

Edición No 9 Abril 2016



Revista del Centro Comercial Unicentro Cúcuta. Circulación gratuita

ISSN 2500- 4611

# Unicentro Contigo

**Abril:**  
**emociones mil**





# COLECCIÓN **TARKA**



**{ #LookTOTTO }**  
NUEVA COLECCIÓN

**totto.com**

•EDITORIAL•

## POR QUÉ UNICENTRO?



Son muchas las razones que hacen de Unicentro el lugar preferido por los cucuteños para hacer sus compras, para tramitar sus diligencias, entretenerse con alguna presentación musical, divertir a sus niños, relajarse, hacer mercado, tertuliar con un buen café, ver una buena película, tener emociones en un gran casino, disfrutar de una buena comida y de un delicioso helado. Es que Unicentro lo tiene todo.

Sin duda alguna es el sitio ideal para que la familia pase allí toda una mañana o una tarde y buena parte de la noche. Pueden iniciar su recorrido simplemente apreciando la belleza de su arquitectura, con sus hermosas fuentes y sus generosos espacios para que camine a sus anchas observando vitrinas y bellos jardines de plantas exóticas. Unicentro es mucho más que ladrillos, aluminio y vidrio, su infraestructura está estrechamente relacionada con la naturaleza, por eso usted lo percibe como un inmenso recinto apasible lleno de amabilidad y encanto.

Ahora, si su hardware (arquitectura) es precioso, su software (el espíritu que lo anima) es realmente encantador. La sensación de tranquilidad y, especialmente, de seguridad que acá se experimenta no se vive en ningún otro centro comercial. Sus niños y adultos mayores son objeto de especial atención para nuestro sofisticado sistema de vigilancia con cámaras y personal altamente entrenado para prestar un servicio con los más elevados estándares de calidad y amabilidad.

Las marcas más reconocidas hacen muy activa presencia con lo mejor de sus novedades y sorprendiendo con buenas ofertas a nuestros visitantes. En Unicentro se consigue de todo para ellas, para ellos, para los chicos, cosas para el hogar como colchones y decoraciones; artículos para hacer deporte; allí consigue el mejor reloj y las mejores gafas de sol; bolsos y maletas, zapatos, telas, blusas y camisas y pantalones; celulares, computadores y accesorios; perfumes y cosméticos de renombre mundial, librerías y salones de belleza.

Una buena punta de anca, un ajíaco, unos fríjoles, un exquisito pollo broasted, una pizza, una hamburguesa o un filete de róbalo tienen mejor sabor allí que en cualquier otra parte, haga usted mismo la prueba. Y los helados y postres lo mismo, no hay nada igual. Todo es mejor en Unicentro, hasta los trámites bancarios son más ágiles y cómodos.

Unicentro, una excelente cultura organizacional al servicio de los cucuteños, un gran orgullo para la ciudad.

|   |    |
|---|----|
| Editorial .....                               | 3  |
| Perdiendo el tiempo .....                     | 4  |
| Salen por chatarra .....                      | 8  |
| ¿Cuál es su guerra?.....                      | 10 |
| No se trata de verse como un arco iris .....  | 12 |
| ¿Es ud resiliente?.....                       | 14 |
| Cucuteño bien enfocado.....                   | 16 |
| Un mundo seco .....                           | 18 |
| Uninoticias.....                              | 20 |
| Manual de clase.....                          | 22 |
| Así vivimos.....                              | 24 |
| Nada como nadar .....                         | 28 |
| Tendencias de color.....                      | 30 |
| ¿Qué gracias tienes?.....                     | 32 |
| ¿Universidad? la experiencia de tu vida ..... | 34 |
| ¿Liderazgo arte o disciplina? .....           | 36 |
| Club de Tuni.....                             | 38 |

## CRÉDITOS

**GERENTE**  
**C.C. UNICENTRO CÚCUTA**  
CARMEN ELISA ORTIZ C.

**ÁREA COMERCIAL**  
CARMEN E. ORTIZ  
TINA SANABRIA

**DIRECTOR**  
LUIS RAÚL LÓPEZ M.

**COLABORADORES EXTERNOS**  
AMÉRICA GUERRERO  
ZULAY NIÑO  
ZU CONTRERAS  
CARLOS SUÁREZ  
LUIS RAÚL LÓPEZ M.

**DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN**  
ANDRES GOMEZ

**FOTOGRAFÍA**  
UNICENTRO

**COLABORADORES INTERNOS**  
VIVIANA GALVIS

### Información Comercial:

coord.mercadeo@unicentrocucuta.com  
Cel: 318 2432251 - 312 5573859  
revista@unicentrocucuta.com  
Centro Comercial Unicentro  
Av. Libertadores, Canal Bogotá  
**Tel.:** 5818423 - 5818422



@unicentrocucuta



#unicentrocucuta

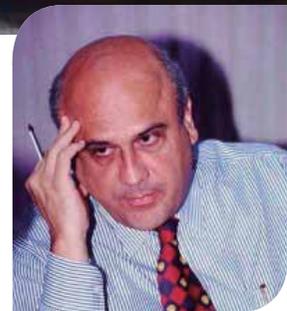


Unicentro Cúcuta

El Centro Comercial Unicentro Cúcuta no se hace responsable de las opiniones emitidas por los colaboradores y entrevistados en la Revista Unicentro Contigo. Igual su contenido no expresa necesariamente el pensamiento de la revista como empresa. La reproducción parcial o total de los artículos aquí presentados está prohibida sin previa autorización de la dirección de la revista o los autores. El contenido de los avisos publicitarios es responsabilidad exclusiva de los anunciantes.



# PERDIENDO EL TIEMPO



por:  
Luis Raúl López

**E**l desempleo es y debe ser la mayor preocupación de cualquier gobernante, bien sea este nacional, regional o municipal, a fin de cuentas su principal función no es hacer las cosas lo menos mal posible sino generar esperanza y despertar confianza y entusiasmo para estimular la inversión. Cuando la población está ocupada y obteniendo regularmente ingresos, tolera en mejor forma cualquier deficiencia administrativa de su mandatario.

Un buen alcalde debe tener bien definidos cuáles serán los ejes gruesos de su administración y entre ellos el principal, muy principal, debe ser la lucha contra el desempleo. Y debe serlo porque de él se derivan diversos males que afectan negativamente al desarrollo económico y social de la ciudad.

Del desempleo nace buena parte de la delincuencia de todo tipo; el desorden de las ventas ambulantes y estacionarias; la deserción escolar de muchos niños por no contar sus padres con los recursos necesarios; induce a la prostitución y al vicio a temprana

edad; causa desequilibrio en el sector salud por disminución de cotizantes y las crisis en el sector comercio por la baja demanda originada en la escasez de dinero en poder del público; el desempleo deprime los salarios al existir sobreoferta de mano de obra dispuesta a aceptar menor remuneración, a la vez que aparecen problemas de autoestima baja y estrés que terminan asociándose con irritabilidad y consumo mayor de alcohol o drogas.

Como se ve, el desempleo empobrece dramáticamente a una ciudad y es el origen de problemas mayores, por lo que debe ser atendido tanto con prontitud como con tino. Hay que comenzar por comprenderlo para darle el mejor manejo: el pleno empleo no existe en ninguna parte, siempre habrá alguna tasa de desempleo, en esto la ecuación perfecta no existe. En el mejor de los casos se presentará una baja tasa por lo que se conoce como empleo friccional, que es aquel que se da de manera temporal por rotaciones laborales o por los periodos de búsqueda de mejores alternativas.



• Industrias de más de 6000 operarios en Ciudad Juárez.



• Las mujeres son la mayor fuerza laboral en la industria fronteriza.

Cuando vemos tanta gente joven en las esquinas y calles haciendo malabares, vendiendo chucherías, saltimbanquis, limpiavidrios, cuidando carros con un palo o simplemente pidiendo “una colaboración”, entendemos que la cosa es más seria de lo que a primera vista parece. Es entonces cuando los gobernantes, apremiados por la dirigencia gremial, le piden ayuda al gobierno central por la vía de mayor inversión en obras públicas por su rápida capacidad de absorción de mano de obra cesante. Esto es lo que se conoce como una medida coyuntural porque resuelve parcial y temporalmente el problema – mientras se construye la obra -, pero el mal persiste y los presupuestos no alcanzan para estar financiando en forma permanente grandes obras que mantengan a la gente ocupada.

Lo que se requiere entonces son medidas estructurales que le den solución permanente y estable al problema. Tales medidas obedecen al sano criterio de que no es, ni debe ser, el gobierno el motor del empleo sino que tal papel lo hace mucho mejor el sector privado cuando trabaja en condiciones que lo incentiven a invertir, a crecer más, a ser rentable, a reinvertir utilidades y seguir creciendo, todo un círculo virtuoso.

Hace algo más de 20 años tuve la oportunidad de apreciar y estudiar en el terreno la forma como se desarrolló económicamente - con industria y servicios - la frontera norte de México. Me impresionó ver hermosas y enormes

plantas industriales con más de seis mil operarios (la gran mayoría mujeres) devengando salarios que triplican al que se devenga en el DF y el interior del país, y que en sus carteleras anunciaban que aun había muchas vacantes por llenar.

Cómo lo hicieron? Fue en 1965, en medio de una terrible crisis fronteriza (los americanos no volvieron a las poblaciones norteamericanas por un cambio en la legislación de divorcio y de consumo de alcohol) cuando a Jaime Bermúdez, líder gremial de Ciudad Juárez se le ocurrió investigar en qué condiciones invertirían las grandes corporaciones de USA en su ciudad. El resultado de su tarea lo motivó a plantearle una negociación al gobierno federal: la nación le daría a las empresas que se establecieran en la zona limítrofe exenciones tributarias, libertad para recibir capitales y transferir utilidades, y, lo más importante, un régimen laboral menos pesado que el nacional, en el que se pudiera contratar y despedir muy fácilmente y salario integral por horas efectivamente trabajadas. A cambio de ello la zona fronteriza le daría a todo México mucho empleo y muchos dólares por las exportaciones de lo allí producido, por la inversión directa para montar fábricas, por el pago de salarios y servicios, así como por la compra de gran cantidad de productos nacionales que incorporan a la producción.

Al año de haberse aprobado el PIF – Programa de Industrialización de la Frontera – se creó el primer parque in-

dustrial de Ciudad Juárez con 12 empresas que ocuparon 3.000 empleados. Ya en el año 2000 se contabilizaban 1.291.232 empleados directos en 3.590 empresas norteamericanas, japonesas, alemanas, coreanas, inglesas, francesas y canadienses. Es tanto el empleo generado y el desarrollo logrado – se da mucha transferencia de tecnologías – que la franja inicialmente aprobada de 40 kms debió ser ampliada para atender las solicitudes de otras poblaciones mexicanas que clamaban por estos beneficios. Fue así como luego entraron diez ciudades más de los estados fronterizos (Tamaulipas, Baja California, Sonora, Chihuahua y Coahuila).

Las industrias desarrolladas tienen todo estandarizado, con ello saben que un trabajador con habilidades promedio puede realizar cierta cantidad de operaciones por hora, con lo que si está por debajo de ese promedio es despedido, si cumple se gana el salario establecido, y si excede es premiado con bonificaciones. Gracias a ello el nivel de vida en el norte triplica en todos los indicadores a los habitantes del sur de México.

Resulta por lo menos paradójico e indignante que desde hace veinte años Cúcuta cuente con el fundamento legal y constitucional necesario para hacer algo similar (Ley 191/95 Art.2), pero nunca nadie haya hecho nada para ponerlo a funcionar. Por eso seguimos dándoles centavos en las esquinas a quienes bien podrían estar devengando unos buenos pesos.

1-96

CASES  
COVERS



CASES  
COVERS

Cúcuta: C.C. Comercial Unicentro L. 1-96, Telf: 587 8524 • C.C. Comercial Ventura Plaza L.331, Telf: 575 6137  
Barrancabermeja: C.C. San Silvestre Local 1-28  
Bucaramanga: C.C. Cacique L. 2-45 - C.C. Megamall Local stand Cases and Covers primer piso  
C.C. La Florida stand Cases and Covers primer piso  
Bogotá D.C.: Próximamente C.C. Plaza central



**SAMSUNG**  
**Galaxy Tab S2**

**SAMSUNG**  
**Galaxy S7**



***BOSE***  
**SOUNDLINK II**

Distribuidor exclusivo



# SALEN POR CHATARRA



Es tan vertiginoso el ritmo al que se mueve el desarrollo de nuevas tecnologías y nuevos materiales, que lo que hoy se anuncia como la gran novedad en aparatos electrónicos (hardware) y en programas operativos (software) resulta obsoleto al poco tiempo. Los productos parecieran venir con fecha de caducidad, como los alimentos perecederos, y entre más avances tecnológicos hay más corta se vuelve la vida útil de lo que compramos.

Fue el caso del Betamax, que nació como el gran invento en 1975 y un par de años más tarde empezó a perder una feroz lucha con el recién llegado VHS. Luego de casi tres décadas desaparecen ambos reproductores de cintas de video para dar paso al promisorio DVD, el cual, a su vez, antes de llegar a los 15 años de edad pierde la batalla con el Blu Ray, que habrá de tener una vida muy efímera gracias al streaming. Cada vez se acorta más y más la vigencia de un nuevo invento y todo parece orientarse a la desaparición de los aparatos físicos en favor de la virtualidad.

Es larga la lista de artefactos electrónicos que cada año caducan en el mercado y son reemplazados por las novedades tecnológicas del momento. Ahora usamos menos las impresoras, por ejemplo, porque nos resulta más práctico leer en la pantalla y almacenar en la nube que en un arcaico archivador metálico con carpetas de cartulina. Lo mismo pasa con el teclado y el mouse de los computadores gracias a las pantallas táctiles y a los comandos de reconocimiento de voz. Igual cosa comienza a suceder con el disco duro porque ahora la tendencia es a guardar nuestra colección de música en Spotify, las fotos en Flickr y los documentos personales en Google Drive.

Las cámaras fotográficas serán pronto para uso exclusivo de los profesionales en este arte, pues los celulares cada vez lo hacen mejor. Y no solamente toman buenas fotos: pronto reemplazarán a los plásticos de las

tarjetas de crédito y hasta el dinero en efectivo!! En adelante bastará acercar el teléfono a un lector con tecnología NFC y pagar cualquier cosa que compre.

Mueren también el teléfono fijo y el móvil tradicional ante el smartphone. Los controles remotos de los televisores, aires acondicionados, equipos de sonido, garajes y hasta los interruptores de luz de nuestras casas ya son gobernados por el teléfono inteligente.

Pasan a mejor vida las llaves de los autos – ahora abren y prenden por reconocimiento de voz -, los accesorios como GPS vienen ya incorporados y los cables de conexión a un módem ya son cosas del pasado. Tampoco tendremos que preocuparnos si extraviamos una

memoria USB, de hecho no las veremos más gracias al almacenamiento en la nube. Varios otros aparatos o artefactos hacen cola para despedirse del mercado, como los lentes para ver películas en 3D. Pronto comenzará a ser estresante mantenerse actualizado en este mundo tan cambiante.

Pero con todo lo atractivo que esto pueda parecer, será mejor que la investigación y desarrollo de nuevos productos se oriente ahora a resolver los temas más apremiantes para el ser humano en este tiempo y en el futuro inmediato, como lo son la escasez de agua y la generación de energía a partir de fuentes limpias. Esto resulta de mucha mayor utilidad que algún nuevo juguete electrónico.



**1956**

**Era de cintas magnetofónicas**



**1978**

**Era láser**



**1995**

**Nube: era de la virtualidad**



Venga  
y encuentre  
los mejores  
proyectos de  
de la región  
en un solo lugar

Segunda  
**Vitrina**  
INMOBILIARIA  
**2016**

Conozca los beneficios  
que ofrece el  
gobierno para obtener  
su casa propia

**9 y 10**  
**de Abril**  
Centro Comercial Unicentro



**MAYORES INFORMES**

Calle 17A No. 1E-33 Caobos Tel.: 589 1993 Cel.:304 336 7623  
comercial@camacolcucuta.co www.camacolcucuta.co

## •Mercadeo•

**H**ace ya décadas Michael Porter nos dijo que la diferenciación y el precio eran los dos grandes pilares de la competitividad. La primera estrategia es la más apropiada, pero a la que más pereza le tenemos porque nos obliga a estudiarnos mucho por dentro y por fuera (a nosotros mismos y a la competencia). Entonces bajar precio resulta lo más fácil e inmediato, pero tenemos que cuidarnos de no construir relaciones con el cliente basados sólo en este factor (rebajas) porque quien viene a nosotros por precio, por precio se va. Entre otras cosas porque el mensaje que dejamos es que normalmente somos costosos, no valiosos.

Nunca se le vaya a ocurrir embarcarse en una guerra de precios, a menos que tenga una clara y contundente ventaja competitiva (liderazgo en costos). Ni aun teniéndola es aconsejable guerrear con precios, es mucho más inteligente definir muy bien su propuesta de valor y, sobre todo, saberla transmitir muy bien.

Esto último se hace a partir de la elaboración juiciosa del mapa perceptual de su empresa y de sus productos o servicios, es decir, averiguar cómo se encuentran en la mente del público su marca y lo que

ofrece frente a la competencia en los principales aspectos diferenciadores de cada uno.

La competencia debe enfrentarse según cual sea su posicionamiento en el mercado. Si usted es el líder en participación utilice siempre estrategias defensivas, siempre responda pronto a cualquier ataque, por leve que sea, con publicidad agresiva, con promociones especiales, con lo que pueda, según sea el caso.

Si el mapa perceptual lo ubica en el segundo lugar de preferencia en el mercado, su estrategia debe ser la de guerra ofensiva, ataque a cada rato, pero ataque con inteligencia. Imagine a su competidor (el líder) como a esos guerreros de la edad media que usaban pesadas armaduras de hierro y búsquele y encuéntrale la debilidad, hendidura o rajadura en su pesado vestido y dele por ahí, trate de atacar en un escenario estrecho donde no pueda moverse con facilidad (mercados segmentados, periféricos, de moda rápida, etc.).

En caso de que el mapa perceptual defina a su marca y sus productos como enanos en un mundo de gigantes, su estrategia competitiva debe ser como la de guerra de guerrillas: frecuentes ataques

**Las guerras de precios les hacen perder valor a las empresas.**



**¿CÓMO ES SU GUERRA?**

sorpresivos con gran creatividad publicitaria (y bajo presupuesto) que inviten a tener experiencias de veras novedosas. En esta posición el factor sorpresa al público es fundamental para tratar de hacerse a su propio nicho de mercado.

Ahora, si lo que pretende es ampliar su mercado hacia áreas aun no explotadas por su competencia, su estrategia no puede ser otra que la de guerra por los flancos, por los lados, jamás se vaya de frente contra los grandes porque ahí sí lo borran del mapa.

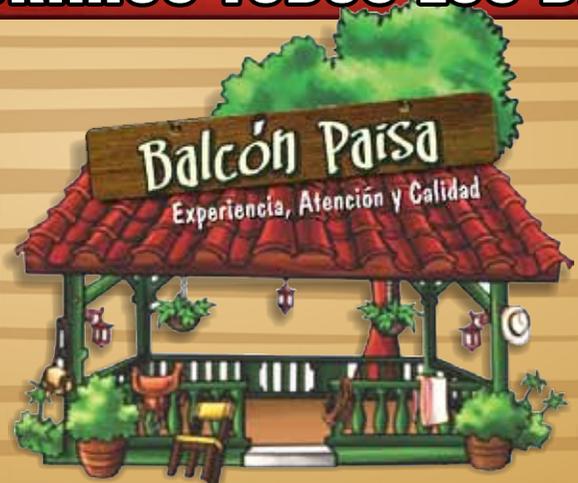
Por otra parte, es claro que en la cultura colombiana estás muy arraigada la costumbre de regatear, al punto de que para muchas, muchas personas, obtener un buen descuento a la hora de comprar es esencial para sentir que hicieron una buena negociación. Ante ese panorama usted debe haber previsto diferentes opciones para rebajar precios sin afectar el valor de su negocio. Todo es transacción en esta vida, de manera que usted debe, sin miedo, exigir algo a cambio de un buen descuento.

Así las cosas, puede, por ejemplo, exigir a cambio un pronto pago o pago en efectivo, con eso mejora su flujo de caja. También puede establecer como condición una venta cruzada (le doy descuento en el producto X a cambio de que también me compre producto Y); igual sirve como recompensa que nos suministre referidos, que nos permita hacer publicidad en algún medio suyo – si lo tiene - o que nos permita hacer una publicidad exhibiendo testimonios suyos como cliente nuestro.

Lo más común es exigir que nos compre mayor volumen de producto para darle un buen descuento – escalas de precios -, pero también aplica reducir nuestra oferta de producto (como en las concesionarias de vehículos, que ofrecen el full equipo y el básico). No importa cuál tipo de negociación establezca usted, lo importante es que siempre pida algo a cambio de un descuento.



# ABRIMOS TODOS LOS DIAS



## SHOW EN VIVO DE MARTES A DOMINGO

**5750244 - 321 221 6036**  
RESERVAS

**27** Años *de Experiencia,  
Atención y Calidad*



**Martes a Sábado**  
a partir de las **6:00 pm**  
**Domingos a la 1:00 pm**

Reservas  
**321 221 6036**  
**5775961**



# • No se trata de verse como un arco iris •

Zu Contreras | blogger | [stylemezu.com](http://stylemezu.com) | @stylemezu

Ver un determinado color puede cambiar la manera en que alguien se siente, así como su comportamiento. Los colores también afectan la presión sanguínea, los latidos del corazón y la respiración. Por ejemplo, restaurantes de comida rápida utilizan una gran cantidad de color naranja y amarillo en su comercialización debido a que estos colores ayudan a abrir el apetito. Y los suicidios disminuyeron 34%, cuando el puente Blackfriars de Londres fue pintado de verde después de haber sido negro (como su nombre lo dice "Los frailes negros"). Increíble pero cierto.



**VERDE:** Puede irse por el lado terrenal o por el lado de la salud, como también la naturaleza. Pero también puede ser asociado el éxito económico. Sí señoras y señores, dinero, dinero. Además las mujeres que visten de verde reflejan esperanza, paz, felicidad, calma, confianza, credibilidad y serenidad; pueden expresar cansancio de preocuparse por otros y no tener en quien apoyarse; la necesidad de paz y reorganización interior o de sanar heridas; si el uso del verde en la ropa es ocasional, puede indicar un estado de recuperación de fuerzas invertidas en un proyecto o de recarga de energías.

Al parecer hasta los conflictos internos tienen solución con el color de nuestra ropa, así que según nuestro estado de ánimo salgamos a cambiar el mundo. Bueno, en realidad tampoco como cambiar el mundo, pero sí nuestra actitud frente a él.



**AZUL MARINO:** Estas mujeres son más exigentes, quieren que les digan las cosas como son. Usan la nitidez del tono a su favor, y lo hacen de una manera intelectual. En caso de que lo anteriormente dicho sea confuso o no muy claro, entonces aquí voy con la explicación más criolla: esta mujer de Azul Marino es la intelectual del grupo, ella es la interesante, la inteligente (séalo o no).



**NARANJA:** Refleja entusiasmo, es un color lleno de energía, te ayuda a moverte y continuar. Esta mujer irradia luz y magia, sí señoras y señores, pura electricidad, es esa clase de mujer que entra al club y las demás la odian. Pero si eres la chica de naranja entonces debo decirte algo: Estas fuera de los estándares, tienes demasiado glamour, FELICITACIONES.

Es difícil vestir con **ROJO** o **NARANJA FUERTE** y no hacer lo que quieres. Estos son colores que reflejan liderazgo. Tú **NO PUEDES**, **NO PUEDES** y **NO PUEDES** vestir de rojo a menos que quieras llamar la atención de manera contundente y directa. Transmite acción, valor, firmeza y valentía. La mujer que todo lo puede, que no necesita a nadie para hacer sus cosas y que puede obtener lo que se le antoje.

**AZUL CLARO:** Paz y amor. Sí! simple como eso, no hay secretos ni procesos para este color, esta mujer es adorable, es sencilla, discreta tal vez (**NO TODAS**). Este color ayuda a incrementar la gentileza. **OJO CON ESO!** si pelearon con el novio y fue culpa de Uds. vístanse de azul claro, pero si pelearon con su novio y fue culpa de él, vístanse de azul marino!!!!



Es bastante complicado ponerse brava o disgustarse con alguien vestido de **ROSADO CLARO**. Es un color bastante noble que puede eliminar todo sentimiento de agresión o ira. Los hombres se sienten atraídos por su feminidad. Es decir, cuando sepan que están en problemas, el día que deban dar la cara, asegúrense de llevar puesto rosado claro, en especial si el problema fue en el trabajo.

# Metro

:) LA FELICIDAD DE AHORRAR

FOLLETO VÁLIDO DEL 30 DE MARZO AL 20 DE ABRIL DE 2016\*



**DE CRACKEN LA CUADRA  
A PROFESIONAL DE LA CANCHA**

EL TORNEO EN EL QUE TU EQUIPO  
PODRÁ GANAR HASTA  
**\$20.000.000**  
EN TARJETAS REGALO CENCOSUD

INSCRIBE A TU EQUIPO CON TU TIRILLA DE  
COMPRA IGUAL O SUPERIOR A \$100.000  
EN LAS MARCAS PARTICIPANTES +  
\$170.000 Y RECIBE:



8 UNIFORMES  
PARA TU EQUIPO



ARBITRAJE PARA  
TODOS LOS PARTIDOS

**Metro**

cencosud

**INSCRÍBETE EN LAS CATEGORÍAS MASCULINO Y FEMENINO  
DEL 30 DE MARZO AL 30 DE ABRIL DE 2016\***

Para mayor información ingresa a [www.tiendasmetro.co/copametro](http://www.tiendasmetro.co/copametro)

# ¿ES USTED

# RESILIENTE?



**D**esde hace varios años el término “resiliencia” ha venido ganando terreno en nuestro vocabulario funcional. Hace referencia a la capacidad que debemos tener para sobreponernos a las noqueadas de todo tipo que inevitablemente recibimos en esta vida.

Nadie está exento de sufrir un gran golpe económico por una mala decisión, por ser víctima de la delincuencia o de una tragedia natural. En la medida en que comprendamos que las cosas materiales son solo eso: cosas materiales, sabremos que como tales deben ser tratadas. Ellas fluyen, pasan de mano en mano, jamás se quedan con nosotros para siempre o nos acompañan a la otra vida (no existen caravanas fúnebres con trasteo).

Es claro que adquirir las cosas nos cuesta trabajo, esfuerzo y privaciones, pero si por desgracia las llegáramos a perder haríamos bien en considerar que se trata de que Dios pone a prueba nuestra capacidad de resiliencia, o sea nuestra capacidad de rehacer el esfuerzo, en la seguridad de que al lograrlo habremos obtenido algo de mucho mayor valor a lo que originalmente teníamos. Nótese que hay gran diferencia entre ser resiliente y ser conformista: el primero se levanta después del golpe y sigue en la lucha, mientras que el conformista se queda en la lona y escasamente se levanta para retirarse.

Pero si hay que ser resilientes con lo material, donde hay que serlo mucho más es en lo afectivo. No son pocos los casos que a diario vemos de suicidios, homicidios y violentas agresiones por cuenta de un amor mal concebido, por infidelidad, por desamor. Hombres y mujeres jóvenes se quitan la vida porque su pareja les abandona por irse con otra persona, sienten que su vida ha perdido todo sentido como si su real vocación o su predestinación divina fuera permanecer junto a alguien.

Este tipo de situaciones hay que manejarlas con buen sentido del humor, aunque entendemos que puede resultar fácil decirlo pero no vivirlo. Pero la verdad es que nadie sabe lo que gana cuando pierde una novia o novio. En primer lugar, un episodio de infidelidad no hace más que poner las cosas en su justo lugar: si su mujer se fue con otro significa que nunca fue suya, de manera que usted no le quitaron nada porque jamás la tuvo, y a uno no le pueden quitar lo que no tiene. Si luego de hacerse este razonamiento usted persiste en la idea de ahorcarse, su problema ya no es amoroso sino siquiátrico. Por lo demás, tenga usted la seguridad de que habrá de venir una nueva pareja y para entonces ya habrá capitalizado los errores de su experiencia anterior, con lo que podrá tener una relación mucho más agradable, más apasionada y más confiable.

Las penas por pérdida de un ser querido son bien dolorosas, y está bien que así sean. Los recuerdos de los momentos vividos con quien ahora nos dejan se nos agolpan y martillan el corazón diciéndonos que no volverán. Y si bien todos tenemos muy claro que nada hay más seguro que la muerte, cuando nos toca de cerca con algún familiar nos negamos a admitirlo, como queriendo tardíamente meternos en una gran burbuja que nos aisle de la naturaleza humana.

Lo manejaríamos mejor si lo asumiéramos como lo que realmente es: una separación temporal, que resulta cortísima en los términos en que se desenvuelve la eternidad. Quien se va simplemente se nos adelanta en el camino que conduce al puente que nos permite cruzar de la vida terrenal a la espiritual, el cual todos, sin excepción posible, habremos de atravesar tarde o temprano.

Está demostrado y comprobado que los pacientes de cáncer con más alto nivel de resiliencia son los que se salvan, echarse a morir no es una opción inteligente. Ante cualquier caída que tengamos en nuestro tránsito vital debemos acudir a nuestro espíritu resiliente para que nos ordene levantarnos. Como dice la conocida ranchera “Alma de Acero”, de Vicente Fernández: a veces me ando cayendo, y el orgullo me levanta!

# ¡AHORA TRIPLICA TU FELICIDAD!



# 3x1

## ECOPARQUE PARQUE DEL AGUA



**PAGAS  
UNA ENTRADA  
Y COMFANORTE  
TE SUBSIDIA DOS.**

## ¡ PORQUE LA DIVERSIÓN SE COMPARTE EN FAMILIA !

Válido para grupo familiar afiliado categoría A y B.  
Aplican condiciones y restricciones.

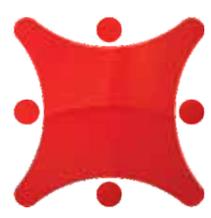
**MIÉRCOLES A DOMINGO Y FESTIVOS  
10:00 A.M. A 5:00 P.M.**

[www.comfanorte.com.co](http://www.comfanorte.com.co)

**MUNICIPIO  
LOS PATIOS KM 1  
ANTIGUO PARQUE  
RECREACIONAL**

Convenio de Asociación No. 005

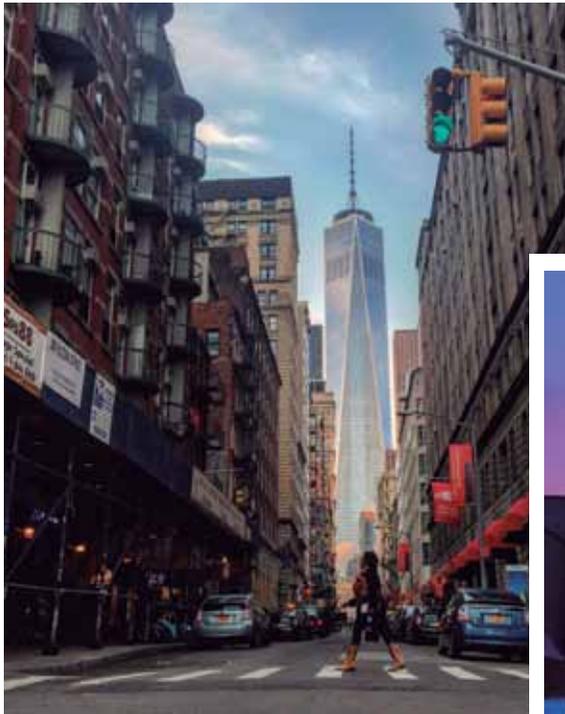
VIGILADO SuperSubsidio



# Comfanorte

Donde queremos estar





**L**uis Germán Gómez García-Herreros dará mucho de qué hablar en el mundo de la fotografía, será muy famoso. Él es cucuteño, profesional en Mercadeo & Publicidad y especialista en Gerencia y Asuntos Públicos, vive en los Estados Unidos desde el 2008 y hace 3 años en Nueva York, adonde viajó con la ilusión de explorar la constante búsqueda de equilibrio para vivir y trabajar en lo que lo llena como ser humano y artista: usar el arte como medio poderoso de expresión en un espacio particular.

**Unicentro Contigo.-** Cuál sueño se le ha cumplido en Nueva York?

**LGG.-** Ha sido algo increíble e inesperado, donde lo soñado se ha hecho realidad, una permanente validación de lo importante que es creer en los sueños. Después de descubrir la plataforma de arte global y comunitario Inside Out Project, creada por el artista francés JR, hago parte de su equipo artístico y apoyo a comunidades alrededor del mundo a través de la plataforma para que expresen sus ideas, necesidades y de esta forma generar tejido social.

**U.C. Siempre quiso ser fotógrafo?**

**LGG.-** Bueno, más que fotógrafo, siempre quise ser artista. Desde niño estuve relacionado con el arte en sus diferentes expresiones y explorándolo de diferentes maneras. Lo que observaba lo imaginaba en un lienzo, en una pintura. Gracias a la tecnología fui capturando eso que



LUIS GERMÁN GÓMEZ GARCÍA-HERREROS

# CUCUTEÑO BIEN ENFOCADO

observo y fui apropiándome de la fotografía como un medio súper importante de expresión de ideas, emociones, momentos, etc...

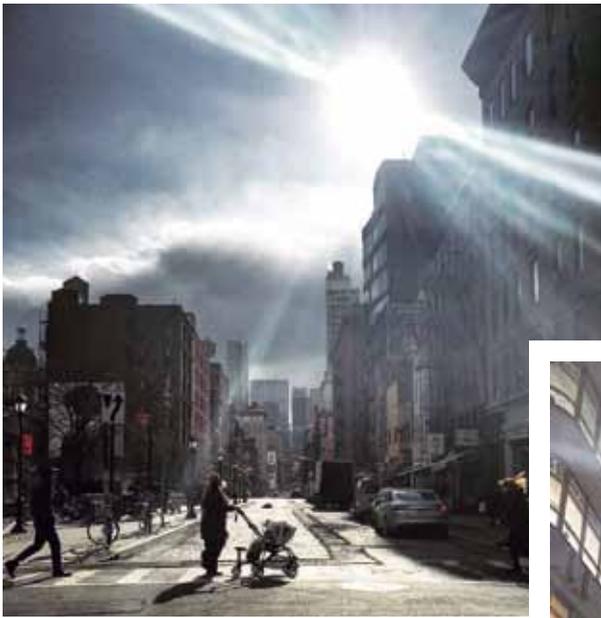
**U.C. Cuando fotografiamos personas capturamos expresiones que se dan en instantes irrepitibles, la clave está entonces en tener muy despierto el sentido de la oportunidad para disparar en el momento justo. ¿Cuál es el secreto para fotografiar cosas; paisajes?**

**LGG.-** Pienso que más allá de estar alerta al momento de oportunidad en mi caso es un ejercicio de atención

a mi entorno, a estar presente y a ser consciente de aquello que me rodea, es un sentido de conciencia con el entorno.

**U.C. El avance actual de la fotografía digital hace más meritorios a los fotógrafos de antes que a los de ahora?**

**LGG.-** Sin duda, la fotografía análoga y el fotógrafo profesional siempre tendrán un sentido especial, conocimiento y valoración particular en términos técnicos, así como de apreciación y manejo de luz, velocidad, etc. que son elementos fundamentales de su foto final. En mi caso, no soy fotógrafo



profesional, uso la fotografía como medio de expresión, donde mi proceso empieza en el momento de disparar y capturar lo que observo y lo intervengo haciendo uso de formas, texturas, colores y formatos que surgen de manera espontánea de acuerdo al contexto, mensajes, emociones que quiero transmitir en dicho momento.

**U.C. La magia del proceso del revelado era un momento muy excitante, cómo se ha remplazado?**

**LGG.-** Con seguridad sigue siendo excitante y mágico, a pesar del sinnúmero de posibilidades en términos de impresión, texturas e instalaciones que tiene la fotografía para intervenir espacios.

Para mí es fascinante la fuerza de expresión en términos de texturas, formatos y diferentes materiales de impresión que actualmente tenemos. Lo excitante de crear

sobre nuevos parámetros y alternativas para instalar una imagen y la fuerza de expresión que puede adquirir de acuerdo a los materiales utilizados y de la forma como intervenimos espacios públicos haciendo buen uso evolutivo de los pósters de Latrec y la cultura del graffiti y arte urbano, donde el arte se transforma en una expresión pública real y orgánica, saliendo de pequeños formatos y de espacios cerrados expuestos a públicos específicos para llevarlos a las calles para que el transeúnte interactúe con el arte en su entorno natural de manera espontánea

**U.C. No es nada fácil sobresalir en NY, adonde llegan tantos fotógrafos del mundo entero a**

**tratar de hacerse un lugar. Cómo lo ha hecho?**

**LGG.-** Hay que tener disciplina y mucho de terco en creer en tus sueños y a dónde se quiere llegar, del resto se encarga el universo. En este journey he logrado hacer parte de colaboraciones artísticas interviniendo NYC en diferentes medios, el Art Series del NYC Ballet, Walking New York del NY Times Magazine, el cortometraje ELLIS, dirigido por JR y protagonizado por Robert De Niro, Instalaciones de gran formato en espacios públicos en NYC y varias ciudades de USA, en AspenIDEAS, Mural Festival en Philadelphia, y apoyando comunidades alrededor del mundo para expresarse por medio de la plataforma Inside Out Project.

# UN MUNDO SECO



Cada vez se hacen más frecuentes los mensajes que la naturaleza nos envía para recordarnos la importancia de cuidar el agua por ser uno de los elementos esenciales para la vida. Pero es evidente que no los escuchamos, vivimos erróneamente convencidos de que agua es lo que hay de sobra en este planeta.

Basta mirar unos pocos números para tomarse en serio la amenaza de que algún día la humanidad muera de sed: solo el 2.5% del agua existente es dulce y de ella menos del 1% está al servicio del hombre para su consumo, el resto está en los casquetes polares, en la humedad de la tierra y en acuíferos subterráneos. En los últimos 50 años el consumo de agua se duplicó, mientras varios ríos y lagunas han desaparecido por el uso irracional del líquido.

Hace varios años se especula que alguna vez habrá una terrible guerra mundial por el agua, pero eso nos suena como a ciencia ficción. Sin embargo el asunto es tan serio que ha llegado a que varios gobiernos se cuestionen acerca de la gratuidad del agua para los desarrollos agrícolas, argumentándose que si bien es cierto que se destina a la producción de alimentos, también lo es que esa es una actividad rentable y por lo tanto el agua debe tener algún costo para los cultivadores.

Esto ha sido impensable por siglos por la abundancia que siempre hubo del líquido, pero ahora ha adquirido el estatus de "precioso" por la escasez que comienza a sentirse en buena parte del planeta. La verdad es que la ambición por el dinero de unos cuantos insensatos ha arruinado la calidad de vida de la mayoría de la población. Un claro ejemplo lo constituye la licencia ambiental que obtuvo la gran empresa carbonera de la Guajira para la ampliación de la explotación de carbón a cielo abierto y que implica la desviación de varias fuentes de agua, empezando por el Arroyo Bruno, y continuando con el represamiento del Río Palomino,

Cantidad de agua utilizada para producir una unidad

| •Producto•                        | •Litros• |
|-----------------------------------|----------|
| 1 rebanada de pan (30g)           | 40       |
| 1 papa (100g)                     | 25       |
| 1 manzana (100g)                  | 70       |
| 1 tomate (70g)                    | 13       |
| 1 huevo (40g)                     | 135      |
| 1 hamburguesa (150g)              | 2400     |
| 1 vaso de cerveza(250ml)          | 75       |
| 1 vaso de leche (200 ml)          | 200      |
| 1 taza de café (125 ml)           | 140      |
| 1 copa de vino (125ml)            | 120      |
| 1 vaso de jugo de naranja (200ml) | 170      |
| 1 par de zapatos (cuero)          | 8000     |
| 1 playera de algodón (500g)       | 4100     |
| 1 hoja de papel A4 (80g/m2)       | 10       |
| 1 microchip (2g)                  | 32       |

entre otras obras de infraestructura, para explotar 40 millones de toneladas de carbón. El gobierno aduce razones de conveniencia para el desarrollo económico, pero la cantidad de niños muertos por hambre y sed en La Guajira dicen otra cosa.

Los explotadores legales e

ilegales de oro se gastan casi 400.000 litros de agua por kilo del mineral, ... y el agua que no consumen la contaminan con mercurio. Pero eso es poco frente al daño causado con la explotación de petróleo con el método de fracking: para fracturar cada pozo se necesitan de 9.000 a 29.000 toneladas de agua. Una plataforma de 6 pozos necesita unos 54.000 a 174.000 millones de litros de agua en una sola fractura! Estas grandes cantidades de agua deben estar almacenadas cerca del pozo, ya que la operación de fractura de cada pozo dura entre 2 y 5 días y se tiene que tener el agua disponible. Lo más probable es que esta agua se transporte en camión o se haga captación directa de agua del propio entorno de la plataforma.

El agua allí utilizada queda contaminada con las sustancias químicas aplicadas en el fluido de fractura. Además contiene metales pesados, y sustancias radiactivas como radón, radio o uranio, que retornan a la superficie. Son miles de millones de litros de agua contaminada que habitualmente en EEUU lo que hacen es inyectarla en el subsuelo y cuando no es posible se pasan a plantas depuradoras de la zona que no suelen estar preparadas para ese tipo de contaminaciones. No es esto una tragedia?

El mejor negocio para las fábricas de gaseosas es vender agua embotellada, se estima que es un negocio que mueve casi un billón de dólares al año en el mundo ... y es mejor el agua del grifo la mayoría de las veces. Además, se consume muchísimos litros de agua en toda la cadena productiva para fabricar la botella plástica, que a su vez queda como elemento contaminante del planeta por décadas.

Será mejor que todos los terrícolas comencemos a proteger el agua, pues prácticamente todo lo que consumimos requiere de agua para su proceso de producción, desde una botella de vino (demanda 720 lts de agua) hasta un kilo de carne (15.500lts) o una hoja de papel (10lts). Son tantos los intereses en juego que bien valen una guerra mundial.

*Lo mejor del Este!*  
Casas desde \$159.500.000\*



**LANZAMIENTO**



VENDE

**VIVIENDAS Y VALORES S.A.®**

*Nuestra experiencia al servicio de sus sueños*



PBX: 588 80 02  316 528 89 11

Calle 11 N° 1E - 145 Cúcuta Centro de Negocios L 4

[www.viviendasyvalores.com.co](http://www.viviendasyvalores.com.co)

Costos adicionales al precio tales como: estudio de crédito, seguros, gastos notariales, impuestos de registro (boleta fiscal), derecho de registro, etc., se detallarán porcentualmente y de manera aproximada previamente a la realización del negocio. Las áreas ofrecidas pueden sufrir modificaciones como consecuencia directa de órdenes dadas por la curaduría o la alcaldía competente en la expedición de la licencia de construcción. Las imágenes son representaciones digitales del diseño junto con los inmuebles exhibidos pueden variar con respecto a su construcción final. Los datos publicados pueden variar sin previo aviso. Las zonas comunes se entregan conforme al avance constructivo del proyecto. Los artículos decorativos y muebles en estas representaciones no están incluidos dentro del valor del inmueble. El proyecto se desarrolla por etapas.

# UnicENTRO NOTICIAS #107

## 7 ABRIL- DIA DE LA SALUD:



Te invitamos a participar gratuitamente de exámenes de control como glucometría, tamizaje vascular, tensión arterial, optometría entre otros; con profesionales que entregarán recomendaciones para mantener un estilo de vida saludable

## 26 - 29 DE ABRIL DIA DE LA SECRETARIA



Porque ellas se merecen lo mejor. UNICENTRO te invita a celebrar el día de la súper secretaria, regalos sorpresa y más.

## DOMINGOS DE DIVERSIÓN



Con motivo del mes del niño los fines de semana serán más divertidos para ellos, con actividades lúdicas y variadas.

Domingo 6: Magia  
Domingo 13: Iniciativa Musical o Danza  
Domingo 27: Taller de Pintura

## 30 ABRIL DÍA DE LA NIÑEZ Y RECREACIÓN



Con el fin de estimular y resaltar el talento de los niños Unicentro trae un evento en el que niños y jóvenes podrán mostrar sus habilidades en baile, canto, artes entre otros. Premiando a los mejores en cada categoría.

## DEL 1 AL 30 DE ABRIL DÍA DEL IDIOMA

En el mes de abril los más pequeños serán los protagonistas; en el 1er CONCURSO DE CUENTO INFANTIL UNICENTRO. Pregunta en nuestro punto de información o a través de nuestras redes sociales las condiciones del concurso. ¡Participar es muy sencillo solo deja volar tu imaginación y gánate un espectacular premio!



## 9 - 16 DE ABRIL MINICHEF UNICENTRO

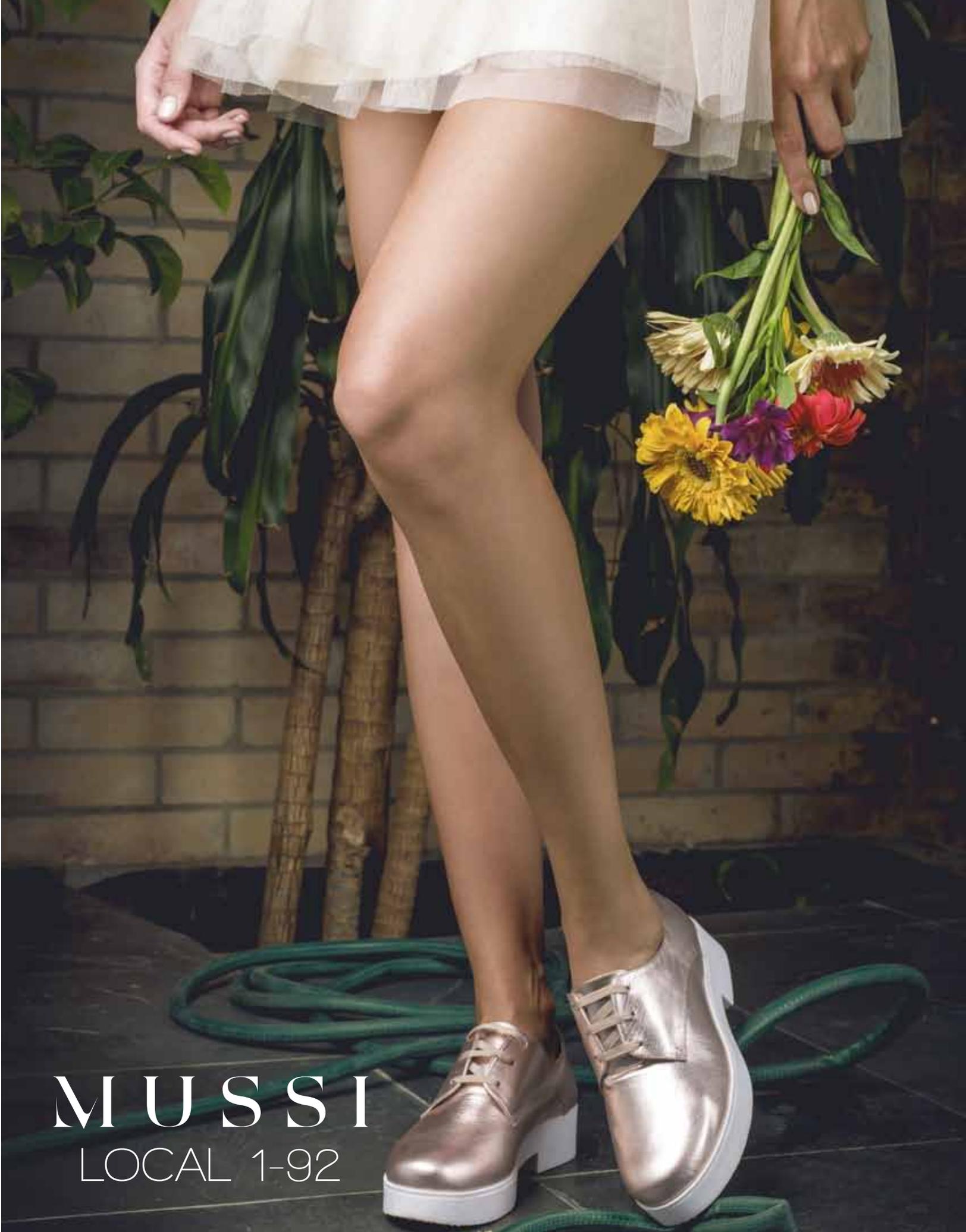
Los sábados serán distintos con los Unitalleres de cocina para niños, aprenderán a realizar de manera fácil y divertida diferentes platos. Se podrán inscribir en el punto de información con una compra mínima de \$20.000 de los locales de la plazoleta de comidas o terraza.



## 29 DÍA DEL ÁRBOL

"Respiremos Mejor" Por compras mayores a \$50.000 el centro comercial entregará una planta a nuestros clientes para que siembren en sus casas o jardines y así contribuir a mejorar el aire que respiramos.





MUSSI  
LOCAL 1-92

# Manual de clase



Contrario a lo que muchos creen, la expresión “tener clase” no se refiere a tener abolengos ni pertenecer a dinastías o castas sociales predominantes. No se trata de tener apellidos de gran renombre social ni blasones o escudos de armas de la familia. Mucho menos se trata de usar buena ropa, costosas joyas y perfumes, o andar en un carro de alta gama. Tener clase es un concepto mucho más sutil, es más bien cuestión de tener un sentido común muy desarrollado y evolucionado, cosa que sólo unos pocos lo logran y por eso, por ser tan escasos, son tan distinguidos.

Así unos bebés tengan cunas más elegantes que otros, lo cierto es que todos los seres humanos nacemos en igualdad de condiciones: con los mismos cinco sentidos. Lo que comienza a marcar diferencias y distancias entre nosotros es la forma en que vamos descubriendo y desarrollando nuevos sentidos, como el sentido del humor, el de la oportunidad, el del buen gusto, el de la prudencia, el de las buenas maneras, el de la decencia, el

de la elegancia y otros más que nos dan valor, prestancia y reconocimiento social.

Si bien Napoleón Bonaparte decía “mi aristocracia nació conmigo”, significando con ello que sin tener abolengos estaba gestando una nueva dinastía como emperador que era, lo cierto es que la base de la formación –la que se recibe en casa– es fundamental para forjar el carácter y la personalidad del individuo. No puede tener el mismo sentido del humor quien se crió en medio de la ordinariez, de palabras soeces y chistes vulgares, a quien lo hizo en un ambiente más refinado.

El sentido de la oportunidad es muy útil en la vida, es el que nos advierte cuando es el momento apropiado para proponer o pedir algo, evitándonos con ello un portazo laboral, amoroso o económico. A nadie con dos dedos de frente se le ocurre ir a la hora de la siesta a pedirle prestado dinero a un vecino, o que le sirva de fiador.

Por su parte el sentido del buen gusto es el que nos impide vestirnos de camisa a

rayas con pantalón a cuadros y combinar mal los colores de nuestro atuendo. Es el que a las mujeres gorditas les impide excederse en escotes o minifaldas, el que a los hombres nos hace abrochar la camisa a la altura de nuestro intelecto y no en el ombligo; el que no nos deja “engallar” el carro con cuanto colgandajo hay, o colocar en la radio del carro a alto volumen una canción norteña o un mal vallenato, convencidos de que estamos repartiendo alegría.

El sentido de la prudencia es el que nos permite gobernar nuestros impulsos, controlar la incontinencia verbal – esa que nos hace decir o contar cosas de las que luego nos arrepentimos –, dominar nuestros instintos y apetitos animales. La prudencia nos permite filtrar muy bien las palabras que salen de nuestra boca para asegurarnos de que no lleven impurezas, es la base fundamental para aplicar los famosos cuatro acuerdos de la sabiduría tolteca: 1. No supongas. 2. Honra tus palabras. 3. Haz siempre lo mejor. 4. No te tomes nada como personal.

A su vez, el sentido de las buenas maneras es el responsable de que seamos percibidos como personas amables y cultas, o como seres ordinarios y desagradables; es el sentido que nos hace aprender a comportarnos en la mesa - manejando muy bien los cubiertos -, a hablar sin vociferar, a reírnos sin estridencias. La risa es una de nuestras expresiones que más debemos educar.

Por su parte, el sentido de la elegancia debe llevarse al nivel de instinto, es el que nos hace tomar conciencia de nuestra figura para procurarnos la mejor presentación personal, el que nos evita esclavizarnos a la moda y nos reserva una excelente apariencia personal, independientemente de si somos flacos, gordos o bajitos.

A diferencia del sentido de la elegancia que nos hace vigilar nuestra buena presencia física, el sentido de la decencia se encarga de regular la estética de nuestro comportamiento, en particular de nuestra forma de expresarnos. Una persona vulgar en su vocabulario siempre se verá desclasada, así use las más costosas prendas, joyas y perfumes.

El concepto del roce social juega un papel bien importante porque tenerlo nos hace aprender del trato con personas de igual o mayor rango al nuestro. Un buen relacionamiento social es una escuela de aprendizaje de los elementos y conceptos atrás comentados, siempre y cuando alternemos con personas cultas y no simplemente dineradas: la clase no la venden en ninguna tienda. Muchas veces debemos lidiar con personas cuyo roce social pareciera limitarse solo al que reciben a bordo de una buseta en Cúcuta o en el Transmilenio en Bogotá.



A propósito, podrá argumentarse que este tema es relativo y depende de la idiosincrasia de cada región del país, lo cual es bastante discutible porque hay valores sociales universales, es decir, son transversales a todas las regiones y a todos los estratos. Tampoco es cuestión, como decíamos al inicio, de ser o no ser adinerado: todos, absolutamente todos podemos y debemos darnos valor. Pero lo cierto es que nada hay más difícil que ser bien educado y que ello debe ser tomado como una meta por los jóvenes por el valor agregado que les representa en todos los ámbitos.

Una cosa es ser una persona costosa, por lo que gasta tratando de superar sus deficiencias en buena educación, y otra muy distinta es una persona valiosa, esa a la que con la mayor naturalidad todo le queda bien, todo le luce. Ser bien educado socialmente es algo que cada bien lo determina, independientemente de si se creció en un medio bien educado o no. Abundan los casos de autodidactas sociales muy exitosos.



**Pollo a la brasa/broasted • Sopas  
• Pescados y Carnes • Comidas Rápidas**

**Centro Comercial Unicentro Local 1-106, Tel: 581 8318  
Av. 6 # 8-99, Tel: 571 6672 / Servicio a domicilio**

# • ASÍ VIVIMOS • MARZO

**SEMANA SANTA:** la semana mayor llegó al centro comercial con actividades culturales y religiosas que nos llevaron a vivir momentos de recogimiento espiritual y entretenimiento. Tuvimos Unipelícula para los niños y la familia, el coro de la Universidad Pontificia Bolivariana de Bucaramanga, función de títeres, transmisión del partido Colombia-Bolivia, la creación de la zona play para toda la familia, coros de la Fundación Batuta y, por supuesto, las eucaristías donde conmemoramos la pasión y muerte de Jesucristo. Una Semana Santa muy completa, porque Unicentro lo tiene todo.



**DÍA DE LOS AMIGOS:** Unicentro Cúcuta lo celebró con la ruleta ganadora, que premió con boletas a cine, entradas a Alaska, helados y otros obsequios a los grupos de amigos que disfrutaron de este día en nuestro centro comercial. Miles y miles de fotos se tomaron en nuestra cabina fotográfica "crazy photo", haciendo de esta una fecha más divertida.



**FERIA DEL MAR:** Este tradicional evento se llevó a cabo del 21 de marzo al 25 de marzo. Las marcas participantes ofertaron variados y deliciosos menús. Estas fueron La Mazorca, Los Arrieros, Londeros, Puerto Seguro, Zirus Pizza, Dimar, Subway y Dimar. Agrupaciones musicales nos llevaron a disfrutar de un entorno playero.



**UNICENTRO BUSCA LA CENICIENTA:** con este evento premiamos la fidelidad de ellas haciéndolas sentir como verdaderas princesas. Un príncipe buscó y encontró las princesas que participaron calzándose el zapato que les quedó correctamente y siendo las felices ganadoras de ese par de zapatos de las marcas participantes: Studio F, Bosi, Muzzi, Calzato, Ela, Bata, Regina Cueros, Planeta Store, Adriangela, Metro, Le Beau, Unideportes, Pat Primo y Evacol.



**DÍA DE LA MUJER:** el centro comercial Unicentro conmemoró el Día Internacional de la Mujer con la dinámica "mujeres a ganar" y el concierto para ellas con las agrupaciones ROMANZZA Y LOS JHONS. Una copa de champagne y un obsequio del centro comercial recibieron las asistentes.

**DIA DEL TRABAJO**  
en Villa Silvania

EL  
**CUENTA HUESOS**

Villa Silvania



Centro Recreacional

**ENTRADA 100% SUBSIDIADA PARA  
TRABAJADOR AFILIADO A COMFAORIENTE**

★ DJ  
MELISSA



- Tarifas especiales para beneficiarios
- Show musical en vivo

**Domingo 1 de mayo,**  
a partir de las 9 a.m.

VIGILADO SuperSubsidio



**COMFAORIENTE**  
*Sólo beneficios*





ESTAMOS CERTIFICADOS EN TRABAJO  
SEGURO EN ALTURAS

Limpieza técnica especializada en:

- Fachadas de vidrio,
- Fachadas lámina
- Fachadas granito
- Cristal de ascensores
- Lavado de carpas.

Impermeabilización de cubiertas y fachadas.

Mantenimiento y rehabilitación de fachadas.

Sitios confinados.

Pintura interior y exterior.

Levantamiento y traslado de publicidad, vallas.

Obras civiles.

Ing. Helber Simón Méndez Avendaño  
Gerente general

3142016718 - 316 5302033

hsmmultiservic@gmail.com

Hugo R. Segura Escobar  
Abogado

Ex juez de la República  
Unilibre - Unab

Derecho Penal - Responsabilidad Médica

Cll 10 No. 5-50 Of. 702

Cel: 320 2511848

Telefax: 5718978

Cúcuta, Colombia



### SERVICIOS

- Transporte de aeropuerto-hotel - nuevo servicio
- Desayuno Americano - Restaurante
- Almuerzo o Cena - nuevo servicio
- Coctel de Bienvenida - nuevo servicio
- Habitaciones con aire acondicionado
- Masaje de cortesía - nuevo servicio
- Internet Wifi
- Sala de Internet
- Turco, Piscina
- Sauna
- T.V. cable
- Parqueadero cubierto
- Cajillas de Seguridad
- Asistencia médica AME

"Somos el mejor hotel ubicado en el corazón de la ciudad de Cucuta"



Calle 8 No. 7-55 Centro

Tel: 5719202 Ext. 108 - 162

Cel. 304 377 2021

ATLANTIS PLAZA HOTEL CUCUTA

@atlantisplazahotel

@hotelatlantiscu

comercialatlantisplazahotel@gmail.com

reservasatlantisplazahotel@gmail.com



# ROYAL FILMS

*Compartiendo emociones*

¡Reserva tu  
película!



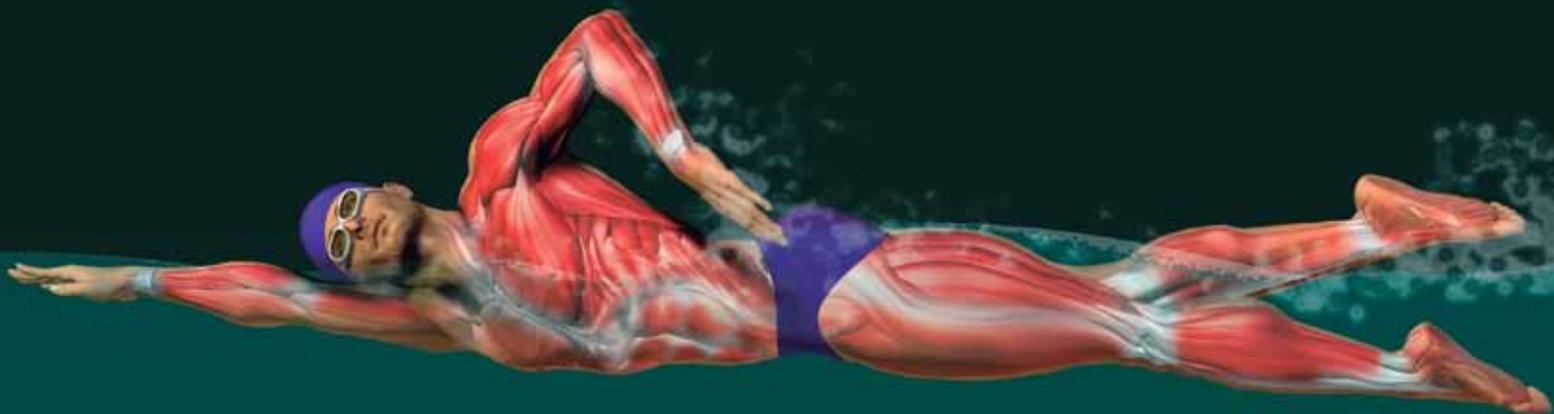
*Reservas*

**5943447**

CONSULTA CON TU ASESOR EL VALOR DE TU RESERVA\*

[www.royal-films.com](http://www.royal-films.com)





# NADA COMO NADAR

Por Carlos A. Suárez A.

El agua es la compañía más longeva de las especies vivientes, es necesaria para la conservación de la vida y ocupa las tres cuartas partes del planeta. Esta última consideración necesariamente nos lleva a concluir que debemos saber desplazarnos por el agua, es decir, es un argumento más que suficiente para que aprendamos a nadar.

Los números son marcas a la hora de hacer ejercicio. Una hora de trote a ritmo moderado ayuda a quemar unas cuatrocientas cincuenta calorías. Con treinta minutos de natación al mismo ritmo moderado, se quema la misma cantidad de calorías. La conclusión no necesita de matemáticas extraordinarias para entender que con la natación y en menos tiempo, se logra más. Y que ambas disciplinas son benéficas para el cuerpo humano.

Como practica humana la natación, que es el desplazamiento realizado a través del agua utilizando el cuerpo, para mantenerse a flote, apareció desde la prehistoria. Son más de setenta siglos con evi-

dencias documentadas en grabados que datan de la edad de piedra. Como deporte es parte de las disciplinas de los juegos olímpicos de la era moderna, desde la edición de la ciudad de Atenas en el año 1896.

En Cúcuta la natación los espera con los brazos abiertos, en un escenario de diez mil quinientos metros cúbicos distribuidos en tres piscinas reglamentarias.

Una alberca inmensa de dos metros y medio de profundidad, con su equipo de registro electrónico para la realización de pruebas, incluso de talla mundial, si así se requiere. En el centro del escenario una "piscina de afloje", utilizada para la puesta a tono de los músculos previo a las pruebas, y para la práctica de las escuelas de la ciudad. Finalmente el foso de clavados de seis metros de profundidad, también utilizado para la práctica del polo acuático.

Manuel Romero, presidente de la Liga Nortesantandereana de Natación explica

que se ofrecen cursos a bajos costos y con horarios flexibles en nado sincronizado, clavados y polo acuático, con profesores certificados por la federación internacional de natación.

"Estamos cumpliendo con gran esfuerzo el objetivo de darle el uso y el mantenimiento adecuado para preservar el escenario" comenta.

Las responsabilidades crecen y la liga está a la altura de las circunstancias. Este año el escenario albergará tres campeonatos nacionales y espera la confirmación de uno más de carácter internacional.

El Doctor Luis Ochoa especialista en medicina deportiva se refiere a ese deporte como "Una de las disciplinas más completas, debido a que al practicarla, se ejercitan todos los músculos del cuerpo, fortaleciendo la espalda y mejorando el sistema cardiorrespiratorio. La resistencia que ejerce el cuerpo sobre el agua, produce un impacto altamente beneficioso para las articulaciones"



Los menores principalmente, experimentan una fascinación especial por la natación una vez empiezan a practicarla. Los estilos que hacen parte de esta disciplina son crawl (estilo libre), espalda, braza y mariposa. Actualmente hay ocho pruebas establecidas mundialmente para la competencia.

Quienes lo practican hacen referencia al estado físico y mental que exige este deporte para lograr vencer. Es una fase de exaltación y adrenalina que pocas disciplinas ofrecen, y que el deportista percibe como una doble competencia contra el rival y contra el agua.



Si busca una disciplina económica y de alto valor benéfico para el cuerpo puede explorar la natación. Si busca patrocinar la natación, el imponente escenario ofrece espacios visuales óptimos para promocionar empresas o marcas que deseen un buen vehículo publicitario.

Si busca razones como el ejercicio, el entrenamiento atlético, o la simple recreación, la natación es un afortunado descubrimiento que le espera sin importar su edad. El propósito lo traza quien empieza a practicarla, asegurando una manera óptima de relajarse mientras disfruta del llamado por algunos, como el ejercicio más completo.



**cortello**  
• S A L Ó N D E B E L L E Z A •

**C.C. UNICENTRO CÚCUTA, LOCAL 1-74**

**TEL: 579 3150 / CEL.310 8054293**



Por:  
**Zuly Niño**

## Tendencias de Color Primavera -Verano 2016

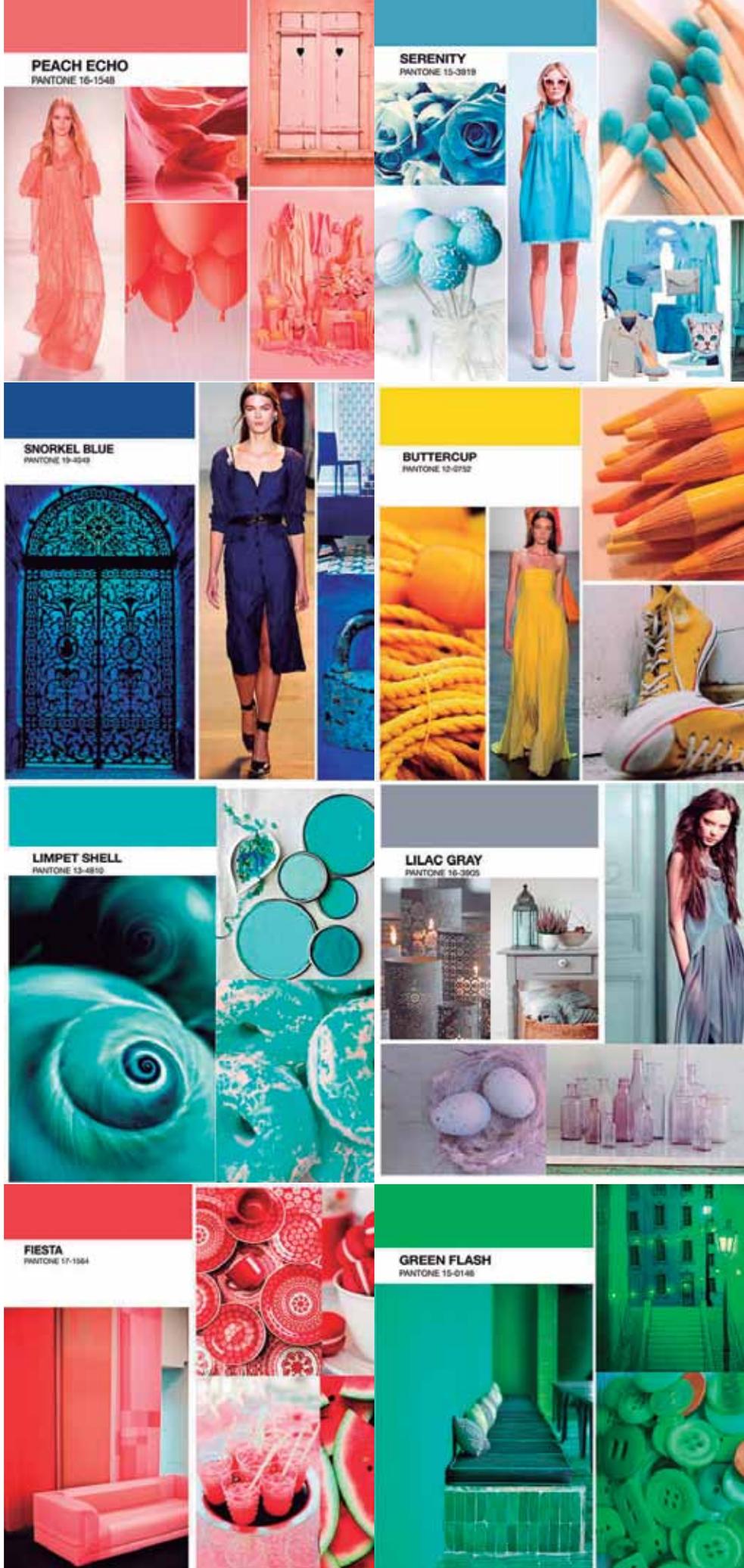
Luego de la Semana Internacional de la Moda de Nueva York, la empresa PANTONE, proveedora de los estándares en color en la industria del diseño, nos anunció los 10 colores que serán tendencia para esta temporada Primavera/Verano 2016 en moda hombre y mujer, donde resalta el color Rosa Cuarzo.

Este 2016 es un homenaje a la naturaleza, los colores nos transportan a paisajes más tranquilos y conscientes que invitan en primera lugar, a la relajación y después a la curiosidad y exploración así como a expresar la versión más divertida de nosotros.

El rosa cuarzo lidera la paleta cromática que no debe faltar en su closet, y nos reafirma que los colores pastel como este, Serenity, salmón/ melocotón, el verde agua y azul bebé llegaron para quedarse una buena temporada.

Un tono al que le sigue otro de los elegidos por Pantone, es el gris perla sin dejar la fuerza de colores como el rojo fiesta, mostaza, naranja o el azul navy.

Les recuerdo: no todos los colores nos favorecen, dependiendo de nuestro tono de piel y color de pelo podremos usar los que mejor nos favorecen, acompañados de los mejores accesorios. Aquí les dejo un ejemplo de cómo usar los colores de la temporada, tanto de día como de noche, en su casa o sus accesorios.



**Colecciónalos**



Parque de Diversiones

**Más cerca de ti**

# BALONES EMOTICIONES

**Cargas**

**Añades**

**Te llevas**

|                |         |                           |
|----------------|---------|---------------------------|
| \$20.000       | \$4.000 | Balón y \$5.000 en bonos  |
| \$30.000       | \$4.000 | Balón y \$8.000 en bonos  |
| \$40.000       | \$4.000 | Balón y \$12.000 en bonos |
| \$50.000 ó más | \$4.000 | Balón y \$17.000 en bonos |

Precio balón sin recarga \$5.000

Campana aplica del 15 de marzo de 2016 y hasta agotar existencias en cada local. Son 25.000 unidades disponibles a nivel nacional. Se adquieren los balones de acuerdo a la mecánica de la campana.

**Fiestas infantiles**

**Colegios y Jardines**

**Eventos empresariales**

[www.happycity.com.co](http://www.happycity.com.co)



/parquehappycity



# QUÉ GRACIAS TIENES?

**I**ndependiente de lo buenas que puedan ser nuestras calidades profesionales o técnicas, o nuestras habilidades personales para desempeñar cualquier arte u oficio, el éxito siempre se asocia con nuestra capacidad de construir relaciones sociales de calidad, de interrelacionarnos efectivamente con los demás. A fin de cuentas es de ello que dependen en gran medida las oportunidades que todo tipo - laborales, comerciales, amorosas - que necesitamos en esta vida para progresar.

A tales virtudes de relacionamiento se les llamaban gracias. "fulanito tiene gracia para la música, o para el humor", se decía, y como sinónimo se usaba decir: tiene sal. O lo que es lo mismo, una persona con sal es alguien con gracia, o contrario es una persona desabrida. Tener al menos alguna gracia es fundamental para destacarse so-

cialmente. Tener sal o gracia se asocia con ser alegre, y las personas alegres atraen.

Antes de la revolución de género y que la mujer conquistara el mundo, como lo ha hecho, existía una clara diferenciación entre las habilidades sociales que se esperaban del macho y las de las féminas. No fueron pocas las que tomaron clases de ballet y piano, porque se consideraban virtudes esenciales para adornar a las muchachas. Hoy día, ellas y ellos tienen en común gracias sin diferenciación de género que les resultan bien útiles a la hora de compartir en sociedad.

Algunas de ellas son, por ejemplo, saber juegos de salón, como el póker y 21. Tocar guitarra es una gracia universal que trae enormes dividendos, así como cantar, esto fácilmente lo coloca en el centro de atención de cualquier fiesta. Saber nadar bien no es sólo una gracia sino toda una necesidad, no podemos hacer el ridículo de permanecer aferrados a la orilla de la piscina o sentados en la playa por temor a ahogarnos.

Se da por descontado que todo el mundo debe saber bailar, y bailar bien, especialmente en estos países tropicales donde la mayoría de escenarios para interactuar socialmente se mueven al ritmo del baile. Esta gracia es bien, pero bien importante, especialmente en los hombres por la antigua asociación de ideas que existe entre el baile y el buen desempeño sexual.

Echar buenos chistes en forma graciosa es algo que le pone buena sal a cualquier persona, lo mismo que desarrollar la habilidad para conversar animadamente, en este punto conviene recordar que la clave es saber escuchar, y, en lo posible, alentar a las otras personas a que hablen. Esto, curiosamente, hace que seamos percibidos como buenos conversadores, así nos limitemos simplemente a escuchar. Un buen ejemplo de ello lo dejó en sus memorias el célebre seductor veneciano Giacomo Casanova, quien atribuía en gran parte su éxito con las mujeres a las ponía a hablar, estimulando la conversación con preguntas, "mientras simulaba prestarles atención".



IMPERMEABILIZACIONES

COLVEN LTDA.

- Impermeabilizaciones garantizadas a todo tipo de cubiertas, tanques de agua, teja shingle.
- Trabajos de pintura

CII. 10 No. 6AE - 21 La Riviera, Tel y Fax 5753000 Cel. 315 8864700 Cúcuta, Colombia  
e-mail: imcolven@hotmail.com



**ROAST BEEF**  
COMIDAS RÁPIDAS



**Almuerzos**

POR SOLO

EJECUTIVOS

**\$6.000**

*Sabor Casero!*

**SEGUNDO PISO  
AIRE ACONDICIONADO**

Av. 0 CALLE 18 ESQUINA  
DOMICILIO GRATIS: 5725705 - 5719408



**ROAST BEEF**  
COMIDAS RÁPIDAS

*Express*



**Almuerzos**

POR SOLO

EJECUTIVOS

**\$6.000**

*Sabor Casero!*

**Unicentro - Terreza Café**  
Tel: 5781899 Cel: 3202427341



por:  
América Guerrero

# ¿UNIVERSIDAD?

## La experiencia de tu vida

**D**esde que estamos pequeños somos bombardeados con la famosa pregunta: ¿Qué quieres ser cuando seas grande?, somos presionados por nuestra familia, nuestros maestros, nuestros compañeros y hasta por las amigas cincuentonas de nuestra madre.

Hay tres puntos o tres direcciones que suelen tenerse en cuenta cuando llega el gran momento de decidir qué carrera estudiar. Siempre encontrarás esa lista de profesiones soñadas que la sociedad se ha encargado de hacernos creer que son "las mejores" para cualquier ser humano, ya sea por la retribución económica y por el caché que te daría ser llamado Doctor o Ingeniero, si bien sería genial salvar vidas, evitar que inocentes vayan a prisión o construir casas para los más necesitados, todas estas cosas pueden ser tan solo una fantasía, somos dueños de nuestros actos y somos quienes decidimos que camino queremos que tome nuestra vida.

Otro punto o dirección viene de las cosas en las que somos buenos, por ejemplo, si tenemos buenas notas en matemática o física, la gente a nuestro alrededor suele aconsejarnos carreras en las cuales nuestras "habilidades" o "talentos" pueden ser más útiles, pero escucha bien, no permitas que ser un genio matemático amante de la ciencia te impida cumplir tu sueño de ser bailarín o el hecho de ser un deportista nato con dificultades para el estudio te impida convertirte en un historiador apasionado; lo que realmente debes tener en cuenta es LO

QUE QUIERES SER, lo que quieres aprender, el oficio que quieres desempeñar, y saber que no habrá camino fácil, que debes trazarte metas y que el esfuerzo que inviertas será recompensado. Los seres humanos no somos círculos o cuadrados, somos en realidad formas flexibles, que pueden definirse y redefinirse las veces que lo deseen.

Existen millones de carreras en lugares diferentes del mundo, antes de tomar una decisión utiliza un poco de tiempo para investigar, quizás podrías descubrir carreras poco convencionales que sean justo lo que desees. La universidad no solo es un lugar al que vas a estudiar, graduarte, tener un título para luego conseguir trabajo y ser rico y famoso; la universidad es también un ambiente para el desarrollo personal, para cometer errores y reivindicarse, es un lugar para experimentar cosas nuevas, para conocer amigos, para conocer el amor, para compartir con personas que bajo otras circunstancias jamás compartirías. La universidad te cambia la forma en la que ves las cosas, te abre los ojos y te llena de perspectiva.

Si no te sientes completamente seguro de qué carrera estudiar o en dónde, te aconsejo que te arriesgues con lo que consideres la mejor opción, no importa si no es la correcta. Muchas universidades te permiten hacer cambios de carrera dentro de la misma facultad o institución, también te homologan las materias que se asemejen, lo que quiere decir que no será del todo tiempo perdido. Tampoco importa qué edad tengas, nunca seremos muy jóvenes o muy viejos para aprender y vivir. No te quedes toda tu vida preguntándote ¿cómo hubiese sido?... llénate de energía e interés, lo demás vendrá solo.



• Elige tu destino  NOSOTROS  
te llevamos •

Estudia, viaja, diviértete, aprende inglés en  
**VANCOUVER**  
CANADÁ

Cursos de Idiomas - Intercambio Estudiantil - Campamentos de Verano e Invierno  
Programas de Pregrado y Postgrado - Cursos para adultos mayores de 50 años  
Excursiones de grupo - Asesoría en Visas - Cursos para Ejecutivos  
Venta de seguros de viaje - Tiquetes aéreos - Misiones Lingüísticas

Visítanos en nuestra nueva oficina **Babel Studies Cúcuta**  
**Calle 17 No. 0-36 - Local: 3 - Barrio Blanco**

Pónte en contacto con nosotros: 5711555 - 316 8694717 y recibe nuestra asesoría GRATUITA

Nuestros destinos:

Reino Unido - Australia - Estados Unidos - Canadá - Malta - Alemania - Rusia  
Italia - Brasil - Francia - Escocia - Sudáfrica - Nueva Zelanda - Irlanda

Oficinas en el resto del país:

**Bucaramanga:**  
Cra. 36 No. 46-32 Cabecera  
Tel. 643 1132 - 657 4397  
Móvil 318 735 7753  
E-mail: info@babelstudies.com

**Cacique:**  
Centro Comercial El Cacique  
Segundo piso frente a las  
escaleras eléctricas de Pepeganga  
Móvil: 318 4636381  
E-mail: info@babelstudies.com

**Cañaveral:**  
Calle 30 A No. 23 - 130/132  
Tels: 6382916 - 6381993  
Móvil 317 509 7169  
E-mail: info@babelstudies.com

**Medellin:**  
Calle 4 Sur No. 43A-195  
Of. 273 Centro Ejecutivo  
Tel. 444 8891 - Móvil 318 707 0808  
E-mail: medellin@babelstudies.com

**Tunja**  
Avenida Villa Olímpica,  
Carrera 2 # 32-49, Local 4  
Edificio Quinta Santana, Barrio La Pradera  
Tel: 7470786 - Móvil: 317 4315596  
tunja@babelstudies.com



# LIDERAZGO

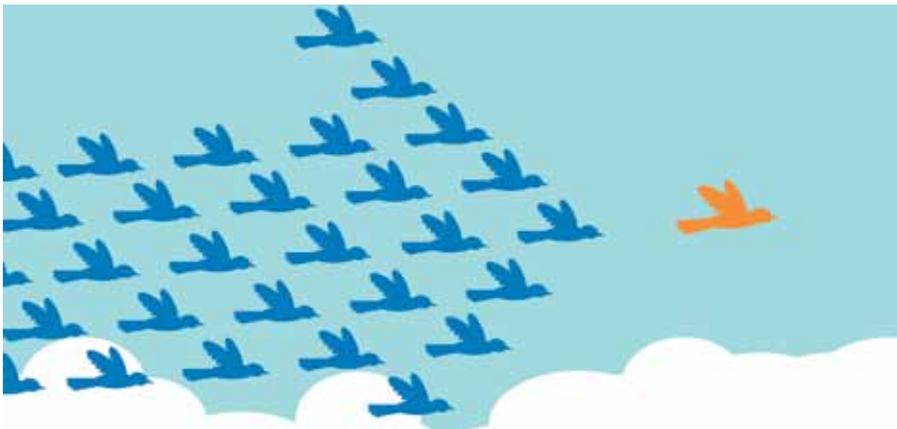
## ARTE O DISCIPLINA?

Abundan los artículos sobre el tema del liderazgo, muchos de ellos con enfoques diferentes con lo que al leer varios de ellos uno queda más confundido que al inicio. En últimas hacen referencia a "mandar", como fin supremo del líder. Sin embargo una cosa es mandar y otra muy distinta es hacer que las cosas funcionen o marchen bien. Vienen entonces los múltiples matices de grises que existen entre el negro poder y la blanca autoridad.

El poder para mandar puede llegarle a cualquiera producto del azar: se puede heredar, se puede tener por un golpe de suerte en política, o, en estos tiempos, hasta se puede comprar. Generalmente se ejerce bajo las siguientes modalidades:

**Poder de castigo.** El garrote es la forma más primaria, se emplea siempre la amenaza de despido o de sanciones para obligar a los subalternos a acatar las órdenes. Puede tener resultados, pero siempre que el patrón o capataz esté encima vigilando que acaten sus órdenes. Al menor descuido le desobedecen.

**Poder de recompensa.** La zanahoria, esta clase de poder le sale muy costosa a la empresa pues siempre hay que estar ofreciendo y dando premios y bonificaciones a los trabajadores para



que cumplan su función. Cuando por alguna razón la empresa no pueda costear los regalos, viene el desencanto y el abandono de las tareas.

**Poder legítimo.** Es el poder más tonto e inane que puede existir, sin embargo es el que más abunda. Es el que ejerce quien sólo tiene como argumento para hacerlo el hecho de que es quien tiene en el bolsillo el sello de la legitimidad, se ve mucho en los cargos públicos, donde el jefe político impone el nombramiento de un mequetrefe que asume el cargo con ínfulas de poderoso.

Las tres formas de poder, ejercidas aisladamente, son desdeñables, mientras que el concepto de autoridad sí tiene una categoría muy superior. La autoridad se ejerce de manera natural, así el poder lo tengan otros de manera circunstancial; es el caso de un presidente, con el poder, y un expresidente, con la autoridad.

El liderazgo ejercido con autoridad es aquel que resulta inspirador con el ejemplo. El líder verdadero entiende que no puede obtener victorias públicas si previamente no ha logrado su gran victoria privada y que el gran secreto del liderazgo no está en saber hacer sino en saber ser. Por eso el liderazgo es un arte y no una disciplina.

Basta ver la manera cómo ha evolucionado la gerencia para comprender mejor el asunto. Hasta antes de la primera guerra mundial el concepto de gerencia no existía como tal, unos señores mandaban y otros simplemente obedecían. El impulso que requiere la producción con la guerra origina que por primera vez se hable de la gerencia como un trabajo específico que debe cumplir alguien dentro de la planta o de la empresa.

Ya luego de la Segunda Guerra Mundial, la gerencia pasa de ser un trabajo que se ejerce empíricamente a ser toda una disciplina de estudio y aparecen en los Estados Unidos e Inglaterra las primeras escuelas de administración en las más importantes universidades. Como toda disciplina, su conocimiento no se detiene ni un momento, y menos en los tiempos actuales.

Los primeros gerentes eran responsables del cumplimiento del trabajo de los subalternos, simples capataces. Los gerentes de la segunda promoción – luego de la 2° WW – centraban su responsabilidad en el rendimiento de las personas (tiempos y movimientos). Ahora, el gerente debe ser responsable de la aplicación y rendimiento del conocimiento. Esto cambia sustancialmente las cosas: para tener organizaciones inteligentes hay que tener gerentes muy preparados y muy actualizados.

Los gerentes de antes tenían como funciones principales planear, organizar, ejecutar y controlar, en buena medida ello funcionaba muy bien en organizaciones cuyo modelo de desarrollo es endógeno. Los de ahora son los responsables de liderar, motivar, empoderar, apoyar y comunicar, para ello deben saber utilizar equilibradamente dosis de todas las clases primarias de poder de las que hablamos al comienzo, lo que reafirma lo que antes decíamos respecto de que se trata más de ser que de saber.

El gerente de hoy debe actuar como el capitán del gran barco transatlántico que permanece en el puente más alto, revisando sus radares, satélites y demás instrumentos que le permitan una visión de muy largo alcance, y se asegura de contar con un excelente sistema de comunicación bidireccional interna que le haga las alertas tempranas de lo que ocurre en cada área de la empresa y baje oportunamente sus instrucciones; a diferencia del gerente de antes, que pasaba la mayor parte del tiempo revisando el cuarto de máquinas, la cocina, las habitaciones, el bar, los músicos, las piscinas, etc.



*Tenemos la mejor diversión para ti*



*Fiesta Caribeña*  
**SÁBADO 30 DE ABRIL**

*Cena Especial y Música en vivo.*

**PREMIOS EN EFECTIVO**

- PRIMER PUESTO \$5'000.000
- SEGUNDO PUESTO \$1'000.000
- TERCER PUESTO \$1'000.000

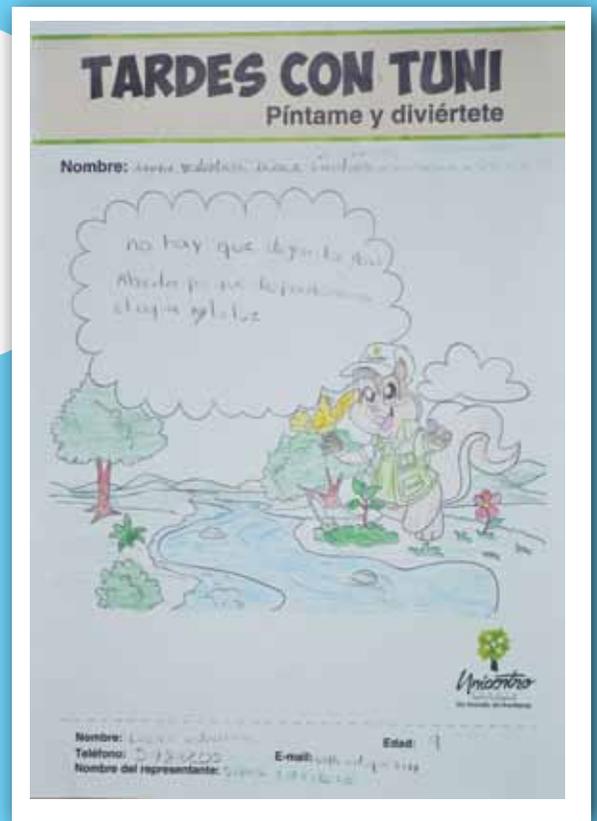
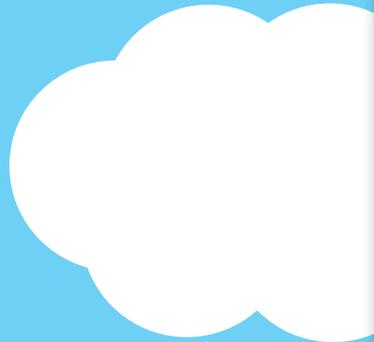
**MÁQUINAS PAGAMONEDAS / RULETAS ELECTRÓNICAS**

*Excelente servicio / Atención personalizada / Cómodas instalaciones  
Máquinas de última generación y mucho más...*

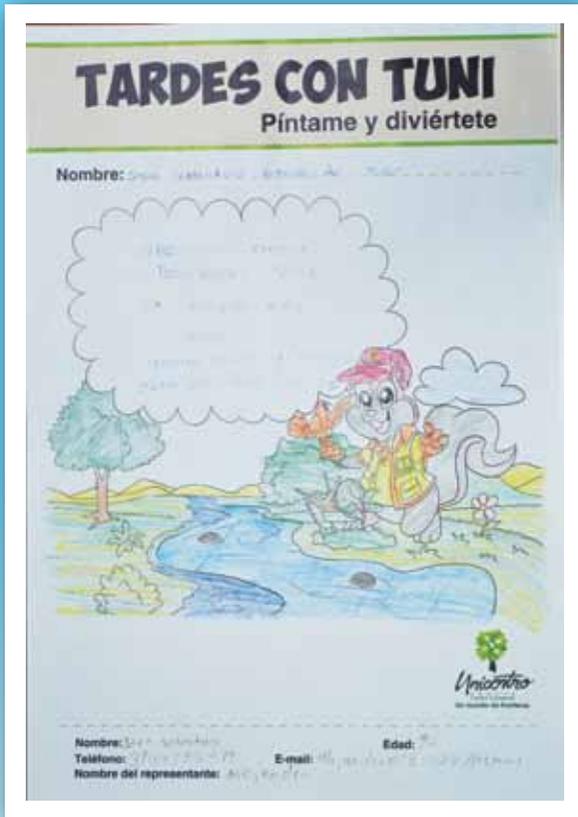
Cúcuta, Norte de Santander  
CENTRO COMERCIAL UNICENTRO / LOCAL 164 - 165 - 166 - 167



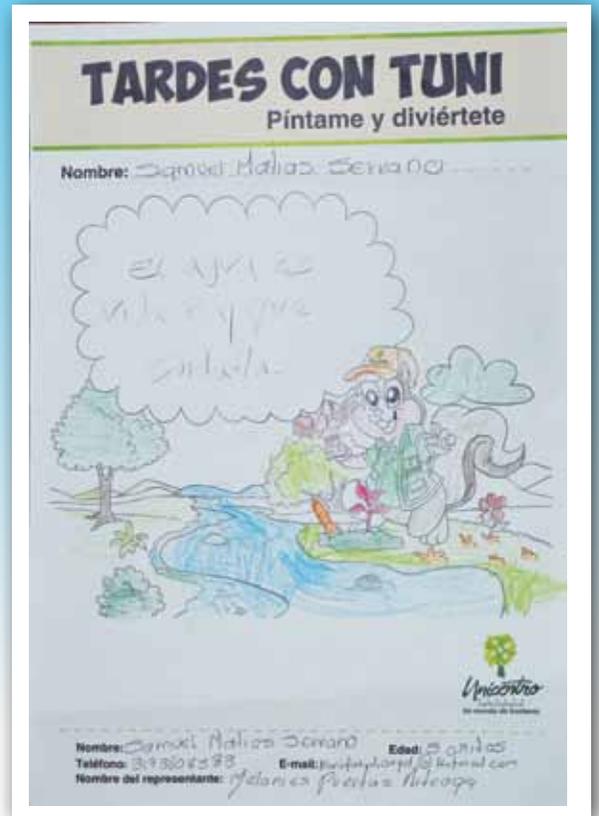
Autoriza  
**Coljuegos**



• Laura Valentina



• Sara Valentina



• Samuel Matías Serrano



Nuestros niños con estos lindos mensajes y dibujos nos expresan la importancia del cuidado del agua

# UNICENTRO, TU 2<sup>do</sup> HOGAR

— TE REGALA —

## TU NUEVO HOGAR\*



— **SORTEO** —  
— **29 DE MAYO DE 2016** —

Por tus compras mayores a  
**\$ 100,000** →



Registra tu factura de compra en el punto de información y reclama una boleta para **participar en el sorteo de una casa.**



**ÚLTIMO MODELO** para ti y tu familia  
en el fabuloso conjunto Marantá.



# Nuestra Presencia



**aseourbano**  
s.a.s. e.s.p.



## Soluciones ambientales que ofrecemos:

- Gestión Integral de Residuos Sólidos Urbanos
- Barrido Mecanizado
- Servicio de corte de árboles y césped/Revegetalización
- Ecozonas para espacios Públicos y privados
- Gestión de Residuos Industriales y Petroleros
- Gestión Integral de Residuos Peligrosos y Hospitalarios
- Recolección y Transporte de podas, escombros y lodos
- Servicio de Saneamiento Portátil (Baños y trampas de grasa)
- Consultorías Ambientales



Una empresa del  
  
**GRUPO SALA**

**Línea Nacional Gratuita**  
**01 8000 95 00 96**