

Edición No 13 de agosto 2016



Revista del Centro Comercial Unicentro Cúcuta. Circulación gratuita

ISSN 2500- 4611

Unicentro Contigo

**En agosto
¡buenos vientos!**

TOTTO



BACK TO SCHOOL

#LoVivíContigo



Morral Stanford - V2L



CU EN TA CONMIGO

C.C Ventura Plaza L.1-15 • CII 10 No. 3-74 Centro
C.C. Unicentro L. 1-33 • C.C. Unicentro L. 1-08 Totto Tu
Kiosco Unicentro • Pamplona CII. Real Carrera 6# 7-92

SEDE CAMPESTRE CASABLANCA



Un espacio natural para hacer de tus eventos sociales y empresariales un experiencia memorable.

- Piscina.
- Zona B.B.Q.
- Juegos de mesa.
- Parques y juegos infantiles.
- Cancha de fútbol, micro fútbol y básquet.
- Mesa de pool y billar.
- Canchas de mini tejo, bolo campesino.
- Bolas criollas y juego de ranas.



• EDITORIAL •

¡MÁS FERIAS!

Las pasadas Ferias de Cúcuta nos brindaron la oportunidad de verle a la ciudad una cara distinta. La verdad todos los eventos y actividades resultaron todo un éxito tanto en participación como en comportamiento ciudadano, lo cual pareciera mostrarnos un buen grado de madurez.

De la mano de nuestra felicitación va la expresión de nuestro agradecimiento al señor alcalde de la ciudad y a todo el gran equipo humano que hizo posible que los cucuteños tuviéramos unos días de agradable y sano esparcimiento. Hubo de todo para todos, desde fiestas y conciertos de artistas populares, hasta concierto un concierto de gala de la Orquesta Filarmónica Juvenil de Colombia, con el que Seguros Bolívar se vinculó a la celebración de las ferias.

Las exposiciones de todo tipo que se llevaron a cabo, constituyeron un escenario y una oportunidad más que propicios para promover la producción y la comercialización de lo nuestro. El impacto económico que dejan ferias como estas son de gran beneficio y provecho para la ciudad. Miles de personas devengan un sustento participando en la confección de trajes, artesanías, elementos de feria, logística, etc. Ya era hora de que Cúcuta tuviera unas ferias de tan buen nivel. Que se repitan.

CRÉDITOS

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

DIRECTOR
LUIS RAÚL LÓPEZ M.

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN
ANDRÉS GOMEZ

ÁREA COMERCIAL
CARMEN E. ORTIZ C.
TINA SANABRIA

COLABORADORES EXTERNOS
CAMILA CABRERA
FAUZI BRAHIM SUS
RUBÉN DARÍO ESLAVA D.
LUIS EMIGDIO GUERRERO R.
AMÉRIKA GUERRERO
ADOLFO MIRO
CARLOS SUÁREZ
LUCERO MUÑOZ
LINA SALDARRIAGA

COLABORADORES INTERNOS
HUMBERTO VILLAMIZAR

Información Comercial:

coord.mercadeo@unicentrocucuta.com
Cel: 318 2432251 - 316 7445395
revista@unicentrocucuta.com
C. C. Unicentro Av. Libertadores, Canal Bogotá
Tel.: 5818423 - 5818422

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.

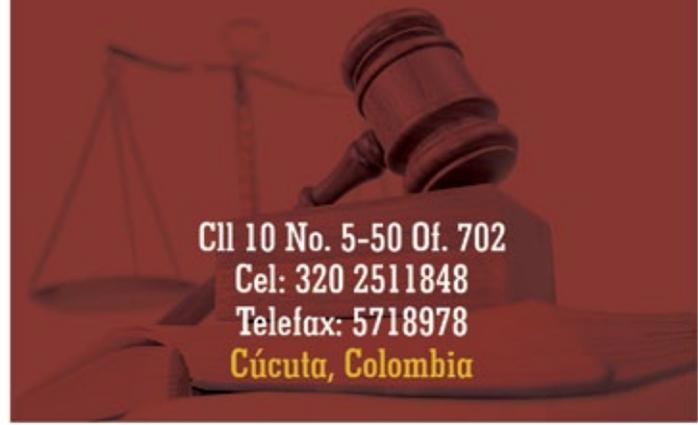
• CONTENIDO •

- Editorial 4
- Migración Árabe 6
- Escriba siempre bien 8
- 5 pecados 10
- Rico y/o feliz 12
- Ley de Murphy 14
- Uninoticias 18
- Álex Ferré 20
- Juegos Olímpicos 22
- Carta Democrática 24
- Grata visita 26
- A salvo en la web 28
- Paz desde el hogar 30
- Gastronomía 32
- Belleza cucuteña 34
- Así vivimos 36
- Unigrama 38

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

• NOS ESCRIBEN •

Felicitaciones por ese esfuerzo constante por tener una revista cada vez mejor, la de julio estuvo buenísima. Me puso muy nostálgico el artículo sobre cómo y dónde rumbeábamos hace muchos años. Recuerdo la maravillosa música del Gordo Iván, la mezcla de aromas a cigarrillo, perfumes y licores en Los Alpes. Cúcuta era una delicia.

Carlos Calderón U.
Medellín.

Me gustó mucho el artículo "Bailado cucuteño". Pero le faltaron los desayunaderos donde invariablemente rematábamos las rumbas. Sin duda el más importante fue La Pesa, junto al matadero municipal, donde los de la rumba fuerte por ahí cerca iban a recargarse con esos mágicos y espesos caldos (venas, pichón y costilla). No me explico cómo no morimos de una pancreatitis comiendo una cosa de esas a las tres de la mañana. También fueron muy concurridos los desayunaderos Zorba, Los Guaduales y Scorpions.

Carlos González G.
Barranquilla

Lo que más me gusta es la variedad de temas, con lo que cada edición llega con sorpresas. Me pareció que el artículo sobre Re-evolución – muy bueno por cierto – es como las indirectas a Santander para que las entienda Bolívar, es decir, el mensaje no es sobre los venezolanos que ya perdieron su país, sino que hace una advertencia a los colombianos. Cierto?

Enedina Sánchez B.
Barquisimeto.

Muy bueno el artículo de Camila Cabrera sobre la imagen personal. La verdad la gran mayoría de la gente reduce el asunto a la simple ropa, descuidando lo verdaderamente importante. Me gustó la forma clara y sencilla como nos ayuda a entender el tema. Igual me encantan los temas que en cada edición nos regala América Guerrero, son frescos, útiles. Felicitaciones a ellas y a la revista.

Mónica López J.
Bogotá

escribanos a revista@unicentrocucuta.com



Uñas en resina - esmalte permanente - lifting capilar - extensiones de cabello natural - Balayage - keratina - Masajes - Masajes relajantes , Depilacion en cera

Descubre la mejor versión de ti...

CC. UNICENTRO L-174
Aparta tu cita al 3108054293

 cortellasalondebelleza



Migración árabe A CÚCUTA

A cuanto árabe llegaba a Colombia le decían turco, aunque tal gentilicio no correspondía a la realidad pues su origen era de otras nacionalidades bien distintas – libanesa, siria y palestina. Por razones políticas debieron huir sin documentos ni nada distinto a su muda de ropa. Turquía había ocupado por cuatro siglos sus países y alentaba la emigración otorgándoles pasaportes, por ello todos pasaron como turcos en las dependencias de migración del mundo entero.

La primera gran migración se dio entre 1880 y 1920, todos entraron por Barranquilla y se desperdigaron por toda la costa hasta Ocaña y Cúcuta. Vivían de su ancestral habilidad como mercaderes, siendo los pioneros de las ventas a crédito, a domicilio y a precios bajos. En los diarios de la época colocaban anuncios como “Bendita sea la colonia siria, que nos ha traído la baratata”.

Legaban clanes completos y a quien venía soltero al poco tiempo le enviaban a la que desde niño se le había determinado como esposa. No pocos la recibieron estando ya viviendo y con hijos con mujeres colombianas. La gran mayoría de turcos emigró a Brasil y Argentina, en 1920 mientras en Colombia había 3.800 de ellos, en Brasil vivían 162.000 y en Argentina 148.000, pero gracias a los dátils y a sus desafueros uterinos pronto se expan-

dieron por gran parte de nuestro país y es así como en muchas ciudades es común encontrar apellidos como Abdalah, Abhufele, Abraham, Abrajín, Adib, Ahmad, Amat, Amín, Amra, Assaf, Brahim, Cristo, Chalita, Chamié, Char, Elcure, Eljach, Gene, Haddad, Haussman, Hellal, Hussein, Lamk, Marúm, Mustafá, Nule, Numa, Saad, Safi, Saieh, Saleme, Salive, Seade, Slebi, Slim, Sus, Raad, Sus, Tarud, Tulena, Turbay, Yanine, entre muchos otros, mezclados con apellidos raizales como González, Martínez, etc.

Además su espíritu práctico les facilitó a las autoridades de migración de la época el acomodo en su escritura de la pronunciación de sus nombres y apellidos, así como también la adopción de apellidos raizales. Gracias a ello, por ejemplo, en Cúcuta vivió un árabe llamado José Natalio Pérez! Por esa confusión fonética y la poca instrucción de los funcionarios de migración de la época, se dieron casos como el apellido El Kouri (el hijo del cura), el cual apareció con diversos registros

como Elcure, Cure, Eljure, Curi; o como el de Ibrahim, del cual salieron Brahim, Abraham, Abrajín. Era tal la necesidad de una cédula que no valía la pena discutir la escritura correcta de sus nombres y apellidos.

Se daba también el caso de pleitos familiares como el de don Issa con don José, que terminaron en una notaría cambiando una s por una z para no reconocerse como familia, por ello hay unos Sus y otros Suz. Según Joaquín Viloría De la Hoz, investigador del Banco de la República, “De origen árabe son las familias Guerra (originalmente Harb), Domínguez (Ñeca), Durán (Doura), Lara (Larach), Cristo (Salibe), Flores, María, Gloria y Juan, entre otros”.

Buena parte de los primeros árabes llegaron a los pueblos cafeteros como Salazar, Gramalote, Chinácota y Lourdes. Se cree que el primer árabe en Cúcuta fue don Jorge Cristo, bisabuelo del actual ministro del interior, quien habría llegado a finales de 1890 y fun-

اتوكوك ىل اةيبرعلا ارجهلا

dado la empresa “La Oriental” dedicada a comerciar con café, tal como en los pueblos mencionados lo hacían sus “baisanos”. La lejanía de su tierra natal les hacía sentirse paisanos a todos – sirios, libaneses y palestinos –, tal como nos sucedería si viviéramos allá junto a peruanos y ecuatorianos.

La presencia árabe en Cúcuta se hizo muy apreciable desde mitad del siglo pasado, con almacenes aún recordados como el Salón Blanco, de Miguel Saikali, la Media Luna (en honor a la bandera turca), de Issa Musa Brahim, ubicado en la Avenida 6#11-81; el Philco, de Zacarías Abufhele, justo al lado de la Media Luna por la Avenida Sexta; Adán y Eva, de Zhodi Amra, diagonal al Parque de Santander por la calle 11; La Samaritana, de Chibli Sus; Del-ka de Elías Saad, Nilo de la familia Lamk; el Duque y la Duquesa, de Abdala Hnos; Marcia, de Yamal Mustafá; El Marqués, de Taha Hussein; Divina, de Chafick Adib; la sastrería París, de Fuad Assaf sobre la Avenida 5 entre 11 y 12, así como la sastrería de José Slebi y el almacén de telas de las Hnas Vélez. Y no solo en Cúcuta, era tal la cantidad de almacenes que tenían en la Calle Real en Pamplona que la llamaban el “Canal de Suez”.

Y no solo incursionaron con éxito en el mundo del comercio sino también en el de la política, al punto de lograr la presidencia de la república con Turbay Ayala en 1978, luego de intentarlo en 1946 con el buangués Gabriel Turbay. Buena parte de la política colombiana en las regiones es protagonizada por inmigrantes árabes.

La circunstancia de ser cristianos maronitas la gran mayoría de ellos les facilitó asimilar nuestra cultura y religión, con lo que no tuvieron inconveniente alguno para casarse y constituir familias numerosas y muy apreciadas en nuestro medio. Es el caso de don Issa Ibrahim, nacido en Beit Jala, una de las ciudades más antiguas de Palestina, cuyo hijo Musa Brahim casó en Cúcuta con su “baisana”



► Original pasaporte palestino. Notese como el funcionario le altera el nombre

Faride Sus, conformando una gran familia de profesionales y comerciantes muy reconocidos de la ciudad, entre ellos Fauzi (Polo), a quien le agradecemos su gentil colaboración con la información brindada para escribir esta nota.

Un aspecto bien curioso de la migración árabe en Colombia es que si bien se extendieron por todo el país, no tuvieron mayor acogida en las tierras de la cultura paisa como Antioquia y Eje Cafetero.

Sobre eso hay un par de teorías muy interesantes, como que los paisas no los acogieron por ver amenazada su tradición de comerciantes audaces con estos árabes que vendían barato y a plazos. La otra es que la cultura paisa es de origen eminentemente judío, lo que se aprecia en su vestimenta y costumbres. El poncho es el talit; las alpargatas evitan que el pié toque material impuro; la arepa es la misma matza judía; el uso de un pequeño sombrero; el espíritu profundamente religioso; la costumbre de comer el “calentao” viene de no cocinar el shabath y se le echaba garra de cerdo para despistar a los inquisidores de la época; el uso de aguamaniles en las casas; la famosa parva paisa es el mismo parve judío; el gran encendido navideño del 7 de diciembre es la misma Januca y muchos nombres de poblaciones: Antioquia(Antioch), Medellín (Modí'in), Jericó, Belén, Jerusalén, Armenia, Palestina. Obviamente también se aprecia en que son empresariales exitosos y comerciantes por excelencia.



1. Almacén Del-ka Av. 6 cl. 10 hoy Edi. Seade / 2. Salón Blanco Av. 6 cl. 10 Diagonal Parque Santander / 3. Almacén Jorge Cristo
4. Fauzi Brahim Sus apreciado comerciante local



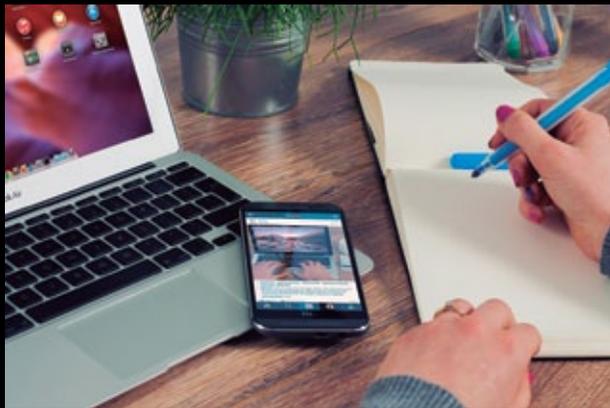
Por: Camila Cabrera Villamizar

Escriba SIEMPRE bien

Siempre he pensado que no hay nada más bonito y placentero que encontrar algo bien escrito. Y digo "algo" porque la buena escritura no debe practicarse únicamente en libros, periódicos y revistas, sino también en un texto de cualquier índole, y eso incluye los mensajes de chat, los estados de Facebook y los trinos de Twitter.

En los tiempos actuales, en que los teclados están al alcance de todos, la escritura ha desplazado las llamadas telefónicas y los encuentros personales; el poder que ha adquirido la palabra escrita hoy en día es tal que cobra una importancia central saber escribir de manera clara, contundente y sin errores.

La escritura como medio de expresión nos brinda la posibilidad de trascender la comunicación verbal para preservar y transmitir historias, ideas, conocimientos y sentimientos. Es una herramienta tan poderosa que nos permite mantener vivo el pasado y resguardar el presente para tiempos futuros; es inmortal e inmutable, de ahí que desde tiempos remotos se ha acudido a esta como código para imponer orden en la sociedad, lo cual pervive en todos los sistemas jurídicos modernos. Pero, ¿por qué, a pesar de su importancia, insistimos en maltratarla?



Estoy segura de que, como yo, muchas otras personas suelen dibujarle una cara a las palabras, es decir, imagino cómo luce el personaje que está detrás de un mensaje a partir de la forma en la que escribe, el lenguaje que utiliza, la construcción de sus frases y por supuesto su ortografía. Es por esto que retomando un poco el tema de la importancia de la imagen abordado en el artículo de la edición pasada, planteo esta vez la grandísima relevancia de la escritura como parte de una buena imagen. Y es que muchas veces cuando no es posible establecer un contacto físico o verbal, la única herramienta que nos asiste es la palabra escrita, y precisamente la forma

de utilizarla es lo que termina dándonos una idea de quién es nuestro remitente interlocutor. Por ejemplo, un mensaje claro, construido con un léxico rico, bien puntuado y pulido nos da la impresión de un autor culto y formado; mientras que uno desorganizado, lleno de palabras abreviadas, repetición innecesaria de letras y faltas ortográficas nos deja además de confundidos, con el sinsabor de estar comunicándonos con un desconsiderado que quiere generarnos sufrimiento con cada bestialidad que comete.

Las reglas gramaticales y ortográficas no son un invento tedioso incluido en el programa de lengua castellana del colegio para castigar a los estudiantes; por el contrario, son el pilar que gobierna el uso de la lengua, característica que ni más ni menos es la que nos hace humanos. Su observancia es el reflejo del nivel educativo y cultural de cada persona y determina el grado de consideración y respeto que esta tiene por su interlocutor. Son instrumentos tan elementales que cualquiera, en especial

alguien formado profesionalmente, debe conocer y ejecutar de manera ineludible.

En virtud de esto, es fundamental que estas reglas no sigan siendo un adorno sino que se asimilen como una condición necesaria para el completo desarrollo de la persona como individuo, como parte de la sociedad, como imagen pulcra y respetable, porque la sociedad recompensa a quienes dominan esta disciplina otorgándoles el reconocimiento de una buena imagen social y profesional, y por el contrario, sanciona a las personas que muestran una ortografía y redacción deficientes con juicios que afectan su imagen y que pueden restringir su promoción académica y profesional. Así que no opaque sus calidades y conocimientos con una mala escritura y dele valor al contenido de su mensaje con el uso de ideas claras, precisas y coherentes y el apego a las reglas de la lengua. Propenda porque la meta de escribir bien se convierta en una habilidad casi instintiva, de menos pensamiento y más sentimiento.

Insista en marcar la diferencia; no sea de los que escribe "100pre" y más bien escriba SIEMPRE bien, porque la mala ortografía es como la violencia: no se justifica.

Lo mejor del Este!



Área Lote: 64.49 m²
Área Total Construida: 67.77 m²
Área Privada Construida: 64.66 m²



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

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.



PECADOS CAPITALES

- 1.** No tener clara la propuesta de valor de nuestra marca y producto. Si no la tiene clara no podrá rebatir nunca las objeciones al precio. El vendedor debe saber qué responder cuando le digan que el precio está caro.
- 2.** No conocer muy bien lo que vende. Es un error imperdonable. Debe saberse muy bien cuáles son todas las aplicaciones, atributos y beneficios del producto. No le diga al cliente generalidades que puede encontrar rápidamente en internet.
- 3.** Mostrarse necesitado de vender. Eso se nota en los ojos, en la voz y en los descuentos que comienza a ofrecer. Cuando se comporta así pierde poder de negociación y baja mucho la percepción de valor del producto.
- 4.** Presionar el cierre. Recuerde que la venta se da al enfrentar a la gente correcta con el argumento correcto, entienda que si empuja la venta más de la cuenta, hará retroceder al cliente.
- 5.** No conocer con quién está hablando. Este error no tiene excusa en estos tiempos de Facebook, LinkedIn, Google, Twitter y demás redes que le ayudarán a hacer esta tarea. La tendencia es segmentar el mercado y para ello hay que conocerlo bien. Ahora bien, si es un vendedor de mostrador debe desarrollar habilidades para identificar al tipo de cliente que tiene al frente, bien sea por su forma de expresarse, de vestirse, por el tipo de producto que le interesa, etc.

El vendedor por lo general es la persona clave en toda empresa comercial, a fin de cuentas es quien actúa a nombre de ella en el primer encuentro con el cliente, es el protagonista de lo que llamamos "momentos de verdad" con el mercado. Su importancia radica en que es el encargado de generar confianza hacia nuestra marca y nuestros productos, y todo ello debe hacerlo construyendo relaciones personales con los clientes.

La primera venta que debe hacer es la de sí mismo, pues si el cliente potencial no lo compra, difícilmente le comprará algo. El vendedor es parte esencial en la experiencia de compra del cliente y debe tomar consciencia de su papel. Obviamente el entrenamiento que le brinde la empresa es fundamental.

El vendedor no puede cometer ninguno de estos cinco pecados capitales, para los cuales no existe absolución ni perdón alguno:



Llegaron los vientos de agosto

Y queremos hacer más divertido este mes para ti con estos regalos.



Parque de Diversiones

Más cerca de ti

Instrucciones para armar la veleta

1. Recorta el cuadro por las líneas punteadas.
2. Dobra las puntas hacia adentro y únelas en el centro con una tachuela.
3. Pégalo sobre un palito de madera cuidando que no quede muy apretada la tachuela sobre la madera.
4. Diviértete poniéndolo a girar contra el viento.

50% adicional en bonos
por cargas iguales o superiores a \$20.000

1 turno de cortesía
para una atracción masiva.

*No se incluye la tarjeta plástica. Los bonos no aplican para máquinas de redención, grúas ni premio inmediato.

RIÑO

y/o feliz



Es muy común que las personas asocien la riqueza con la felicidad, sin embargo abundan historias de ricos infelices y amargados. Esto sucede porque no todos tenemos bien claros ambos conceptos.

Para muchos riqueza es sólo posesión de bienes materiales – dinero, inmuebles, joyas, autos, etc. -, lo cual, indudablemente genera bienestar y la agradable sensación de holgura para el gasto y el consumo. Sin embargo esa sensación, como toda emoción, no es permanente sino muy efímera, está lastimosamente asociada a la ambición por tener más, lo cual nos genera frecuentes preocupaciones y desvelos.

La ambición por lo material es inherente a la condición humana, siempre se quiere tener más, el hombre no se contenta con lo que tiene, por eso es frecuente ver cómo narcotraficantes ya multimillonarios continúan en el negocio hasta que finalmente caen presos o son dados de baja por compinches aún más ambiciosos.

Pero si la ambición mata o desvela, existe otro sentimiento negativo muy relacionado con la riqueza material que resulta quizás peor: la envidia, esa que corroe el alma generando una gran infelicidad. Eso de que es mejor despertarla que sentirla es falso: es terriblemente dañino tanto lo uno como lo otro. Cuando envidiamos la posesión de algo (un auto, una bella pareja, lujos) estamos experimentando una

gran frustración y generando un tonto complejo de culpa en el inconsciente, pero cuando hacemos ostentación de nuestras posesiones para que otros nos envidien estamos despertando a la más mortal culebra que vive en los demás.

A nadie le gusta ver ojos bonitos en cara ajena, quien nos envidia no nos considera merecedores de lo que tenemos y cree que sería un acto de justicia mínima hacer algo para despojárnoslo. Lo menos que hace un envidioso es inventar alguna calumnia o algún mal chisme que nos demerite ante los demás. Quien es realmente rico y tiene por qué serlo, actúa siempre con bajo perfil y no ostentación de nada.

Pero resulta que la mayor riqueza no está en el auto más fino y nuevo, o en la casa más lujosa o las abultadas cuentas bancarias: uno es realmente rico cuando no necesita nada más de lo que tiene, cuando le importa un diablo que fulanito se haya comprado el último Ferrari o se haya ido de paseo a las islas Fiji con la última conquista. Uno es rico cuando sabe vivir bien con lo que tiene y con lo que es, sin endeudarse para comprar cosas que no necesita para tratar de impresionar a gente que no vale la pena. Uno es rico cuando no vive delante de sí mismo, como dijera algún sociólogo alemán que estudió el alma del colombiano, significando con ello que vivimos en perfecta angustia por tener más que el otro o sufriendo porque el otro vaya a tener más que nosotros.

No quiere esto decir que debemos ser conformistas y perezosos, es normal que nos esforcemos en mantener un ritmo y un cauce natural de nuestro progreso económico personal, trabajar por un ascenso, por mejorar nuestras ventas y hacer buenos negocios. El error está en alterar ese cauce con atajos viciados de ilegalidad que pueden traer grandes dolores de cabeza.

“Tener” parece ser, lastimosamente, el único verbo rector de muchas personas, olvidándonos que para llegar a él hay que pasar primero por el “ser” y luego por el “hacer”. Para tener cosas hay que hacer (estudiar y trabajar mucho), y para hacer esas cosas hay que ser (disciplinado, perseverante, etc.).

Cuando comprendemos bien estas cosas podemos comenzar a tomar consciencia de que somos y podemos ser muy ricos, entonces sentimos la experiencia liberadora de no envidiarle nada a nadie, y ese es, sin duda alguna, el permanente estado ideal de felicidad, que es bien distinto a una fugaz emoción de alegría por algún suceso especial. Cuando no sentimos la presión de tener o de aparentar tener, recuperamos tiempo entonces para lo verdaderamente importante: nosotros mismos, con nuestros hobbies y pasatiempos, con nuestra familia y amigos, nos volvemos más divertidos para los demás. Nuestra salud, nuestra mente ilustrada y nuestro tiempo son los tres grandes tesoros que debemos privilegiar: esa sí es riqueza pura.

Podemos concluir entonces que riqueza y felicidad sí van de la mano, pero cuando las entendemos bien, cuando ambas son inherentes a nuestro ser, cuando se hacen permanentes y no temporales.



ENTRA A TU CASA

VII FERIA

DE VIVIENDA Y CRÉDITO

Ven y realiza
tu sueño

Proyectos de Vivienda
Planes de ahorro
Subsidios
Crédito hipotecario
Remodelación



Biblioteca Pública Julio Pérez Ferrero
18 al 20 de agosto / 2016

Jueves y viernes de 4:00 p.m. a 8:00 p.m.
Y sábado de 2:00 p.m. a 8:00 p.m.



Ley de Murphy

Para algunos la Ley de Murphy puede ser considerada como un gran catálogo del pesimista con el que se han hecho miles de chistes con las múltiples derivaciones que la norma tiene. Para otros es algo mucho más serio de lo que parece y la asumen como la entropía que no solamente mide el desorden del sistema sino la incertidumbre de la información. En cualquier caso ha servido para diseñar planes defensivos y estrategias de prevención de males mayores.

Su origen fue casual en 1947 y se dio en la base aérea Edwards, en California, mientras probaban los mecanismos de frenos

de un cohete sobre rieles y alguien conectó mal los cables de unos sensores, lo que por poco causa la muerte del chimpancé que hacía las veces de piloto de pruebas. Ante eso Edward Murphy, técnico de la Base, refiriéndose al responsable exclamó: "si hay alguna manera de hacer las cosas mal, lo hará". De inmediato fue tomado como todo un enunciado por todo su equipo de trabajo y de allí se expandió por todo el mundo con infinidad de axiomas, corolarios, postulados, principios, placebos, reglas y teorías.

Aquí algunas de las más célebres:

- Cada solución genera nuevos problemas.
 - Nada es tan fácil como parece serlo.
 - Cuando las cosas están saliendo bien ... algo saldrá mal.
 - No crea en milagros, dependa de ellos.
- Si usted hace algo de lo cual está seguro que tendrá aprobación general, a alguien no le gustará.
- Lo que está mal, no importa qué sea, parecerá que está bien.
 - La probabilidad de que algo suceda va en razón inversa a la deseabilidad de que acontezca.
 - Si un experimento funciona, es que algo ha salido mal.
 - Si usted se siente muy bien, no se preocupe. Ya se le pasará.
 - La seguridad en las fechas de entrega es inversamente proporcional a la rigidez del programa.
 - Cualquier error de cálculo estará donde cause más daño.
 - Los dolores de muela tienden a comenzar el sábado por la noche.
 - Nunca repita un experimento que ha tenido éxito. Fallará.
 - Un gramo de imagen vale lo que una libra de desempeño.
 - En toda organización jerárquica, entre más alto sea el nivel mayor será la confusión.
 - Quien puede sonreír cuando las cosas van mal, ha pensado en alguien a quien echarle la culpa.
 - El provecho de una reunión de comité es inversamente proporcional al número de participantes y al tiempo empleado.

- Si un problema origina muchas juntas, estas serán más importantes que el problema.
- Si no los puedes convencer, confúndelos.
- Nunca discuta con un pendejo, puede ser que la gente no note la diferencia.
- Nadie te invita a comer gratis.
- El celibato no es hereditario.
- La belleza es sólo superficial pero la fealdad llega hasta los huesos.
- Ni la vida, ni la libertad, ni las propiedades ni el bolsillo de los hombres están a salvo mientras el congreso esté sesionando.
- La proliferación de nuevas leyes genera proliferación de pretextos y mañas para no cumplirlas.
- La verdad de cualquier proposición no tiene nada que ver • con su credibilidad. Y viceversa.
- Nunca duerma con alguien más loco que usted.
- La probabilidad de conocer a una joven deseable y receptiva aumenta en progresión exponencial cuando el hombre se encuentra acompañado de su esposa.
- Cualquier cable cortado a la medida resultará corto.
- Cuando el avión en el que viaja está retrasado, aquel con el que hará conexión sale a tiempo.
- La tostada siempre caerá al piso del lado de la mermelada.

¿por dónde
empezarías?



#LangostinosALaParrilla

www.restauranteank.com

Calle 15 #3e-60 Caobos
3204181812 - 5891447



**PARECIDO
AL ORIGINAL** ALEJADO DE
LA REALIDAD



No pierdas tu dinero
comprando imitaciones.

**Compra original,
compra en
Cases&Covers**

TECNOLOGÍA DEL MOMENTO



SAMSUNG S7 EDGE



SAMSUNG GEAR VR



iPhone 6s



AUDÍFONO BOSE
ACUSTIC NOISE CANCELLING



PARLANTE BOSE
SOUNDTOUCH 30

ACCESORIOS ORIGINALES APPLE Y SAMSUNG



EARPODS / CONECTIVIDAD Y MÁS



PRÓXIMAMENTE

BOGOTÁ D.C.
C.C. Plaza
Central



LOCAL
371

SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES



Cases Covers



@Cases_Covers2



CasesCovers

CÚCUTA

CC. Unicentro / Local 196
CC. Ventura Plaza / Local 331

BARRANCABERMEJA

CC. San Silvestre / Local 128

BUCARAMANGA

CC. Cacique / Local 245
CC. Megamall / Stand piso 1

UNI NOTICIAS

#111



Durante todo el mes de agosto podrá vivir una experiencia divertida fotografiándose junto a los más exóticos y temibles animales de África. Tómese todas las fotos que quiera al lado del gorila, o del cocodrilo, o del hipopótamo, del león, la jirafa y muchos otros animales que con su movimiento y sus sonidos te harán sentir que estás en un safari.

21

UNICOMETAS

Prepárese con tiempo para venir a una fiesta que no se puede perder: el festival de la cometa de Unicentro, UNICOMETAS! Venga, traiga su cometa y participe en cualquiera de las categorías: altura de vuelo, largo de la cola, la más grande, la más pequeña Se divertirá como niño pero a lo grande!

22 al 26

IGAC MÓVIL

Del 22 al 26 de agosto tendremos en Unicentro la presencia de la oficina móvil del IGAC, la cual desarrollará jornadas de actividades para facilitarles cualquier trámite que tenga pendiente hacer ante esa entidad.

Unicentro entra en la onda del Pet Friendly (mascota amigable) porque entiende que en muchos hogares y para muchas personas la mascota es un miembro más de la familia. Por ello ahora podrás traer a tu pequeña mascota, teniendo el cuidado de observar el reglamento establecido para este afecto.

Trae a tu mascota, regístrala y disfruta de más tiempo con ella y con nosotros.



7

EXPOMILITAR

Conjuntamente con las fuerzas armadas conmemoramos la gran fecha de la patria con una gran exposición de equipamiento militar, donde podrá apreciar novedades en armamento y demás elementos de uso castrense.

5

OLÍMPICOS RÍO

Sólo en el fan zone de Unicentro se vive y se siente la emoción de las competencias deportivas, venga y comparta con centenares de aficionados las alegrías y las angustias de ver competir a nuestros deportistas en la más grande cita del deporte mundial.

26/27

FESTIVAL DE TEATRO, DANZAS Y TÍTERES

Por nada se vaya a perder las actividades previstas los días 26 y 27 de agosto con variadas y divertidas presentaciones de los mejores grupos de teatro, danzas y títeres que haya visto jamás. Traiga a sus hijos, a toda la familia y disfrute de espectáculos que nos demuestran que la cultura es divertida.

El Brexit (Britain Exit) ha sido sin duda la gran noticia económica mundial por las implicaciones que tiene y las serias consecuencias de toda índole que tendrá. La Unión Europea queda muy mermada – la del Reino Unido era la segunda mayor economía asociada, luego de Alemania – y miles de empleos se perderán dentro del UK (United Kingdom) y en las oficinas de bancos y otras empresas inglesas que funcionan en distintas ciudades europeas.

Los ingleses han perdido todos los privilegios comerciales, laborales, financieros y de migración que tenían, pasan de nuevo al regazo de USA, como en la época de Margaret Thatcher y Ronald Reagan, con lo que serán los norteamericanos los únicos ganadores con esta disparatada decisión alentada por políticos populistas, tan irresponsables que a las pocas horas de imponer el SÍ ya estaban diciendo que no podría nadie tomarse en serio lo que días atrás estaban prometiendo en materia de subsidios.

Esto demuestra que por desgracia todos los pueblos, incluido el inglés, que nos lleva dos mil años de civilización, se mueve por su pequeño interés personal. "Política de estómago" llaman a eso los populistas que saben hacer uso perverso de las necesidades y pequeños intereses de la gente, llevándose por delante a todo un país. Tal como en Venezuela y ... otros países.



DISFRUTA DE LA **PROMOCIÓN DEL MES** CON NUESTROS PLANES PARA QUE VIVAS TU EXPERIENCIA ATLANTIS.



PLAN
DÍA DE SOL

Disfruta en familia de un día de descanso y relajación

Piscina • Sauna • Turco • Almuerzo



PLAN
Noche Romántica

Regala todo tu amor con nuestro plan

Habitación decorada • Sorpresa floral • Botella de champaña
Fresas achocolatadas • Cena romántica a la carta
Desayuno en la habitación

PISCINA / SAUNA / TURCO / ZONA WIFI / PARQUEDERO



📍 Calle 8 # 7-55 Centro - Cúcuta, N. de S.

☎ 5719202 Ext.101-108 ☎ 304 3772021

🌐 reservas@atlantisplazahotel.com 🌐 www.atlantisplazahotel.com

📍 Atlantis Plaza Hotel Cucuta 📷 @atlantisplazahotel 📷 @hotelatlantiscu



• Alex Ferré •

En grandes ligas de la moda

Alex Ferré es el talentoso diseñador cucuteño, de 35 años de edad, que representará a Colombia en el Fashion Week 2017, a realizarse en Guayaquil, Ecuador. Para quienes no lo saben, ese es un certamen internacional de la moda en el que solo participa un artista seleccionado por cada país. Decimos “artista” porque, de hecho, lo es, a fin de cuentas es arte puro eso de crear verdaderas obras de vestuario a partir de combinaciones de materiales y colores.

Alex estudió en el colegio La Salle. Al terminar su bachillerato a los 15 años quiso estudiar bellas artes en la Universidad Nacional de Bogotá, donde fue admitido, pero sus padres se opusieron a que se alejara de la casa y solo le fue permitido estudiar lo que quisiera pero en Cúcuta, por lo que estu-

Fotografía: Ricardo A. Martínez Q.

dió diseño textil y patronaje industrial en la UDES. Luego de graduarse decidió que ahora sí era el momento de irse a estudiar bellas artes en Bogotá, pero la necesidad de sostenerse económicamente le obligó a comenzar a trabajar y entonces lo que hizo fue convalidar sus estudios en la FABA como Diseñador de Modas.

Gracias a su experiencia empezó a hacerles vestidos a personajes de la farándula. Puso un pequeño local en Chapinero donde exhibía sus modelos, era el año 2001 y pronto se realizaría el primer Bogotá Fashion Week. Un buen día pasó por esa calle Arturo Tejada – toda una autoridad en moda – y vio en un maniquí una muestra de su trabajo. Ello le abrió las puertas para participar como nuevo creador invitado a la primera edición de ese gran evento internacional, al que ahora regresa ya en calidad de representante de Colombia.

Alex es un diseñador de vanguardia (propuesta de moda), no un diseñador comercial, diferencia que consiste en que no diseña para que una marca produzca en serie sino que el diseñador es la marca misma y bajo su propio nombre comercializa en tiendas exclusivas.

Dice que el potencial de Cúcuta es muy grande para convertirse en referente nacional

e internacional de la moda, de hecho lo acaba de demostrar con la organización del Fashion Week que acaba de terminar, además de la presencia en la ciudad de grandes diseñadoras que hoy día exportan sus creaciones a varios países y le existencia de numerosas fábricas de confecciones que tienen enormes volúmenes de producción para atender el mercado colombiano. Es impresionante el desarrollo que registra no solamente el sector de la confección sino también el del calzado, con marcas de renombre como Mussi.

Cúcuta tiene un buen mercado local para el diseño vanguardista, lo que le da un gran soporte para pensar en comprar una subfranquicia del gran evento internacional, o crear e institucionalizar su propio gran evento de la moda. Hay con quienes y con qué. Es cuestión de gestión para lograr los apoyos y la organización necesarios. Para ello hay que revivir la Asociación de Diseñadoras del Norte de Santander, que se disolvió por las dificultades para ponerse de acuerdo. Cosas de la idiosincrasia local.



LA VIDA ES MAS DELICIOSA CUÁNDO ESTÁS EN INKA

COCINA PERUANO ORIENTAL - SUSHI BAR

www.restauranteinka.com

Calle 15a #3e-60 Caobos
5835664 - 3204181812



JUEGOS OL



Por: Carlos A. Suárez A.

Desde el pedestal del Corcovado, el mítico Cristo redentor, brazos abiertos vigila la ciudad en apariencia inerte. La vista del mirador es un horizonte saturado de objetos en su mínima expresión, que en su tamaño real, hacen de Río de Janeiro lo que en realidad es: una ciudad de cifras descomunales. Lo es por su extensión de más de mil ciento ochenta kilómetros cuadrados. Por sus más de doce millones de habitantes, que conviven en un ámbito frenético, sazonado por su carnaval multicolor, por la samba, la caipiriña y la feijoada. Río no duerme, y está presta a recibir un evento magnífico que encaja en su cualidad de metrópoli sin límites.

Inicia la versión XXXI de los juegos olímpicos de verano con sus proporciones inconcebibles. Dieciséis días con sus noches sin sueño, en los que Río aloja una auténtica Torre de Babel. Alrededor de 10.500 atletas de 206 países, disputarán más de novecientas medallas de los tres metales, compitiendo en 306 pruebas de 42 modalidades deportivas. Tal cantidad de competencias, hicieron necesaria la construcción o adecuación de 37 estadios y coliseos fastuosos. Serán

los primeros juegos con sede en tierra suramericana, un privilegio con matices de lujo, que costará algo más de doce mil millones de dólares. Unos 34 billones de pesos de los nuestros.

Río de Janeiro se somete a métricas grandiosas para cumplir con esta cita mundial del deporte. Para llevar a cabo los encuentros deportivos, se hacen necesarias cerca de cien mil sillas, setenta y dos mil mesas, y cincuenta y nueve mil mobiliarios.

La villa olímpica, sitio de vivienda exclusivo para las delegaciones durante las justas, fue construida en la región oeste de la ciudad, y dispone de treinta y un edificios, con sesenta mil camas, distribuidas en tres mil seiscientos apartamentos. La construcción fue diseñada con una tecnología autosuficiente, que contiene un ambiente hermético, para evitar una de las amenazas externas, casi de la trascendencia de los hipotéticos atentados anunciados por grupo terrorista Estado Islámico: la invasión del mosquito transmisor del virus del Zika.

El frente organizativo, que debe funcionar como reloj suizo para garantizar la

programación operativa del evento, involucrará a seis mil quinientos empleados directos, ochenta y cinco mil indirectos y el concurso de cuarenta y cinco mil voluntarios.

Un ejemplo del accionar de la logística de la olimpiada, lo constituye la alimentación diaria de deportistas, técnicos y dirigentes que habitarán la ciudadela deportiva, durante estas semanas delirantes. Se presupuestan doscientas cuarenta toneladas de alimentos, que se distribuirán en seis islas de alimentación, con sesenta y dos mil raciones diarias de desayunos, almuerzos, cenas y meriendas. La zona de alimentación, capaz de albergar el avión de pasajeros más grande del planeta, está compuesta por veintitrés mil metros cuadrados, de los cuales nueve mil, corresponden a las inmensas estufas integrales, con cocineros y menús de los cinco continentes.

La competición de Río, que demandará una financiación económica de cifras colosales, posee once patrocinadores olímpicos institucionales. Multinacionales que tendrán vallas de amplio privilegio publicitario, a la visual de las transmisiones televisivas en los estadios. Una audiencia que se calcula será de unos

OLÍMPICOS



Rio 2016™



cinco mil millones de personas. De las siete empresas patrocinadoras oficiales del evento, cinco son brasileñas y dos multinacionales, e incluyen un banco, una empresa de seguros, una de giros y correos, tres de telecomunicaciones y una de automóviles.

Un total de once compañías, hacen parte del staff de firmas que son colaboradoras oficiales de la olimpiada. Veinticinco empresas de bienes y servicios serán proveedoras de los juegos, mientras una clínica, la casa de la moneda de Brasil, y tres compañías más, serán proveedoras oficiales.

Sin duda alguna, lo de Río doblará cualquier cálculo económico gastado en ediciones anteriores de los Juegos Olímpicos. Se estima que en materia de merchandising, (así llaman los expertos a los productos publicitarios para promocionar los eventos) esta olimpiada tendrá el doble de inversión que la de un mundial de fútbol.

Tanto esfuerzo tiene una justificación puntual para el Comité Olímpico Internacional. El espíritu deportivo radica para

algunas naciones en el orgullo de competir y para otras, en ganar. En ese sentido, las potencias que invierten millones en la preparación de sus atletas, lo hacen con el único objetivo de vencer, un honor reservado solo para la élite del deporte orbital.

En el caso de Colombia las cuentas parecen muy concretas. Se invierte poco en la preparación de los atletas y se aspira a ganar mucho. El metal dorado es una apuesta que recae en tres deportistas cuyos resultados en competencias internacionales, generan optimismo en las proyecciones.

El propio Comité Olímpico Colombiano presupuesta el oro para Catherine Ibarguen, en salto largo, Mariana Pajón en la prueba de BMX y para el ciclista Fernando Gaviria en las pruebas de velocidad y resistencia del Ómnium

La aspiración de más metales reside en los medallistas de la reciente olimpiada de Londres: la yudoca Yuri Alvear, la luchadora Jacqueline Rentería, el pesista Óscar Figueroa, Oscar Muñoz en Taekwondo y los ciclistas Rigoberto Urán y Carlos Mario

Oquendo, este último como Mariana Pajón, también en la modalidad de BMX.

Nuestro sueño olímpico propio, el del terruño, lo encarna Jossimar Calvo, nuestro perenne Jossimar, que se fue sin expectativa de medalla para el país, y podría ser grata sorpresa.

Como lo ha dicho Jairo Ruiz, su entrenador, la competencia de un campeonato mundial es diferente al desarrollo de una olimpiada. Los objetivos son puntuales en Río: después de realizar las rutinas completas del All around, es decir los seis aparatos, la aspiración es clasificar dentro de los veinticuatro mejores del planeta. De lograrlo, el paso siguiente es acceder a una final en barra fija, que es donde podría tener alguna opción de medalla, o en barras paralelas, donde tendría una segunda opción aunque más remota.

Ya es un logro tener en una olimpiada a un representante cucuteño, y eso lo deben tener muy claro sus coterráneos. Jossimar Calvo es una bendición para esta tierra, un motivo para sentirnos orgullosos y presentes en una fiesta como la de Río de Janeiro, reservada para pocos.



COMFAORIENTE I.P.S.

La Salud
que tu
FAMILIA
merece



ESPECIALIDADES MÉDICAS GINECOLOGÍA PEDIATRÍA
MEDICINA INTERNA NUTRICIÓN ORTOPEDIA
TARIFAS COMFAORIENTE IPS

SERVICIO	CATEGORIA DEL AFILIADO			
	A	B	C	D
CONSULTA EN MEDICINA GENERAL	\$19.133	\$20.882	\$22.684	\$24.751
CERTIFICADO ESTUDIANTIL	\$15.794	\$17.172	\$18.603	\$20.352
CERTIFICADO MÉDICO ADULTOS	\$15.794	\$17.172	\$18.603	\$20.352
CONSULTA POR ODONTOLOGÍA GENERAL	\$21.412	\$23.320	\$25.546	\$27.772
CERTIFICADO DE SALUD ORAL	\$15.794	\$17.172	\$18.656	\$20.352
CONSULTA POR PSICOLOGÍA	\$13.780	\$15.052	\$16.324	\$16.854
CONSULTA POR GINECOLOGÍA	\$32.860	\$36.040	\$39.326	\$43.142
CONSULTA POR PEDIATRÍA	\$32.860	\$36.040	\$39.326	\$43.142
CONSULTA POR MEDICINA INTERNA	\$32.860	\$36.040	\$39.326	\$43.142
CONSULTA EXTERNA ORTOPEDIA	\$24.380	\$26.500	\$28.620	\$30.740
CONSULTA EXTERNA NUTRICIÓN	\$13.780	\$15.900	\$18.020	\$20.140
TERAPIA OCUPACIONAL	\$4.558	\$6.784	\$10.282	\$12.455
TERAPIA DE LENGUAJE	\$4.558	\$6.784	\$10.282	\$12.455
TERAPIA FÍSICA	\$7.897	\$11.342	\$19.133	\$21.412
CENTRO DÍA (ATENCIÓN A DISCAPACITADOS)	\$0	\$0	\$318.000	\$328.600

CATEGORÍA A: Afiliado a Comfaoriente que no devenguen más de 2 salarios mínimos / **CATEGORÍA B:** Afiliado a Comfaoriente que devenguen entre 2 y 4 salarios mínimos.
CATEGORÍA C: Afiliado a Comfaoriente que devenguen más de 4 salarios mínimos / **PARTICULAR:** No afiliado a Comfaoriente



COMFAORIENTE I.P.S.

Calle 16 no. 1-21, La Playa (Cúcuta) • Tel: 571 3817

VIGILADO Supersalud

VIGILADO SuperSubsidio



De izquierda a derecha: Luis Raul Lopez, Hugo Segura, Carmen Elisa Ortiz, Jorge Zuluaga

Grata visita

Jorge Zuluaga es el señor Cónsul de Brasil, con sede en Bucaramanga y jurisdicción en los dos departamentos. Fue invitado de honor a las Ferias de Cúcuta, las cuales se celebraron con gran éxito y buen suceso el mes anterior. Visitó Unicentro un par de veces y conversó ampliamente con el director de nuestra revista, dejándole conocer sus impresiones de viaje.



De izquierda a derecha: La Gernte Carmen Elisa Ortiz, Jorge Zuluaga Cónsul de Brazil y el Dr. Hugo Segura

Lo primero que nos señala que se sorprendió de que la ciudad no se parece en nada a lo que le habían advertido que era. Dice que encontró una ciudad muy limpia, ordenada, bonita, con mucha vida, excelentes restaurantes y personas muy amables. Tiene en apariencia todo pero se nota que falta algo muy importante: confianza y fe de los cucuteños en la potencialidad de su ciudad.

Sugiere aprovechar el buen momento que tiene la industria de la confección y de la moda en Cúcuta para posicionar a la ciudad como marca, soportada en un gran evento nacional e internacional que habría que institucionalizar para su realización cada año.

Nos cuenta que como jurado que fue en el evento llevado a cabo en Unicentro con las candidatas al reinado de las Ferias, donde ellas desfilaron por la pasarela luciendo prendas de marcas del centro comercial, se sorprendió positivamente del nivel de organización y montaje del espectáculo, anotando que nada tiene que envidiarle a los grandes shows de la moda de Medellín o Cartagena. En ese sentido recomienda que, a falta de un centro de convenciones en la ciudad, sea Unicentro la sede de esta clase de certámenes de moda y belleza.

Durante su visita celebró un convenio con una universidad de la ciudad para la enseñanza del idioma portugués, lo que permitirá que muchos jóvenes tengan posteriormente la oportunidad de acceder a becas para estudiar en Brasil (dominar el idioma es indispensable), igualmente convenios de cooperación para desarrollos agroindustriales de la región.

Esta grata y honrosa visita al centro comercial culminó con la promesa de que regresará muy pronto. Nos dejó esta visita el grato sabor de la sencillez, la solidaridad y el mejor deseo de colaborarnos con diversas iniciativas que serán de gran provecho para Cúcuta y particularmente para nuestro centro comercial.



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 - Terraza Café
Tel: 5781899 Cel: 3202427341

A SALVO EN LA WEB...



por Amérika Guarraro

El mundo del internet puede ser un sueño o una pesadilla, todo depende de cómo lo utilices. Este año hubo una alerta roja debido a una inmensa cantidad de cuentas de Facebook, LinkedIn, Instagram y Twitter hackeadas; Mark Zuckerberg y Katy Perry fueron algunos de los afectados, aunque se podría pensar que el creador de FB no corre estos riesgos, la realidad es que todos somos vulnerables.

¿Cómo navegar en la Web y no morir en el intento?



- Lo primero que debes hacer es instalar un antivirus confiable. Una vez tengas esto cubierto, revisa tu FIREWALL, puede sonar un poco complejo, pero no lo es, sólo debes dirigirte al panel de control, ir a la opción FIREWALL y 'Activarla' o 'Conectarla'. (Si no lo consigues, sólo escribe en el buscador el nombre e inmediato tu computador direccionara).

- No caigas en sitios web sospechosos, no clickees ventanas emergentes con promociones, no creas en los 'Usted es el visitante número 1000 por eso le obsequiaremos un televisor', y cosas por el estilo. Si parece demasiado bueno para ser real, probablemente NO LO SEA.

- Si no estás seguro de saber si una web es confiable, o si quizás crees que podrías haber encontrado la receta para verte 20 años menor, en una crema de 20 dólares, ve a la barra de navegación 'https://' y presiona el candado. Es una buena herramienta también al momento de entrar a páginas bancarias.

- Sé muy cuidadoso con tus redes sociales, no divulgues información privada como claves bancarias, cédula, pasaporte o cualquier otro documento importante, en lo posible no des descripciones muy detalladas en tus fotos, no publiques fotos frente a tu casa, ni fotos donde se vean placas de carros.

- No todas las personas que están en internet tienen buenas intenciones, el internet es muy amplio y está al alcance de la mayoría de la población mundial. Por lo tanto no confíes tan fácil, hoy en día son más y más las historias de personas que encuentran el amor, a algún familiar o hasta un amigo de la infancia vía web, pero también siguen en aumento las estafas en línea, los casos de robo de identidad, prostitución, secuestro y hasta asesinatos. Sólo debes ser prudente.



- Es mejor no revelar el nombre de tus mascotas, de tu madre, o el del osito de peluche que tenías de niña, porque podría ser una tontería para ti, pero ponte a pensar, ¿He usado este tipo de claves en algún momento o las uso ahora?

- No abras correos de remitentes desconocidos, evita subir y enviar fotos íntimas, no sabes donde podrían terminar. Usa diferentes claves para tus redes sociales, y correos electrónicos, verifica las configuraciones de tus perfiles en línea, toma el control de lo que compartes públicamente y lo que tienes en privado.

- Para compras online presta atención a las reseñas o puntuación dadas por otros usuarios, y asegúrate de que en la barra de navegación aparezca un candado. Cuando accedas a Internet desde redes Wi-Fi abiertas sé aún más precavido, existen programas informáticos capaces de analizar y copiar toda la información que consultes.

Al principio puede resultar tedioso estar al tanto de todos estos detalles o tal vez creas que jamás podrás ser víctima de alguna estafa cibernética. Pero en el mundo de Internet, cualquier persona puede ser un blanco. El tiempo invertido en cuidarte en la red, valdrá la pena, créeme.

ROPIW

INTERNATIONAL

Local 1-38



Distribuidor Autorizado

GANT



Barbour



DANIEL HECHTER
PARIS



Paz: desde el hogar

Lucero Muñoz Gómez
Gestora de Contenidos Red PaPaz

Lina María Saldarriaga, Ph.D.
Directora de Contenidos e Investigación Red PaPaz

Cuando hablamos de paz muchas veces pensamos que es la ausencia de agresiones o a un estado de tranquilidad interior. Nos cuesta trabajo pensar que la paz también es una forma de relacionarnos con las otras personas, y que nosotros mismos podemos aprender a construirla y a vivirla en nuestra familia. Desde Red PaPaz presentamos algunas ideas que pueden ayudar a construir paz y tener una sana convivencia en nuestros hogares.

1. Asumir el conflicto como oportunidad:

Aprender a manejar los conflictos de manera positiva es una de las herramientas más importantes para la construcción de paz en casa. Los conflictos son parte de la vida cotidiana en nuestras familias, y es importante saber que para desarrollar esta habilidad no necesitamos que nuestros hogares vivan libres de conflicto o en armonía perfecta. Para aprender a resolver conflictos necesitamos saber cómo reconocer nuestras propias emociones y dar el espacio para que los otros miembros de la familia también lo hagan. Necesitamos tratar de ponernos en los zapatos del otro y entender sus puntos de vista. Y necesitamos aprender a buscar soluciones en

las que todos los miembros de la familia sientan que son reconocidos y que su voz es tenida en cuenta a la hora de proponer una solución.

2. Generar diferentes opciones:

Esta se refiere a la capacidad de los miembros de nuestra familia para ser creativos y pensar en diferentes alternativas sobre: cómo resolver en problema, ayudar a alguien, tomar una decisión, etc.

3. Hablar desde la propia experiencia y entender que todos nos enfrentamos a dificultades:

Muchas veces los problemas en casa surgen porque no entendemos bien lo que las otras personas de nuestra familia piensan o sienten.

4. No tragar entero:

Otra de las herramientas que contribuye a la construcción de paz en los hogares es el pensamiento crítico. Muchas veces leemos información o nos cuentan cosas que asumimos que son verdad. Es necesario que ayudemos a nuestros hijos a exami-

nar los diferentes ángulos que tienen una situación y así entender mejor la motivación de las personas.

5. Ser asertivo :

Ser asertivo significa ser capaz de expresarse de una manera sana con el fin de defender nuestros derechos y los de los demás, sin usar la agresión. Es así que para ayudarles a nuestros hijos a ser asertivos podemos proponerles casos hipotéticos en los que se vulnera o se agrede a una persona, y preguntarles cuál sería la mejor manera de resolver esa situación. Podemos contarles que las respuestas que son más útiles son aquellas en las que somos firmes al expresar lo que sentimos o pensamos, pero que no usamos la agresión para lograr lo que buscamos.

La paz se construye en el día a día y en las relaciones que creamos con nuestros hijos y los miembros de la familia. Si reconocemos cómo nos sentimos nosotros y cómo se sienten los demás, si buscamos soluciones juntos o si pensamos en alternativas para enfrentar un problema como familia, podemos estar seguros que estaremos construyendo paz.



IMPERMEABILIZACIONES

COLVEN LTDA.

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

Cll. 10 No. 6AE - 21 La Riviera, Tel y Fax 5753000 Cel. 315 886 4700 Cúcuta, Colombia
e-mail: imcolven@hotmail.com

Metro

) LA
FELICIDAD
DE AHORRAR

FOLLETO VÁLIDO DEL 28 DE JULIO AL 15 DE AGOSTO DE 2016[^]

Puntos Cencosud te da lo que tanto quieres



Lo Quiero y punto

1. Puntos Memorables
2. Beneficios exclusivos
3. Bono Puntos
4. Alianzas pensadas para ti

puntos
cencosud

Síguenos en: facebook.com/PuntosCencosudDo @PuntosCencosudDo

www.puntoscencosud.co



20 %
OTO.

En plátano verde
x 500 g
15.000 kilogramos~
Aplica en líneas de cajas



20 %
OTO.

En papaya melana
x 500 g
60.000 kilogramos~
Aplica en líneas de cajas



20 %
OTO.

En piña golden
x unidad
15.000 unidades*
Aplica en líneas de cajas



\$4.380 Pechuga de pollo blanco
con piel a granel
x 500 g
6.000 kilogramos~



\$5.800 Sobrebarriga
x 500 g
2.000 kilogramos~



\$2.990 Costilla de res
x 500 g
1.000 kilogramos~

Metro

cencosud

Los precios de los productos de esta página están disponibles del 28 de julio al 7 de agosto de 2016 o hasta agotar existencias, lo que suceda primero.

*Unidades nacionales. ~Kilogramos nacionales. *El descuento rige sobre el precio regular. Solo aplica en los productos señalados en este folleto. Efectivo en caja, no acumulable con otros descuentos.
Las ambientaciones fotográficas utilizadas en este folleto no forman parte del precio.

La felicidad de ahorrar



Por: Adolfo Miro

ARROZ CON CALAMARES EN SU TINTA



INGREDIENTES

- 2 LATAS DE CALAMARES EN SU TINTA
- 1 AJO PUERRO
- 3 DIENTES DE AJO
- 1 PIMIENTO VERDE O ROJO AL GUSTO
- 1 TOMATE PELADO Y PICADO
- 1 AJI
- 1 VASO DE VINO BLANCO
- 1 CUBITO DE PESCADO O CALDO DE PESCADO (FUMET)
- 2 TAZAS DE ARROZ
- 3 TAZAS DE AGUA
- SAL

La preparación de este plato, me recuerda mucho las noches de pesca de chipirones en la ría de LA CORUÑA, un hobby que me representaba con la venta de estos un sustancioso aporte para poder viajar. Uno de mis récords de pesca en una noche con 165 chipirones me hizo poder pagar dos billetes ida y vuelta a LONDRES, fue una gran noche.

Cocinando en casa me especialicé en la preparación de este cefalópodo, que no es bien llamado aquí en Colombia, ya que mucha gente lo denomina marisco, pero igualmente entra a formar parte de la comida de mar.

La receta en este caso es muy sencilla, el calamar de por sí trae una bolsa de tinta, como la mayoría de los cefalópodos, pero aquí en el interior, los venden limpios y la tinta no es muy usual que se solicite, así que yo intenté con latas de calamares y la verdad no deja nada que envidiar para una preparación casera.

Comencé a pelar el tomate y picarlo, siguiéndoles los ajos, el pimiento (rojo o verde) y el ajo puerro, sofriendo todo esto en aceite de oliva, cuando coge el tono brillante todos estos, el ají se echa entero para que desprenda una toque de picante, pudiendo retirarlo con más facilidad ya que esta entero.

Los calamares van a continuación con la taza de vino, y vamos revolviendo durante unos 5 minutos hasta que se evapore el alcohol del vino, siguiéndole el arroz y las tres tazas de agua o en el caso de tener fumet de pescado se usa la misma medida de las tazas de agua, y tan solo toca esperar a que el agua se evapore y dejar reposar una vez apagamos el fuego.

Yo manejé perejil en este caso para decoración y unas perlas negras, o sucedáneo de caviar.

Espero les quede rico y buen provecho.

Tu cumpleaños de Película

Celebra En

**ROYAL
FILMS**

con tus amigos
y pásala de Película...



Info:  **5943447**
ROYAL FILMS

✉ ventas@royal-films.com

✉ auxiliarventas@royal-films.com



ClubRoyalFilms



RoyalFilms

www.royal-films.com



Belleza cucuteña

El centro comercial Unicentro Cúcuta, gracias a su belleza arquitectónica, fue la locación perfecta para el shooting fotográfico que la productora Nestor Ivan realizó de las 12 hermosas bellas que concursaron para el título a Señorita Cúcuta Área Metropolitana, en el marco de la Feria de Cúcuta 2016. La ganadora de este concurso nos representará en el Certamen Nacional de la Belleza en Cartagena en el 2017.

Las hermosas candidatas representaron a 10 comunas y dos corregimientos de la ciudad de Cúcuta, de la siguiente manera: representante de la Comuna 1, Nohelia Lisseth Duran Álvarez, de 19 años, fue elegida Reina de los Periodistas; Comuna 2 Andrea Jaramillo Barros, de 20 años fue elegida como Virreina del concurso; en representación de

la Comuna 3 la joven Judith Yesenia Molina Ibarra de 23 años; de la Comuna 4 Silvia Katherine Dueñas Sepúlveda de 17 años; Comuna 5 Angie Natali Montes Escalante de 18 años fue la ganadora del mejor rostro del certamen y fue elegida como Señorita Cúcuta Área Metropolitana; Natali Montes de la Comuna 5 nos representará en el reinado nacional de la belleza en el 2017; de la Comuna 6 Nayibe Murillo Gonzalez de 19 años; Comuna 7 Cindy Daniela Chinchilla Amaya de 16 años; Comuna 8 Brenda Juliana Gelvez Rodriguez de 16 años; Comuna 9 Yudith Andrea Ibarra Perez de 20 años; Comuna 10 Jessica Fabiola García Villamizar de 23 años elegida como Miss Elegancia; Corregimiento Agua Clara Angélica Rodríguez Tarazona de 18 años, y del Corregimiento Carmen de Tonchalá la joven Nazzir Milady Villabona Carrillo de 21 años.



EN
Unicentro

ahora somos una verdadera familia

¡Bienvenid@s!



1er Centro Comercial en Cúcuta

Pet Friendly



Unicentro
CÚCUTA
Centro Comercial

• ASÍ VIVIMOS •
julio

DESFILE DE CANDIDATAS



En un evento donde brilló la belleza de la mujer cucuteña, 12 hermosas candidatas a la corona de Señorita Cúcuta Area Metropolitana pertenecientes a 10 comunas y 2 corregimientos, desfilaron el pasado 12 de julio con diferentes prendas y artículos de moda tipo coctel de nuestras marcas vinculadas.

El evento contó con la participación de representantes de diferentes medios de comunicación y del cónsul de Brasil, Jorge Zuluaga. En esta noche de belleza se eligió el mejor rostro del certamen (Comuna 5); Miss Elegancia (Comuna 10), y a la Reina de los Periodistas, quien sorprendió a todo el público presente por su elocuencia y fluidez verbal (Comuna 1).



SOLIDARIOS CON LOS VECINOS NUESTROS HERMANOS VENEZOLANOS NOS VISITARON

Unicentro, en ejercicio del espíritu solidario y generoso que le caracteriza, hizo presencia activa en los puentes internacionales con la ocasión de la masiva llegada de venezolanos en busca de productos de primera necesidad.

Fue así como en asocio con Metro se dispusieron medios de transporte para trasladarlos hasta el centro comercial en los fines de semana cuando se presentó esta avalancha de compradores.

FERIAS Y FIESTAS DE SAN NICOLÁS

La alcaldía de Chinácota seleccionó el precioso escenario de Unicentro para realizar allí el pasado 8 de julio la gran jornada promocional de las ferias y Fiestas de San Nicolás.

Fue un evento de gran colorido y animación donde se exhibió el video oficial de la Feria y se presentaron danzas y coreografías que deleitaron al público asistente, además de la programación de las actividades previstas para los días de ferias. Estamos todos invitados a ese agradable municipio.



CELEBRACIÓN DÍA DE LA INDEPENDENCIA



Como es ya tradicional en Unicentro, en alianza con el Ejército Nacional se llevó a cabo una jornada que resaltó el sentido patrio y el amor por nuestro país, con diferentes actividades como pinturitas, globoflexia, exhibición de uniformes militares de la época, carros y motos blindadas y show musical.

Grandes y chicos disfrutaron al máximo con la presencia amable de los diferentes componentes de nuestras fuerzas armadas.

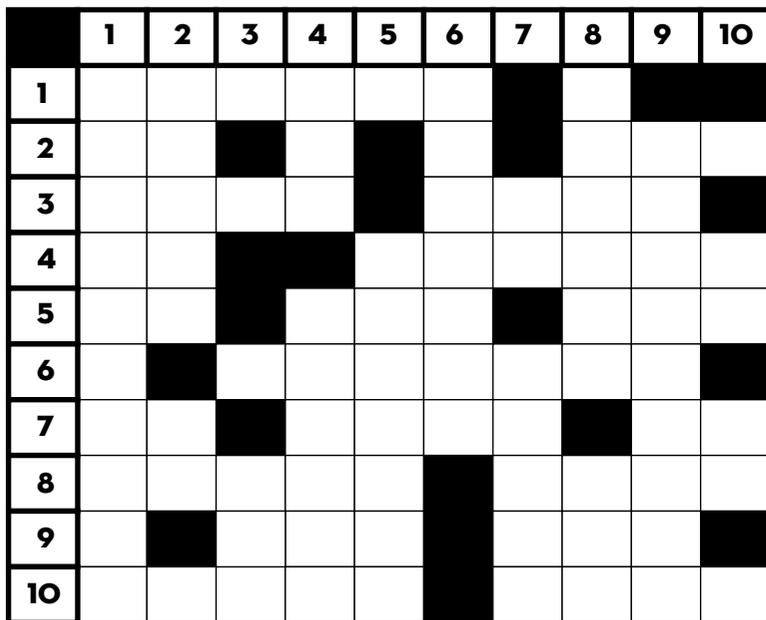
LANZAMIENTO SAFARI SHOP



Se abrió al público la más emocionante exposición de vida salvaje. Es una magnífica recreación del hábitat natural de cerca de veinte fieras de las selvas africanas con presentaciones animatrónicas que te harán vivir una experiencia muy real de la vida allá.

UNI-GRAMA

POR: LUIS EMIGDIO GUERRERO



VERTICALES

1. Lo es la revista del CC UNICENTRO DE CUCUTA.
2. Mega almacén que agrandó la prima - En geometría euclidiana, relación entre la longitud de una circunferencia y su diámetro.
3. Collar de flores hawaiano.
4. Donde ponen chocolates en el estógeno. Si son los de nuestro Congreso dan pena.
5. Faltó una r para significar mala calidad.
6. Los líderes del gobierno venezolano.
7. Armando Rodríguez. Con chocolate y queso ... wow!
8. Primer nombre de la Gerente del CC UNICENTRO CUCUTA. A algunos no les cabe en la ropa.-
9. Al revés, Santos la ha esparcido generosamente.
10. Abundan en Colombia. Zeus se disfrazaba de toro para amar a esta bella ternerita.

HORIZONTALES: **1.** En la edición de julio Camila Cabrera nos dice que es "la proyección de nosotros" / **2.** Numero atómico 10. Alcohólicos anónimos, plural / **3.** Elemento que forma parte de un todo. Departamento del sur de Francia. / **4.** Así suena el león que hay en Unicentro. Combina bebidas para elaborar cócteles. / **5.** Uribe y Ordoñez. Agencia gringa de apoyo. No le caminó a la paz de Santos. / **6.** Quintero nos dice en la de julio que "todos dentro de la empresa deben estar en capacidad de leerlo" (inv.) / **7.** Lo desplazó el CD. Municipio aragonés - Con tilde, pronombre personal que siempre lleva delante una preposición. / **8.** Este dominicano fue muy querido en Venezuela y Cúcuta. Sólo un pez. / **9.** Vocal en plural. La edad inglesa. / **10.** Segundo nombre de la Gerente del CC UNICENTRO CUCUTA. Lo demás de Cali.



desde 1962

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



LIII Feria Internacional San Nicolás de Chinácota
XXXI Reinado Veredal Campesino
Exposición Agrícola y Agroindustrial



Chinácota

2016

DEL 6 AL 15 AGOSTO



Frukko



Iván Villazón



Rafa Pérez



Andy Rivera



Elkin Vallenato



FUEGO



Artista Invitado
Aurelio Casadiegos
 El Caballero del Despecho



Pablo García



El Combo Real



LOS DOCTORES DE LA CARRANGA



Domingo 14
 Agosto

Extraordinaria Corrida de Toros

Willy Rodríguez - Rejoneador
Gustavo Zuñiga #1 de Colombia
Rafael Orellana de Venezuela



Lunes 15 Agosto
Espectaculo Comico Taurino Musical



INVITAN: ALCALDÍA MUNICIPAL, JUNTA DE FERIAS Y FIESTAS Y HONORABLE CONCEJO MUNICIPAL



MUSSI



LOCAL 1-92

 [mussioficial](#)  [mussizapatos](#)

 [@MussiZapatos](#)  [/mussizapatos](#)