fue esa, cuando Paulina pudo hacer un amigo.

Al leer el libro me sentí triste por Paulina, porque sus compañeros y compañeras la discriminaban por no tener cola, porque era diferente a todas las y los demás conejos, nadie se quería juntar con ella, le hacían bromas y se reían de ella; dicen que la discriminación es cuando excluyen a alguien por cómo se ve o cómo se comporta, pero ser discriminado te puede hacer sentir triste y querer dejar de ir a la escuela, por eso creo que nadie debería ser discriminado o discriminada.

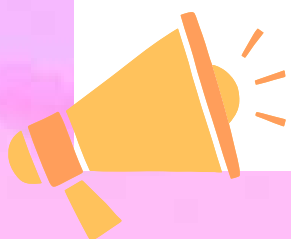


Aprendí que todos y todas somos diferentes, que hay que respetarnos, tratarnos bien sin importar cómo nos veamos físicamente, aunque nos gusten cosas diferentes o que pensemos distinto y recordar que uno de los derechos de los niños, niñas y adolescentes es el derecho “A la no discriminación”.

Por eso todos y todas deberíamos sentirnos seguros en la escuela y no tener miedo de que se vayan a burlar de nosotros por cómo nos vemos.

También de mi libro aprendí que hay que tener confianza en nuestros padres, en apoyar a tus compañeros y compañeras, a ser paciente y ser amable, si ves que alguien está solo o sola en la escuela y no tiene amigos, acercarse a platicar y hacerle compañía, tal vez después puedan hacerse grandes amigos o amigas.

Yo invitaría a todos y todas a que lean este libro para que entiendan por qué no es bueno burlarse de los y las demás.



## La oportunidad de ir a la escuela.

Por: Alejandro Hernández Orozco.

Había una vez una niña llamada María, su papá la trataba un poco mal, le decía “como eres mujer, tú tienes que hacer el aseo de la casa y también la comida”.

María, enojada, le dijo a su papá: Yo quiero ir a la escuela como mis hermanos.

Su papá, aún más enojado le respondió que no. María se fue a su cuarto.

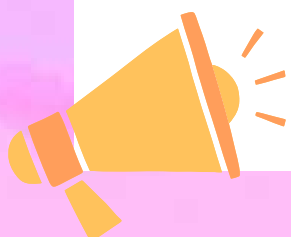
Cuando la mamá de María llegó del trabajo, vio que su hija no estaba ahí, así que fue a buscarla a su cuarto, entonces descubrió que estaba llorando.

¿Qué tienes? - le preguntó su mamá.

Quiero ir a la escuela, dijo María, su mamá la miró y se quedó callada.

Al día siguiente, María se despertó triste, sin saber que su mamá le había comprado sus útiles y uniforme ¡SORPRESA! - Le dijo su mamá. Desde ese día, María fue feliz, aprendió mucho más que sus hermanos, sacó diez en todas sus materias, tuvo un gran empleo y así vivió feliz por siempre.

Para mí, los derechos son muy útiles para mi vida y la de los demás.



# NO AL TRABAJO DE NIÑOS Y NIÑAS.

Por: Daniela Lizbeth Vega Sotero.

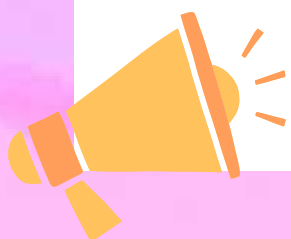
El derecho de las niñas y niños a ir a la escuela es importante para aprender cosas, tener amigos y saber qué estudiar en el futuro.

Mi mamá me contó que hay un instituto llamado DIF. Este lugar ayuda y apoya a las familias para que manden a sus hijos e hijas a la escuela. Pienso que las escuelas podrían mandar informes sobre niños y niñas que tengan bajo rendimiento en la escuela para que así puedan ayudarlos.

Para mí, el derecho a la educación es muy importante, porque abre muchas puertas, por ejemplo, a estudiar en la universidad y después tener un buen trabajo.

En ocasiones acompaño a mi mamá que trabaja en el mercado de Av. del Imán y ahí he visto que hay muchos niños y niñas trabajando, yo estoy en desacuerdo con eso porque pueden tener algún accidente, los pueden atropellar o incluso robarlos.

En ednica nos han hablado de los derechos que tenemos y que los niños y niñas en vez de estar trabajando, deben estar en una escuela recibiendo educación y aprendiendo cosas nuevas.





# **¡Hasta la próxima!**

**Hasta aquí llegamos, esperamos que mientras leían nuestros cuentos, poemas y ensayos se divirtieran. También esperamos que les hayan gustado porque se hicieron con trabajo y dedicación.**

**Esta es una pequeña parte de lo que trabajamos en ednica,, agradezco a todos quienes leyeron nuestros materiales y los invito a esperar el siguiente número. Muchas gracias.**



# **¡Adiós!**

# Créditos

**Agradecemos a los autores y autoras, su creatividad y valioso trabajo.**

## **Centro comunitario Ajusco**

1. Alejandro Hernández Orozco
2. Cristian Guzmán Hernández
3. Citlali Sánchez Orozco
4. Daniela Lizbeth Vega Sotero
5. Frida Shantal Vega Acevedo
6. Karla Aideleni Díaz Velázquez
7. Santiago Rodríguez Quinto
8. Melanny Ashley González Soto
9. Xareni Ríos Martínez
10. Ximena Hernández Orozco
11. Yaretzi Ríos Martínez

## **Centro comunitario Morelos**

1. Abril Sofía Mondragón Hernández
2. Bryan de Jesús Reyes López
3. Camila Zoé Mondragón Hernández
4. Kaori Nicol Reyes López
5. Miguel Ángel González Linares
6. Nataly Reyes López
7. Román Pérez Martínez
8. Sofía Reyes López
9. Vania Reyes Ramírez

## **Centro Comunitario Xochimilco**

1. Ana Estrella Hernández Sánchez
2. Alexa Vianey Álvarez Muñoz
3. Ángel David Juárez Ortega
4. Ángel Martín Del Monte Urrutia
5. Ángel Giovanni Trinidad Del Monte
6. Ariadne Sarey Bouchot López
7. Ariadne Salamanca García
8. Brayan Iván Sandoval Cruz
9. Cristian David Del Monte Flores
10. Dariel Manuel López Córdoba
11. Ezequiel Flores Del Monte
12. Génesis Atena Ortega Sánchez
13. Jorge Noe Ortega Sánchez
14. José Manuel Vázquez Rodríguez
15. Leonel Isaac Sánchez Gutiérrez
16. Melani Muñoz Reyes
17. Raúl López Vaquero
18. Yarumi Bacilo Díaz Hernández
19. Zeltcyn Cruz Petronilo

**Esta revista fue realizada por las niñas, niños y adolescentes que participan en las actividades de ednica, I.A.P., gracias al apoyo de Quiera, Fundación de la Asociación de Bancos de México A.C., Nacional Monte de Piedad, Wahaca LTD Schneider National de México, Liverpool y Fundación De La Salle México I.A.P..**

**¡Para que te inspires e imagines!**

