

Unicentro
CÚCUTA

Contigo

[illegible]



30%

20%

40%

50%



¡ESTA LOCURA ES DE TODOS!
DEL 2 DE MARZO (1 PM) AL 21 DE MARZO DE 2017*
* Hasta agotar inventarios

totto.com    

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 Tú Kiosko Unicentro • Pamplona CII. Real Carrera 6# 7-92



FDS
FUERA DE SERIE

C.C UNICENTRO
LOCAL 179

VISITA NUESTRA TIENDA ONLINE

www.fueradeserie.com.co

[/fueradeserie.FDS](#) [/@FDSFueraDeSerie](#) [/@fdsfueradeserie](#)



•EDITORIAL•

La ciudad no registraba los índices de inseguridad que ahora vergonzosamente exhibe, y este fenómeno irá in crescendo si no hacemos de manera urgente y contundente algo serio y concertado para resolverlo.

No son pocos los consejos de seguridad realizados en los últimos meses sin mayores y mejores resultados, pero, como en todos los aspectos de la vida, no podemos esperar resultados diferentes si seguimos haciendo más de lo mismo. Quizás hemos cometido siempre el grave error de hacer los consejos de seguridad sin la presencia y compromiso de un actor principalísimo: el poder judicial.

Quizá sea temprano para anticipar los efectos que tendrá el Nuevo Código de Policía en la reducción de la delincuencia, pero, a no dudarlo, hace falta mucho más que eso. Es preciso una acción más comprometida de la justicia con la lucha contra el delito en la ciudad, no podemos seguir recapturando bandidos de alta peligrosidad en condición de casa por cárcel.

El cierre de la frontera no es lo que nos viene haciendo daño sino la laxitud a la masiva migración de venezolanos sin el lleno de mínimos requisitos, aunque es claro que, dado el nivel de impunidad reinante en el vecino país, allá nadie registra antecedentes judiciales.

Nos toca a los cucuteños comprometer a las autoridades con una acción más coordinada y contundente. Nada sacamos negando el problema para no afectar las ventas, no denunciando al delincuente porque es perder el tiempo, y seguir capturando ladrones ya condenados. Con la impresionante carga impositiva que tenemos, es de esperarse que el Estado obre en defensa de nuestra seguridad.

•CRÉDITOS•

GERENTE

C.C. UNICENTRO CÚCUTA
CARMEN ELISA ORTIZ C.

DIRECTOR

LUIS RAÚL LÓPEZ M.

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

ANDRÉS GÓMEZ

ÁREA COMERCIAL

CARMEN E. ORTIZ C.
TINA SANABRIA
ELIANA BOAVITA

COLABORADORES

LUIS EMIGDIO GUERRERO R.
ZU CONTRERAS
JUAN B. URIBE
ANTONIO ABUFHELE
RICARDO VILLAMIZAR G.
GERARD RAYNAUD D.
ALFONSO MIRÓ
DAVID OSPINA Q.
JUAN CARLOS QUINTERO
AMÉRIKA GUERRERO

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.

•SUMARIO•

Editorial	4
Millennials	6
Restaurantes de antaño	8
Infoxicación	10
Fotografía, por donde empezar?	12
Bitcoins	14
Cómo estimula la mente?.....	16
Dieta troglodita	20
Uninoticias	22
Nuevas Patologías	24
Pintar o dibujar	26
Mujeres las de hoy en día	28
Problemas reales vs ficticios	30
No estamos solos	35
Criptomonedas	36
Así vivimos	38
Boyfriend Jeans	40
Gastronomía	42
Perfiles	44
Contra las cuerdas	45
Unigrama	46

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

Productos a la Parrilla



★ DESDE 1987 ★



VÁLIDO EN

Cupón

POR LA COMPRA DE CUALQUIER **PRODUCTO DE PARRILLA**
RECLAMA **GRATIS**

1 Gaseosa Toronja *12 Onzas y 1 Porción de Yuquitas

*Válido solo de Lunes a Viernes en UNICENTRO por el mes de Marzo
*No aplica para combos



Cupón

POR LA COMPRA DE CUALQUIER **PRODUCTO DE PARRILLA**
RECLAMA **GRATIS**

1 Gaseosa Toronja *12 Onzas y 1 Porción de Yuquitas

*Válido solo de Lunes a Viernes en UNICENTRO por el mes de Marzo
*No aplica para combos

Mujeres millennials

Las llamadas mujeres “millennials”, aquellas cuya edad oscila ahora entre los 30 y los 35 años, constituyen una generación pionera de lo que será el género en el futuro próximo y, a decir verdad, se vienen preparando muy bien para asumir muy bien las riendas no solamente de su personal porvenir sino el de la sociedad entera.

Algunos la llaman la “tercera ola feminista”, en alusión a la que se conoció como la segunda ola feminista, que fue aquella que comenzó y libró la dura batalla por los derechos de la mujer en la década de los años sesenta, cuando se aprueba, por fin la píldora anticonceptiva y se lucha por la discriminación laboral de la mujer en los Estados Unidos.

Las mujeres millennials se caracterizan por compartir determinados comportamientos culturales orientados a una total independencia emocional, económica y social que muy seguramente les darán un papel aún más preponderante del que tienen ahora, cuando ya han conquistado la política, las universidades y el mundo de los negocios.

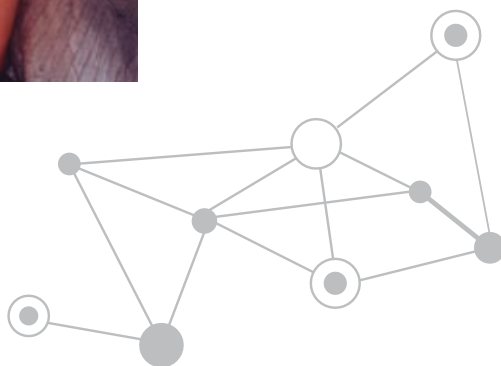
Ellas tienen un perfil muy distinto al de las generaciones que las preceden, especialmente, en temas académicos y laborales. Se han preocupado mucho por tener una sólida formación universitaria, con maestrías y doctorados antes de sus 30 años de edad, cuidan muy bien su salud y estado físico con dietas saludables y bastante ejercicio, son muy independientes, cada vez más ambiciosas y están dispuestas a dar la lucha contra la brecha laboral que aún existe con los hombres.

Son jóvenes y bellas que exhiben trayectorias profesionales que auguran un futuro exitoso, muchas aún solteras y sin una intención clara de convertirse en madres. Tienen un espíritu altamente competitivo y una agenda bien apretada por sus ambiciones de querer aprender, conocer el mundo, manejar todos los avances tecnológicos y mantenerse saludables y atractivas. Y por lo general se trata de una agen-





► “una millennial no se deja anular por un jefe que no sea líder o un marido autoritario, invasivo y posesivo”



da autoimpuesta; siempre quieren superar sus propias metas, lo que puede llegar a implicar una dedicación casi que 24/7 a su trabajo y estudio.

Quieren estar en todo, por ello incluso aceptan cargas laborales mucho más pesadas y asumen responsabilidades, incluso, sin que se les exija. También tienen una mentalidad profesional bien diferente, se trata de una nueva era de talento femenino donde ellas cuentan con un gran nivel educativo y están entrando al mundo laboral en números más grandes que en cualquiera de las generaciones anteriores.

En las relaciones interpersonales y de pareja son mucho más exigentes y también reclaman una condición de igualdad en la conquista. Se acabó la época en que “comían pavo” porque no las sacaban a bailar, ahora son ellas las de la iniciativa. Las mujeres millennials tienen plena libertad de decisión en todos los aspectos de su vida, ya no es mucho lo que les importe el qué dirán, se enamoran, conviven

y se separan de quien quieren, no le temen tanto a las consecuencias, sus congéneres políticas han hecho un buen trabajo haciendo leyes y normas que las protegen endureciendo penas por maltrato, feminicidio y violación.

Todo ello las hace unas mujeres mucho más seguras de lo que fueron sus madres y abuelas, por ello viajan solas por el mundo y no les da temor aceptar un buen trabajo o cursar una maestría en cualquier país. Es muy fácil encontrar jóvenes profesionales que no solamente son bi o trilingües sino también bi o triculturales porque además de haber aprendido el idioma han asimilado otros modelos de vida en los países donde han vivido.

Evitan a toda costa las relaciones y los trabajos indeseados. El matrimonio y el trabajo significan para ellas un medio para realizar sus sueños y no un fin para asegurar su existencia. Por ello detestan los horarios rígidos y los jefes mediocres, una millennial no se deja anular por un jefe que no sea líder o un marido autoritario, invasivo y posesivo. Tienen una actividad social mucho más intensa, desarrollada principalmente en las redes como Facebook, Instagram y Twitter, y en los sitios de comida gourmet y bares exclusivos. Ya la época de la discoteca como escenario central pasó a la historia. Fundamentan toda su fortaleza y atributos en lo que tienen arriba de sus hombros, por ello estudian y se preparan tanto, aunque, como decíamos antes, se mantiene bellas y esbeltas haciendo dietas y asistiendo a gimnasios.

Lo que puede resultar preocupante es que la contraparte – los hombres – no parecen mostrar avances tan significativos y parecieran verse rezagados en ese profundo cambio cultural que se aprecia tan ostensiblemente. Será difícil lograr el necesario equilibrio entre los géneros.

**TIENEN UN PERFIL MUY
DISTINTO AL DE
LAS GENERACIONES
QUE LAS PRECEDEN**



Gerard Raynaud Delaval

Antes de la aparición de los centros comerciales y sus conocidas plazoletas de comidas, debíamos recorrer a veces, largos trechos para degustar viandas y platillos que enriquecían nuestros paladares. En un breve paseo por la Cúcuta de mediados del siglo pasado, nos detendremos en los más emblemáticos y recordados restaurantes, donde solíamos asistir acompañados de nuestras familias o de nuestras amistades.

No estaban concentrados como hoy, en sitios que permitían opciones, según los variados gustos de los comensales, sino que había que desplazarse, a veces a buena distancia, como era el caso del afamado Restaurante Don M, establecimiento que había sido fundado a comienzos de la década de los años cincuenta por el francés Aimé Girard y que se llamó inicialmente, el Restaurante del Francés. Con el pasar del tiempo y debido a la castellanización de su nombre, toda vez que Aimé en francés se pronuncia 'emé' en español, todos comenzaron a llamarlo "el restaurante de don M".

Este francés había llegado en la década anterior y abierto un hotel frente al Parque Santander de nombre Hotel del Lago, en el lugar donde hoy se levanta el edificio Agrobancario, en ese entonces propiedad de la familia de Pastor Ontiveros. Las malas lenguas decían que venía de pagar una condena en la isla prisión de Cayena y que había decidido quedarse a probar suerte en el continente. En Venezuela conoció a quien sería su esposa, Marcelle con quien se estableció en El



Restaurantes de Antaño

Escobal, ubicación de su restaurante, luego de que se cerrara el hotel para remodelar la amplia casona, con el objeto de construir varios locales.

En esa época, El Escobal era un corregimiento de Cúcuta, limítrofe con la población de Ureña, cuya principal actividad giraba en torno al ingenio azucarero construido por una compañía francesa, cuyos ingenieros y técnicos allí se desplazaban para alimentarse. En el año 56, la señora Marcelle contrajo tétanos y falleció, dejando al viudo en una difícil situación emocional. Por sugerencia de un amigo mutuo, recomendó a su paisano Esteban para que adquiriera el negocio. Esteban era, en ese momento, el chef del Club Unión de Medellín, quien se interesó y acordaron la negociación. A partir de entonces,

con la innovación de su nuevo propietario, el negocio se relanzó con platillos que hacían las delicias de sus comensales, parada obligada para todos los personajes, nacionales y extranjeros que visitaban la ciudad.

Platos como la lechona, que nada tenía que ver con la tolimense y a la cual estaban acostumbrados los lugareños, era en realidad el cochinitillo europeo o la más famosa aún, la Carne a la Sanclemente, en honor al médico Manuel Sanclemente, un plato de carne de algo más de una libra de tierno lomito, que por su tamaño apenas satisfacía su insaciable apetito. La Concha de Mariscos, era su oferta marinera y así otros muchos que se escapan en la noche de los recuerdos.



desde 1962

En el lugar de siempre

El sitio más tradicional de Cúcuta

- **Pollo a la brasa/broasted**
- **Sopas**
- **Pescados y Carnes**

Av. 6 Cl. 9 Esquina.
Tel: 571 6672 - 315 6798599
Servicio a domicilio
Recibimos todas las tarjetas





INFOXICACIÓN

Es impresionante la cantidad de información de todo tipo – cierta, falsa, malintencionada, alterada, sucia, envenenada, – que a diario vemos y recibimos a través de la internet (redes sociales y correo electrónico). Es tal el volumen y tan veloz la forma en que nos llega que es imposible que alguien se tome la tarea de identificar y validar las fuentes de tales informaciones. Y eso es comprensible: cuando “googleamos” algunas de ellas nos salen hasta 700 mil resultados y nadie le dedicará meses enteros a verificar nada, además cada día le llegan miles y miles de nuevos impactos informativos.

El término infoxicación hace referencia a la intoxicación por información no filtrada ni confirmada que circula en las redes sociales, a la que con pasmosa ingenuidad y celeridad le damos “compartir”, con lo

que avalamos como cierto algo que puede ser totalmente falso. Y nadie escapa a esa frivolidad, algunas veces como víctimas y otras como victimarios. Aún circula como de actualidad un comentario de hace once años – cuando aún no existía Unicentro Cúcuta – según el cual una señora habría sido víctima de un intento de secuestro y robo en el parqueadero de Unicentro (sin especificar de cuál ciudad).

Años después se supo que todo se originaba en la molestia de un cliente porque su auto había chocado con otro y las cámaras de vigilancia habían demostrado su culpabilidad.

Pero no obstante haber sucedido el hecho a centenares de kilómetros de distancia y haber transcurrido más de once años, hay personas en Cúcuta que de manera inocente o perversa la replican con la aparente intención de causar daño.

Cada día en el mundo circulan miles y millones de mensajes contradictorios sobre alimentos que para algunos son saludables, para otros son altamente peligrosos. Nos encontramos con decenas de miles de tratamientos caseros para combatir el cáncer, los triglicéridos, las enfermedades coronarias, la celulitis, las arrugas y para superar la impotencia sexual, entre otros. Al consumo de café y de huevo, por ejemplo, lo alaban y lo vilipendian a toda hora; lo mismo sucede con los lácteos,

algunas frutas, la cerveza y casi todo lo que comemos y bebemos. ¿Qué hacer, a quién creerle?

La infoxicación es el gran fenómeno del milenio, alimentado por la plena libertad que tiene cualquier persona de retransmitir (compartir) y de crear la información que desee en

su muro o en su blog. Nadie le exige a nadie un mínimo de responsabilidad con los posibles efectos de lo que publica en internet, contrario a lo que se exige a los diarios impresos, televisoras y emisoras de radio. Es un “sálvese quien pueda” – informativo y desinformativo – donde triunfa, o al menos sobrevive, quien tenga la mayor cantidad de seguidores. Es algo así como si las emisoras o canales de TV se desenfrenaran diciendo cualquier cosa protegidos sólo por su rating.

Lo complicado de esto es que en nuestra idiosincrasia y cultura son las cosas malas las que dan mayor sintonía. Haga un experimento: párese un día en un sitio público a decir bellezas de alguien; al día siguiente hágalo diciendo horrores que desgarran la virtud de las mujeres y el honor de los hombres, y compare los resultados de su rating. Somos caníbales por naturaleza, pero hasta el canibalismo de las más salvajes tribus africanas tiene algunas reglas, de no ser así habrían desaparecido hace siglos.



OPTICALIA[®] OPTICA VISUAL

CLL 10 # 7-54 CENTRO 5730825 - 5834908. AV 7 # 9-21 CENTRO (CC. PLAZA LOS ANDES LOC. 75) 5722890

CLL 10 # 3-23 LOCAL 1 CENTRO 5715273. CLL 10 # 4-83 CENTRO 5728446

CLL 11# 3-37 LOCAL 4 CENTRO 5831203 CLL 11 # 0-70 B. LA PLAYA 5728613.

CC. VENTURA PLAZA OPTICA VISUAL LOCAL 159 - A 5755362. NYTIDO VISUAL CC VENTURA PLAZA LOCAL 3-45 5755430

CC. Unicentro Local 118A 5783470.



Por: Antonio Abufhele

Fotografía:

¿por dónde empezar?



Siempre has querido tomar buenas fotos pero no sabes cómo se maneja una cámara fotográfica? ¿O no tienes una y quieres comprar una que sea ideal para comenzar?

Lo primero será leer artículos sobre cámaras para principiantes, en los cuales te aconsejan cuál deberías tener. Las marcas más usadas en este momento son Nikon, Canon y Sony, las cuales se ofrecen en categorías para principiantes, aficionados ya avanzados y profesionales. Los precios también varían de acuerdo a los lentes y accesorios que traen estas cámaras. Estos oscilan entre \$1.400.000 y \$ 6.000.000 de pesos. Ahora, para comenzar se recomiendan cámaras como la **Nikon D3300, Nikon D5200 o 5300 y en Canon la T4i o la Canon T5i, en Sony la Cyber-shot DSC-HX350 y Sony Alpha 5100.**

Ahora bien, hay que tener en cuenta que la foto la hace el fotógrafo no la cámara. La luz, el encuadre, el ángulo, el instante preciso... son algunos de los elementos más decisivos a la hora de tomar una fotografía espectacular y ninguno de ellos depende de la cámara, es la creatividad del fotógrafo la que hace que esas fotografías tengan su sello propio. Es de gran provecho estudiar cómo otros fotógrafos famosos hacen sus fotos, esta es una base muy buena para comenzar, pero tienes que definir o encontrar un estilo propio, personal, que te marca como único al momento de hacer tus fotos.

Todo esto se basa en 3 principios básicos: el ISO, la Obturación y el Diafragma. Dominando estos tres elementos de una cámara fotográfica, tendremos una fotografía bien equilibrada y correctamente expuesta.

“hay que tener en cuenta que la foto la hace el fotógrafo no la cámara”

Otros factores que también influyen en lograr una buena fotografía son la composición fotográfica, incluyendo las perspectivas, lineal, de sobreposición, disminución de la escala, ley de los tercios, ley de la mirada, picado y contra picado. Eso es lo que hace de la fotografía un reto muy divertido.

Los objetivos o lentes que vienen de fábrica con estas cámaras, son los que llamamos lentes kit, por lo general son tipo ZOOM (diferentes distancias focales) van de 18mm-

55mm. De 18mm a 105 mm o de 18mm a 140mm. Esto significa que el 18 es una distancia focal amplia tipo gran angular y 140 es una distancia más larga y un ángulo más cerrado que hace ver al objeto más cerca. Son muy útiles pues tenemos varias distancias focales en un solo lente, lo cual nos ahorraría comprar un gran angular de 24mm, un lente normal de 50mm, un 85mm para retrato y un teleobjetivo medio de 140mm. Estos son conceptos básicos para empezar a entender la fotografía.



■) LA
■) FELICIDAD
■) DE AHORRAR

:) PARA DISFRUTAR

:) PARA EL BOLSILLO

:) PARA LA FAMILIA

:) PARA LAS VACACIONES

THE BITCOIN

¿A NEW WORLD ECONOMY?

The reality of a new global economy that seems to dictate a changing world economic and financial situation, according to the technological advances and to the surprising digital age in which we now live, advances in gigantic and indescribable steps.

The world economy transformed from an industrial era 30 years ago to a technological one around 15 years ago, and this last one in turn continued with its metamorphosis a couple of years ago taking us to the present digital era with some huge changes whose terminology we will begin to address with the emergence of drones, the Internet of Things (IoT), electric cars, mobile applications and even the way we exchange goods and services now.

Something as disruptive to the lives of human beings has appeared as it was at the time the Internet, and this has to do with globalization and the new reality of collaborative and digital economies that sooner or later Financial Companies and Worldwide Banking will have to adopt, apart from its innumerable applications for the benefit of mankind such as smart contracts, DAOs, DApps (Autonomous Organizations and Decentralized Applications) and the excellent security provided by the Blockchain and many more advances.

What is Cryptocurrency?

Cryptocurrency, digital coins, virtual currencies, virtual money, online money, or

electronic money are names that we use in reference to a new concept of the value exchange system. Cryptocurrency is a term that refers to a cryptographic system (coded mathematical encryption) used to create, store and transfer digital currency. Probably the best known is the first that was invented called the Bitcoin. With this introduction we come to our second question:

What is BITCOIN?

Bitcoin is the first digitally encrypted currency whose creation is attributed to the pseudonym of Satoshi Nakamoto, an anonymous and genius inventor who in 2009 created a currency made for the internet and characterized by being decentralized (that means, there is no entity or centralized institution, no issuer, no bank, no country and no government that can regulate, manipulate, control or intervene it). It has many other positive features and advantages over the current fiduciary money (FIAT system) because the transactions: do not require a third party or an intermediary since they are P2P (person to person through internet), without quotas, indelible, without returns of charge, uncensored, and without borders; In addition, this virtual currency is: fungible, divisible (up to 100 million parts called Satoshis), pseudo-anonymous, safe, fast, capable of retaining value and utility (as a commodity), easy to exchange, store and transport, in addition to being limited (only 21 million

Bitcoins will be created until the year 2140).

One of its greatest benefits worldwide is that it avoids the exclusion of all people who do not have access to banks or loans because they live at great distances or places away from the big cities, or because of bad credit history, or little to none money, or because they do not qualify to belong as customers to many of their banking products. Bitcoin has come to favor all these people, since anyone can create an account and have their electronic wallets and even a physical debit card, without cumbersome credit studies and credit rating, they can be part of the economic system with no financial recommendations and absolutely no social prejudices!

In the next edition I will tell you how to buy, produce, store (save), and exchange your Bitcoins to buy goods and services.



Viajemos juntos



Comfanorte
Donde queremos estar



CUMPLE TUS SUEÑOS EN FAMILIA

Pregunta por nuestros planes turísticos
y las facilidades de crédito que te ofrecemos

¡ Prográmate ya !

Mayor información: 5823455 Exts. 470 - 456

www.comfanorte.com.co



¿cómo estimula su mente?



Al igual que el cuerpo puede ser estimulado y excitado de varias maneras, la mente humana también lo puede ser, y quien logra hacerlo con método puede tener un elevado nivel de productividad de su mente creativa. De hecho, muchos personajes que han sido considerados como genios han admitido manejar ciertas técnicas que les dieron la facultad de desarrollar ese sexto sentido que es la imaginación creativa.

Diversas investigaciones, recopiladas por Napoleón Hill – sobre quien dijimos algo en una edición anterior – han concluido que hay diez formas efectivas de estimular la mente, las cuales pueden utilizarse aisladamente o combinando dos o tres de ellas. La primera es el deseo de expresión sexual y, es apenas natural, porque es la más primaria de las emociones del ser humano. No son pocos los grandes hombres a quienes su elevada libido les activaba la genialidad: Napoleón, Bolívar, Lincoln, Shakespeare, Washington.

El amor constituye igualmente un gran estímulo por su poder inspirador. Para muchos otros el aliciente mayor es el deseo ardiente de ser famosos, o de tener poder y mucho dinero. Ser ambicioso no es malo cuando el deseo se educa y se evita así caer en los atajos que llevan a la cárcel o a la tumba.

La música ejerce una enorme influencia en el espíritu, desde tiempos inmemoriales, por ello está presente hasta en los campos de batalla con himnos y cánticos de guerra.

A su vez, una buena amistad con alguien resulta algo muy positivo para la mente y el espíritu, de ahí el cuidado que debemos tener al momento de seleccionar los amigos.

Hacer parte de algo, aliarse en equipo para lograr un propósito o defender una buena causa es algo muy estimulante de la creatividad de nuestra imaginación. Así mismo lo es compartir una pena o un sufrimiento, como lo es el de ser desplazados y perseguidos.

El temor llevado a niveles extremos dispara nuestra creatividad a niveles insospechados, de ahí la importancia de desarrollar una

muy buena inteligencia emocional que nos ayude a dominar impulsos. De otra parte, la autosugestión con técnicas de superación mental y espiritual, como el yoga, despierta y crea el puente perfecto para unir nuestra mente finita con la inteligencia infinita. Y por último, y no por ello menos importantes, los estímulos que dan el alcohol y los narcóticos, los cuales representan un gran peligro cuando no se manejan con el cuidado que exigen.

¿Y usted cómo estimula su mente creativa?

zoey
— PERFUMES —
ASESORES EN PERFUMES

Medición de PH de la piel | Estudio de imagen y estilo

| Av. 2 No. 9-86 Centro | Av 4 #10-21 Centro |
| Av.11E #9N-105 local 3 B. Guaimaral |

Tu cumpleaños de película

Celebra En

**ROYAL
FILMS**

Compartiendo Emociones

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



- Persianas y Cortinas
- Toldos manuales y motorizados
- Papel Tapiz y Decoración de paredes
- Diseño Interior
- Mobiliario Comercial y de Hogar

  decoespacios1
 comercial@decoespacios.co
www.decoespacios.co

Esquina Av. 1 # 0-86 Lleras Cúcuta . Col

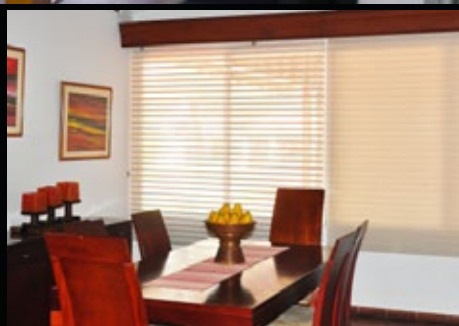
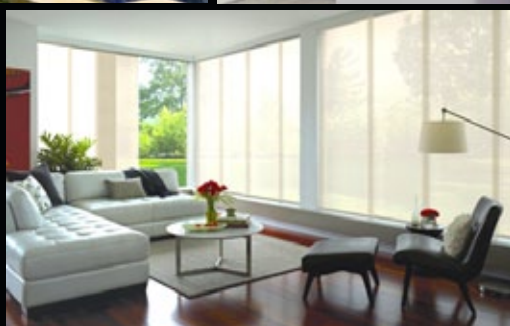
Tel. 5-750-755 Cel. 316 2240342 . 321 2070034

decoespacios es una empresa líder en desarrollo de proyectos de diseño de interiores corporativos y residenciales de lujo."

Somos un grupo de profesionales dedicados al diseño de interiores y decoración.

Nuestra empresa inició operaciones en el año 2012 en la ciudad de Cúcuta, enfocado en el cubrimiento de ventanas "persianas y cortinas" y decoración de paredes "papel tapiz y paneles 3d", dandonos a conocer por nuestra calidad y cumplimiento. Posteriormente hemos ampliado nuestro portafolio de servicios en diseño interior, llevando a cabo numerosos proyectos arquitectónicos tanto para clientes del sector público como del sector privado : proyectos de oficinas, residencias, espacios comerciales, fabricación y diseño de mobiliario exclusivo entre otros.

Al inicio del año 2016 decidimos abrir sucursal en el municipio de Ocaña, teniendo en cuenta su crecimiento y el gran auge de la construcción, ayudandonos a consolidar como líderes en el departamento. Actualmente contamos con alianzas estratégicas con importantes empresas en el sector de la construcción.



¡Sus Persianas a
domicilio!

C.C. Santa María Lc. 205 esquina . Ocaña . Col
Cel. 3123786299 . 3155740020

A LO TROGLODITA

Cada día somos bombardeados con noticias que dan cuenta de los beneficios de consumir ciertos alimentos y del peligro de ingerir muchos otros, creándonos tal confusión que terminamos por pensar que lo mejor será comer de todo, pero con moderación.

Esa pareciera ser la mejor decisión, sin embargo, aparece una nueva escuela de pensamiento gastronómico que nos dice que debemos volver a lo ancestral y nos proponen la llamada "dieta paleo", haciendo referencia a lo que comían los hombres en el paleolítico, que los mantenía saludables, muy fuertes y con buena dentadura. No estamos muy seguros de eso, las dietas milagrosas son como las tendencias de la moda: van y vienen; lo que hoy luce mañana deslucе, lo que hoy es tomado como sano mañana es tildado de perjudicial.

Lo cierto es que nuestras abuelas apenas disponían de un centenar de ingredientes e insumos para sus recetas, mientras hoy en día se encuentran disponibles algo más de treinta mil opciones, aunque la inmensa mayoría de esos productos tienen un pésimo perfil nutricional y muchos de ellos tienen una vida muy efímera en el mercado. Pero si bien desaparecen 100 en poco tiempo, son rápidamente remplazados por otros 200 productos que prometen ser la salvación para nuestro organismo. Ahora, si bien es cierto que disponemos de mucha más oferta que hace años, también lo es que se trata de una muy mala oferta, nada conveniente para nuestros objetivos de salud, dada la riqueza de esos productos en azúcares añadidos, sal y grasas malas (saturadas y trans).

La dieta paleolítica es considerada ahora la manera más saludable de alimentarnos porque representa el único enfoque nutricional que armoniza con nuestra genética, ayudándonos a mantener en forma, fuertes y llenos de vitalidad. Recordemos que el algo más del 99% de nuestro ADN lo conforman registros de hace varios miles de años y muy poco, menos del 1% es de nuestra ascendencia reciente (tatarabuelos, bisabuelos, etc.). Algunas investigaciones en biología, odontología, bioquímica, dermatología y otras disciplinas han dado como resultado conclusiones que señalan a nuestra dieta moderna (la de hace unos 50 años para acá), llena de alimentos de especies modificadas con ingeniería genética, de grasas trans, de preservantes químicos y



Dieta paleolítica con look moderno

de azúcar, la madre de enfermedades degenerativas como la obesidad, el cáncer, la diabetes, las enfermedades del corazón, el Parkinson, el Alzheimer, la depresión y la infertilidad.

La dieta paleo nos dice que debemos evitar las carnes de animales alimentados con granos y consumir mejor las que se alimentan de pastoreo, los peces y las aves silvestres (por acá se ve muy poco faisán). Nos recomienda comer lo mismo que se encontraba hace millones de años: frutas, carnes, semillas y nueces, pescados y mariscos, a la vez que nos dice que debe-

mos evitar los lácteos, granos, toda clase de alimentos procesados, los almidones, el alcohol y los azúcares.

En principio esta teoría parece tener mucho sentido, pero bien sabemos que para un estudio otro estudio, entonces en cualquier momento saldrá otra investigación cuestionando esta dieta por alguna razón. Quizás lo mejor sea admitir que nuestro cuerpo es una máquina de química muy sabia, y cuando nos pide algo dulce o salado sabe por qué lo hace, vale decir: coma lo que se le antoje.



EN CONSTRUCCIÓN

Zakura
RESERVA CAMPESTRE

VIDA EN
NATURALEZA
VISITA NUESTRA CASA MODELO

GREEN
(PRIMERA ETAPA)

FOTO REAL

Área Lote: 149.94 m² / Área Total construida 130.5 m²



VENDE

VIVIENDAS Y VALORES S.A.®
Nuestra experiencia al servicio de sus sueños



TOUR VIRTUAL | CASA MODELO



www.viviendasyvalores.com.co

PBX: 588 80 02 316 528 89 11

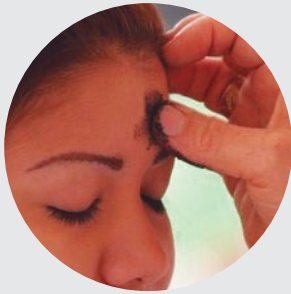
Calle 11 N° 1E - 145 Cúcuta Centro de Negocios L 4

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.

• UNINOTICIAS •

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
SANTA MISA		MARTES 2x1	1 MIÉRCOLES SALUDABLES	2 JUEVES DE AMIGOS EN UNICENTRO CICLOPASE	3	4 TARDES DE TUNI
5 SANTA MISA	6	7 MARTES 2x1	8 MIÉRCOLES SALUDABLES	9 JUEVES DE AMIGOS EN UNICENTRO CICLOPASE	10	11 TARDES DE TUNI
12 SANTA MISA	13	14 MARTES 2x1	15 MIÉRCOLES SALUDABLES	16 JUEVES DE AMIGOS EN UNICENTRO CICLOPASE	17	18 TARDES DE TUNI
19 SANTA MISA	20	21 MARTES 2x1	22 MIÉRCOLES SALUDABLES	23 JUEVES DE AMIGOS EN UNICENTRO CICLOPASE	24	25 TARDES DE TUNI
26 SANTA MISA	27	28 MARTES 2x1	29 MIÉRCOLES SALUDABLES	30 JUEVES DE AMIGOS EN UNICENTRO CICLOPASE	31	



1 EUCARISTÍA DE MIÉRCOLES DE CENIZA

El centro comercial se prepara para dar inicio a la cuaresma, con la imposición de la ceniza en la sagrada eucaristía.

Hora: 6:00 p.m.



3 RUEDA DE PRENSA CON LAS PECADORAS

Las actrices de la obra musical "PECADORAS", Marcela Rojas, Lorna Paz y Martha Isabel Bolaños llegan al centro comercial Unicentro para promocionar su obra de teatro y compartir con nuestros clientes y visitantes sus anécdotas.



8 CELEBRACIÓN DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

Este día las mujeres que registren facturas de compra superiores a \$50.000 entre las 10 am a 8 pm, recibirán un obsequio del centro comercial y nuestras marcas.

11 DÍA DE LOS AMIGOS



Los amigos que nos visiten este día pasarán una tarde divertida. Registra facturas superiores a \$50.000 en plazoleta de comidas y/o Terraza Café recibe 2 horas de parqueadero gratis. Además llega el Happy hour donde podrás recibir un dulce detalle por registrar tus facturas.



19 DÍA DEL HOMBRE

"Los hombres también merecen celebrar su día". Los hombres que registren facturas en el punto de información podrán recibir beneficios ideales para consentirlos en su día.

Hora: Todo el día.

25-26 UNICENTRO AL PARQUE



La cultura se toma el centro comercial con expresiones artísticas de danza, teatro y música para disfrutar en familia.

Hora: desde las 3 p.m.



Juan Carlos Quintero Calderón
mercadeoaldia@gmail.com

NUEVAS PATOLOGÍAS

Hace poco visité una cafetería para pedir un café con leche y el propietario luego de tomar la orden se sentó a conversar conmigo por cerca de 15 minutos. La verdad fue un tiempo bastante tortuoso, pues, sólo hablaba de situaciones negativas que iban desde el plebiscito hasta Trump. Al finalizar la bebida me despedí, pagando y alejándome lo más rápido posible para evitar que esa energía se me pegara. A la semana siguiente, me antojé de tomar lo mismo, pero busque otro sitio. Al llegar hice el pedido y cuando me sirvieron, la empleada del lugar me dijo: ¿señor, se va a tomar el café solo?, es que acabaron de salir del horno unos croissants de queso, y están calienticos, ¿le provoca uno? A lo que antojado respondí, tráigame dos.

Ahora, ¿quién cree que vende más? Con seguridad el segundo negocio, pues, la proactividad hace parte del ADN de quien me atendió, interesándose más en vender y que me sienta satisfecho, el primero, por ser una persona negativa, se convierte en un "quejólogo", es decir, se lamenta por todo lo que pasa, sea bueno o malo. Algunos de esos quejólogos se vuelven "reclamólogos", pues, buscan algo o a alguien contra quien emprender la justificación de sus reclamos, y en este grupo de patologías, aparece el "pronosticólogo" quien ante una situación

de inconformidad se atreve a predecir los hechos como consecuencia de una queja o reclamo. Por ejemplo, salga de su casa y cuando esté haciendo buen clima, salude al portero diciéndole, "que buen día el de hoy", a lo que es muy probable que respondan "pero, eso no dura mucho, ahora más tarde llueve, porque este clima está loco por el calentamiento global".

Además de estas tres patologías: "quejólogo, reclamólogo y pronosticólogo, hay tres enfermedades adicionales que también aseguran la falta de actitud. El "excusólogo" es la antítesis más evidente de lo que quieren las empresas, gente que tenga interiorizada fuertemente la competencia de orientación al logro, pero, este personaje siempre se sale con las suyas porque a objeción presentada excusa inventada. Ahora, quien le lleva la contraria al "excusólogo" es el "todólogo" quien se caracteriza por hacer

lo que le pongan dejando de hacer las tareas importantes, pues, es el más versado en cuento tema existe. Estos dos personajes siempre estarán acompañados de su inseparable amigo el "opinólogo" maestro de cualquier área, ciencia o tarea, este avezado personaje opina de lo que no sabe con una propiedad que

convence a cuanto incauto establece un dialogo con él.

Estas enfermedades se enfrentan con la aplicación del siguiente antídoto, que no es una formula médica, pero le salvará de padecer estas graves enfermedades. Se trata de: $(C + H) \times A$. Donde las variables "C" y "H" están entre paréntesis, siendo la "C" los conocimientos y la "H" las habilidades, estas dos variables suman, y hasta ahí no hay mayor diferencia entre unos y otros, pues, las personas no son valoradas por lo que conocen o saben hacer. Por eso, fuera del paréntesis está la "A" que representa la actitud, porque su función es multiplicar o potencializar la "C" y la "H", y ahí es donde radica la diferencia entre unos y otros.

¿De qué sirve conocer mucho o saber hacer las cosas si tu actitud frente a los

demás es displicente, arrogante, de mal humor y ni los saludas? Las personas que quieren combatir las

mencionadas patologías, deben imperiosamente implementar en sus vidas el antídoto ganador para evitar perder su energía y hacer la diferencia transmitiendo a otros su carisma, su entusiasmo, y especialmente, lo mejor que tienen a quienes los rodean. Así que a practicar y poco a poco lo lograrás: $(C + H) \times A$.

“La actitud multiplica o potencializa los conocimientos y las habilidades”



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: 5753000 Cel. 315 886 4700 Cúcuta, Colombia
e-mail: imcolven@hotmail.com

Aplican términos y condiciones.



*Día de la
mujer.*

MIÉRCOLES 8
DE MARZO

SÁBADO 25
DE MARZO

GRAN FINAL
TORNEO DE RULETAS

*Adicional a la final del torneo, sorteos en efectivo.
PRIMER PUESTO **\$2.000.000**
SEGUNDO PUESTO **\$1.000.000**
CUATRO PREMIOS **POR \$500.000 C/U**

DIVERSIONES DEL ORIENTE S.A

SORTEA ENTRE TODOS SUS CASINOS.

**UN ESPECTACULAR
VOLKSWAGEN GOL
TRENDLINE 1.6 / 2017**

POR PREMIOS GANADOS EN UNA JUGADA IGUALES Ó
MAYORES A \$50.000 RECLAME BOLETA.

*Aplican términos y condiciones.



Imagen referencial.

GRAN
SORTEO
24
DE JUNIO

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



Autoriza
Coljuegos

Pintar o dibujar.



Por: Ricardo Villamizar Gómez

Además de ser un arte se puede convertir en un pasatiempo que algunas veces produce dinero y otras sólo una gran satisfacción, como es mi caso. Seguramente heredé esa vena de mi mamá, una verdadera diosa con las manos, gran pintora y dibujante, ella siempre consideró que yo tenía disposición, esas eran sus frases en épocas de colegio.

Ahora, no sé si lo haga bien o regular, pero así suene un poco antipático

lo importante es que me gusta lo que hago, y obviamente espero que a los demás también. Utilizo una técnica que podríamos llamar mixta, mezclo tipo de pinturas, combino vinilos de agua, vinilos acrílicos y remato con óleos, algo que, en teoría, no se debe hacer.

Todo se inició hace unos cinco años, aunque desde niño, en el colegio en primaria y bachillerato y luego en la facultad de arquitectura, recibí clases que fueron básicas y mejoraron algo los conocimientos de dibujo. Vengo pintando con más dedicación hace unos años, viviendo en Bogotá, utilizaba las horas libre antes o después del trabajo y los fines de semana, no salía

a la calle sacándole el cuerpo a los insoportables trancones en el tráfico y a la aburridora lluvia; también para matar un poco la ansiedad y dejar de comer harinas y dulces pues una pre diabetes se asomaba y acompañaba mi sobrepeso.

Un día, estando acelerado, realicé una obra que yo llamo "sin pinturas", tan solo tenía unas hojas de papel acuarela y una pluma con tinta negra y pinté en la hoja lo que podría llamarse un ojo, utilicé como pinturas lo que tenía a la mano: en la cocina y en la nevera encontré remolacha, café, milo, coca-cola, mostaza, mermelada de fresa y otras vainas y con eso le di color. Quedó tan

buena que mi hijo se la llevó, al principio pensé que para comérsela, pero luego supe que la tiene expuesta en su vivienda. Aclaro que la imagen inicial de inspiración la vi en internet, hice algo parecido, casi igual, nunca más la he podido encontrar, pero la técnica de crear los colores sí fue mía.

Pinto con mucho colorido, no en vano inicié con una serie llamada Alegrías, que muestra alegría, felicidad, expresa mucho, hay unas buenas pinturas y así de a poco he creado mi estilo. Debo mejorar y ampliar el panorama, aspiro a participar en exposiciones nacionales e internacionales, ya inicié en el Centro Colombo Americano por gentil invitación de sus directivos; se han expuesto algunas de mis obras en los dos últimos años en los salones de arte denominados Ciudad de Cúcuta, y otro en la Cámara de Comercio - lastimosamente no volvieron a convocar -, y he enviado para participar en los dos últimos años en el Salón del Agua que patrocina Aguas Kpital. Aquí no he tenido éxito, me ha salido la tapita de ... sigue intentado.

También hago caricaturas de amigos, muchas las hice para sus cumpleaños, o cuando la persona fallecía, siempre como regalo u homenaje respetuoso, según el caso. Éstas las hago



Elberto Lemus G.



Alberto Silva C.



en una tabla digital que tengo, es interesante la mezcla de la tecnología con la vena artística para dibujar, algo así como lo que sucede entre el procesador de textos y un escritor.

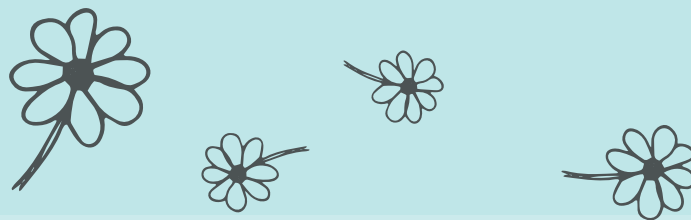
Igualmente hay por ahí unos tres o cuatro personajes caricaturescos, ellos opinan y echan vaina. Está entre esos, Nepomuceno Gómez quien supuestamente soy yo, luego aparece en escena Marlen, ella es pícara y tiene unas frases simpatiquísimas, está inspirada en una prima muy querida; otro es Ambrosio Calvo, un viejo cascarrabias, maleducado y criticón de la política y de todo; y Ancizar Blanco, un negro bacano, dicharachero, bien armado y varado. Tengo que retomar esos temas.

Mujeres...

Por: América Guerrero

Son muchas las sensaciones que vienen y van al intentar escribir algo sobre las mujeres de hoy en día, pero sin embargo me es difícil encontrar las palabras para definirnos, porque LO SOMOS TODO.

-Las de hoy en día-



Todas las mujeres que nos encontramos vivas en este instante SOMOS CREADORAS DE OPORTUNIDADES, jugamos todos los roles y lo hacemos bien, hemos logrado encontrar de alguna manera un descanso a la explicación de **POR QUÉ SOMOS CAPACES** y hemos invertido más tiempo en hacer, a pesar de que en América Latina, sobre todo, continúan casos de hostigamiento y feminicidios, hemos salido a las calles a protestar, hemos luchado contra los estereotipos y no ha sido fácil pero las puertas se han ido abriendo como parte de un proceso de guerras pasadas.



Entonces, ¿por qué nos seguimos saboteando?

No te sientas mal si lo haces, todo se basa en un chip que nos han pasado las generaciones anteriores, pero es tan sencillo de anular si valoras tu trabajo de forma objetiva, ahora ven, sigamos hablando de todo lo que hemos logrado.



En los últimos años logramos encontrar un equilibrio entre la vida laboral y la vida en familia, también entendimos que no es una obligación ser madre. En cada una de las ciencias, las artes, los deportes y la vida, las mujeres han dejado huella y los números siguen en aumento.

Pero no es solo el desempeño laboral, se trata de un cambio de carácter, nuestra forma de pararnos frente al mundo, de cómo la mirada evolucionó de la mano de gran determinación, ya no nos asusta que nuestro pensamiento disguste a algunos, ya no creemos que somos nosotras las equivocadas, la vida nos mostró nuestra grandeza y es por eso que debemos valorarlo, no ignores los esfuerzos de nuestros antepasados. Aquí están, aquí estamos y SOMOS MARAVILLOSAS.

Comparte ESTE MENSAJE CON CUALQUIER MUJER QUE TENGAS AL LADO, QUÉZAS ELLA NO TENGA NADIE QUE LE RECUERDE LO PODEROSA QUE ES.

Feliz Mes de La Mujer

M U S S I

C.C UNICENTRO

Local 1-92



¿Cuántas veces en su vida diaria vive preocupado por cosas que sólo existen en su cabeza? ¿Problemas que no se han manifestado todavía y aun así planeamos nuestra vida como si ya los tuviera?

Lamentablemente usted es de los que ha aprendido a dejar que su mente corra libre, sin restricciones y sin ningún tipo de entrenamiento. Esto, sólo puede causarle mucho dolor emocional y puede terminar encontrándose en un círculo

vicioso, lleno de miedos y frustraciones que solo terminan por trancar su felicidad y las posibilidades de éxito.

¿No ha tomado riesgos por miedo al dolor de un fracaso? ¿Visualiza sus proyectos ya fracasados sin antes emprenderlos? Pues bien, déjeme decirle que mientras usted trata desesperadamente de huir, pierde la percepción de la realidad por el exceso de preocupaciones erróneas y que ni siquiera se han mate-

rializado. No tener conciencia para discernir lo que realmente está sucediendo en el ahora y mucho menos en cómo solucionarlo, puede conllevar a usted tome decisiones basado más en la emoción que en la razón.

En mis consultas observo que hay pacientes que ven la vida tras de un velo cubierto de ilusiones o de desilusiones creadas por la mente, son esclavos de sus hábitos y víctimas de sus patrones de pensamiento.



PROBLEMAS REALES VS

PROBLEMAS FICTICIOS

Por: Juan B. Uribe

La historia de aprendizaje de cada individuo termina siendo la memoria del pasado y la anticipación del futuro, todo un verdugo, o una catapulta para afrontar las diferentes situaciones que se le presentan en su cotidianidad, sin embargo, cuando aprendemos a canalizar y enfocar la energía en el momento presente, podemos comprender que muchas de las preocupaciones que no nos dejan dormir, amar, disfrutar, aprender, sólo existen en la mente. En ese momento mágico de realización, podemos entonces con claridad tomar decisiones, y vivir en vez de sobrevivir.

Por eso comparto la filosofía de Siomara Yogini, una importante maestra Yoga y Reikista Colombiana la cual plantea que "No existen soluciones para problemas imaginarios", e invita a las personas a

hacerse las siguientes preguntas de las cuales usted también debe reflexionar.

¿Qué tanto dolor existe en su vida debido a sus miedos y preocupaciones?
¿Qué tan reales son sus problemas?
¿Está buscando la solución en el ahora?

Y si cambiáramos la pregunta y le cuestionara en este preciso momento esto: **¿qué le falta ahora, qué problema tiene en este mismo instante, cuál sería su respuesta?**

Sin embargo, frente a los problemas reales se tiene que resaltar que tienen implicaciones psicológicas complejas que afecta el "Yo" de la persona, pero es fundamental que se tome varios minutos para evaluar no solo que tipo de soluciones se le puede brindar a la problemática, sino también como lo afecta a usted y a su entorno.

No le de vergüenza pedirle ayuda a terceros, hay una frase muy coloquial que dice: "Siempre hay alguien más jodido que uno", y es cierto; por eso, es importante aprender de la experiencia de los demás, de saber que mecanismo se usó para reponerse a las dificultades, como manejo la presión de la situación y que conflictos encontró durante todo el proceso de arreglo del problema.

La solución a todo esto es más fácil de lo que usted se puede imaginar; cambie sus hábitos y patrones de comportamiento, no deje que sus falsos pensamientos rondan cada minuto su cabeza, atraiga pensamientos positivos y vaya despertando su conciencia a situaciones reales, así podrá pasar a un estado más neutral y tomar mejores decisiones para sus problemas reales y no ficticios.

LAS MEJORES TARIFAS DE LA DIVERSIÓN

VIAJA Y PAGA MENOS!

25%

Afiliados
Categoría A

20%

Afiliados
Categoría B



**SUBSIDIO
DE TURISMO**
AFILIADOS CATEGORÍAS A Y B
TODOS LOS DESTINOS

AGENCIA DE VIAJES
COMFAORIENTE
5836888 Ext. 1160-1173

AGENCIA DE VIAJES COMFAORIENTE
R.N.T. 29245. COMFAORIENTE SE
COMPROMETE AL NO TURISMO
SEXUAL DE MENORES DE EDAD Y
DEMÁS FORMA DE EXPLOTACIÓN Y
VIOLENCIA SEXUAL.
ARTÍCULO 17 LEY 679 DE 2001.



Villa Silvanía



Centro Recreacional

NIÑOS Y
ADULTOS
categoría A

\$ 2.800

NIÑOS Y
ADULTOS
categoría B

\$ 3.300

* TARIFAS INCLUYEN TODAS LAS ATRACCIONES

PBX : 5713404 - 5836888

Llame gratis desde cualquier parte del país: 018000975090

Edificio Sede: Avenida 2 calle 14 esquina, Cúcuta



320 8994908

www.comfaorientes.com

Comfaorientes Solo Beneficios

@comfaorientes

comfaorientes

Comfaorientes



COMFAORIENTE

Sólo beneficios

• Encuéntralo en Unicentro •



Botas Utility para caballero con suela cosida y vulcanizada color amarillo.

• **Encuéntralas en Planeta Store.**



Jean con cinturón en cuero y reata. Proceso teñido con desgaste, tiro Morrinson, silueta ajustada

• **Encuéntralo en Chevignon**



Bolso en cuero liso con herrajes envejecidos que dan un acabado **Vintage**. Estilo manos libres color café.

• **Encuéntralo en Vélez.**

Jean **San Luis** con correa en cuero, tiro bajo con bota ajustada y proceso de desgaste.

• **Encuéntralo en Americanino**



Zapatos en cuero cosido, con suela reciclada. Una alternativa **ECO**

• **Encuéntralos en Bosi.**





Bikini Set, diseño en triángulo con herrajes en baño de oro de 24K. Color Verde Jade.
Accesorio Pava Lay
● **Encuétralo en Onda de Mar**



Brasier **Premium** y panty en corte láser
● **Encuétralos en Intima Lili Pink**



Calzado en goma para mujer, diseño cómodo, seguro y de práctico lavado.
● **Encuétralos en Evacol**



Blusa en escote bandeja con hombros descubiertos, de corte francés, con golás sobrepuestas a la cintura. Última colección Aviva Moda.
● **Encuétrala en Cala Boutique**



-Brasier post-operatorio con forro interno en algodón.
-Cinturilla en látex de alta compresión.
-Short levanta glúteos con control de abdomen
● **Encuétralos en Ann Chery**



Choker y aretes en bronce con baño en oro de 24K.
Colección Secret Paradise.
Diseñador PajaroLimon
● **Encuétralos en Idilio**



Bolso elaborado en cuero, color azul turquesa.
Pieza única para personalizar y autografiar.
● **Encuétralo en Mario Hernández**

Zapatos en cuero, estilo Apache.
Elaborado totalmente a mano, color rojo.

● **Encuétralos en Regina Cueros**



Therese Telas ofrece gran diversidad en textiles, siempre a la vanguardia con las últimas tendencias en moda. Atendido por su propietaria Teresa Porras con más de 30 años de experiencia en el mundo textil.

● **Encuétralas en Therese Telas**



Blusa 3/4, inspiración Jardín de Rosas.
Leggins color beige.

Accesorios: lentes, pulsera y sandalias

● **Encuétralos en PatPrimo**

No estamos solos

La **NASA** acaba de anunciar la noticia de un maravilloso descubrimiento que podría explicar el origen de las visitas y los avistamientos cada vez más frecuentes de OVNI's en diversos lugares de la tierra.

Se trata del hallazgo de una especie de nuevo sistema solar – en este caso sistema estelar – compuesto por siete planetas de un tamaño muy similar al nuestro y a tan solo 40 años luz de la Tierra. Lo sorprendente es que tres de los siete planetas se encuentran en una zona llamada habitable y podrían tener océanos de agua en su superficie y otras condiciones esenciales para que exista vida.

Lo asombroso y esperanzador del descubrimiento es que ningún otro sistema estelar conocido contiene un número tan grande de planetas del tamaño de la Tierra, y entre ellos el mayor número de mundos que podrían contar con agua líquida en superficie.

Es bien claro que el punto ya no es si existe o no vida en otros planetas sino cuándo estableceremos contacto formal con ellos y no simples visitas furtivas. Es muy probable que pronto nos confirmen que sí tenemos vecinos y que no somos los únicos habitantes del universo, como nos han querido hacer creer.



**Todas las
comodidades
que mereces
en un solo lugar.**

ATLANTIS
plaza hotel

Cll 8 No. 7 - 55 / Centro - Cúcuta
Reservas - 5 71 92 02



Por: David Ospina Osorio
davosquin@gmail.com

EL BITCOIN

¿NUEVA ECONOMÍA MUNDIAL?

A pasos de veras agigantados e indetenibles avanza la realidad de una nueva economía global que parece dictar una cambiante situación económica y financiera mundial, acorde a los avances tecnológicos y a la sorprendente era digital en que ahora vivimos.

La economía mundial se transformó de una era industrial hace 30 años a una tecnológica de hace 15, y ésta a su vez siguió con su metamorfosis hace un par de años llevándonos a la actual era digital con unos cambios gigantescos cuya terminología empezaremos a abordar con la aparición de los drones, el Internet de las cosas (IoT por sus siglas en inglés), los carros eléctricos, las aplicaciones móviles y hasta la forma en que intercambiamos ahora bienes y servicios.

Ha aparecido algo tan disruptivo para la vida de los seres humanos como lo fue en su momento el Internet y esto tiene que ver con la globalización y la nueva realidad de economías colaborativas y digitales que tarde que temprano tendrán que adoptar las empresas financieras y la banca mundial, aparte de sus innumerables aplicaciones para el beneficio de la humanidad como los contratos inteligentes,



las DAO's, las DApps (Organizaciones Autónomas y Aplicaciones Descentralizadas) y la excelente seguridad que brinda la cadena de bloques y muchos avances más.

Qué son las Criptomonedas ?

Las Criptomonedas, monedas digitales, monedas virtuales, dinero virtual, dinero en línea, o dinero electrónico son nombres que usamos en referencia a un nuevo concepto del sistema de intercambio de valores. Criptomonedas o criptodivisas es un término que se refiere a un sistema

“Uno de sus mayores beneficios a nivel mundial es que evita la exclusión de todas las personas que no tienen acceso a la banca o a créditos”

criptográfico (encriptación matemática codificada) usada para crear, guardar y transferir divisas digitales. Probablemente la más conocida sea la primera que se inventó llamada el Bitcoin. Con ésta introducción llegamos a nuestra segunda pregunta:

Que es el BITCOIN ?

El Bitcoin es la primera moneda digital encriptada cuya creación se le atribuye al seudónimo de Satoshi Nakamoto, inventor anónimo y genio que en el 2009 crea una moneda hecha para la internet y que se caracteriza por ser descentralizada (quiere decir que no hay ninguna entidad o institución centralizada, ningún emisor, ningún banco, ningún país y ningún gobierno que la regule, la manipule, la controle o la intervenga). Tiene muchas otras características positivas y ventajas sobre el actual dinero fiduciario (sistema FIAT) porque las transacciones: no requieren de un tercero ni de un intermediario ya que son P2P (de persona a persona a través de internet), sin cuotas, imborrables, sin devoluciones de cargo, sin censura, y sin fronteras; además dicha moneda virtual es: fungible, divisible (hasta en 100 millones de partes llamadas Satoshis), seudo-anónima, segura, rápida, capaz de retener valor y utilidad (como un commodity), fácil de trazar, de almacenar, guardar o transportar, además de ser limitada (solo se van a crear 21 millones de Bitcoins hasta el año 2140).

Uno de sus mayores beneficios a nivel mundial es que evita la exclusión de todas las personas que no tienen acceso a la banca o a créditos porque viven a grandes distancias o sitios alejados de las ciudades, por mala historia crediticia, por poco dinero, o porque no califican para pertenecer como cliente a muchos de sus productos bancarios. El Bitcoin llegó para favorecer a todas éstas personas, ya que cualquiera puede crear una cuenta y tener su billetera electrónica y hasta tarjeta débito física, sin engorrosos estudios de crédito y calificación crediticia, sin recomendaciones y sin antecedentes o perjuicios sociales!

En la próxima edición les contaré cómo comprar, producir, guardar (ahorrar), e intercambiar tus Bitcoins.....para adquirir bienes y servicios.

JUEVES DE AMIGOS EN UNICENTRO



**REGISTRA TU FACTURA DE COMPRA
IGUAL O SUPERIOR A \$50.000 EN EL PUNTO DE INFORMACIÓN
Y ÓBTEN PARQUEADERO GRATIS TODO EL DÍA**

🌐 WWW.UNICENTROCUCUTA.COM / [f](#) [t](#) [i](#)



**LOS MIÉRCOLES
EN WINNERS**

**TODAS LAS
ALITAS
QUE PUEDES COMER
POR SOLO
\$23.000**



**Calle 16 No. 0E-32 Caobos
Domicilios: 572 2407**

www.winnerscolombia.com [f](#) [i](#) [t](#) [@WinnersColombia](#)



**COLECTIVO DE ABOGADOS
VELASCO TARAZONA
S.A.S.**

ASESORIA LEGAL CORPORATIVA

Asesoría Jurídica y Tributaria Corporativa para empresas con profesionales junior, senior y master especializados en diferentes áreas. Asistencia legal por horas, días, meses o vía telefónica, de acuerdo a sus necesidades. Obtenga un grupo de profesionales especializados por el precio de uno, sin carga prestacional.

DERECHO: Laboral, Administrativo, Contratación Estatal, Tributario, Responsabilidad Civil y Medica, Seguros, Civil, Comercial, Inmobiliario, Notarial y Urbanístico, Propiedad Horizontal.

DICTAMENES PERICIALES EN: Indemnización de Perjuicios por Lucro Cesante y Daño Emergente, Pérdida de Oportunidad, Restablecimiento del Equilibrio Económico del Contrato, Conceptos en Derecho.

ASESORIA CONTABLE: Declaraciones Tributarias de PN y PJ, Requerimientos de la DIAN, Implementación NIIF, Información exógena, Auditorías externas

CII 22N # 18E – 65 Urb. Niza
3219952610 - 301 7751067 – 304 3784122 - 5944143
www.colectivodeabogadosvelascotarazona.com
velascotarazonaasociados@hotmail.com
velascotarazonaasociados@gmail.com



• FERNAN GOITIA EN VIVO •

El 2 de febrero el artista cartagenero Ferna Goitia estuvo en nuestro centro comercial en con un show dedicado especialmente para nuestros clientes y los oyentes de la emisora la FM de RCN radio.

En este show estuvo promocionando sus más recientes éxitos como "Tu recuerdo, Se me olvidaba y Hoy quiero darte". El talento de la agrupación cucuteña Romanzza fue el encargado de abrir esta presentación musical que sirvió como antesala a la celebración del día de San Valentín.



• LLEGÓ SAN VALENTÍN •

San Valentín llegó a Unicentro cargado de amor y detalles para nuestros clientes, visitantes y oyentes de la emisora Radio Tiempo.

Los obsequios de las marcas del centro comercial no se hicieron esperar, gracias a **Casio, Chevignon, Naf Naf, Regina Cueros, Mic, Quest, Joyería Sharik, Fds, El Universo del Churro, Theresse, Fedco, Ciudad Dragon, Royal Films, Cases&Covers, Mandarina Light, Adriangela, La Riviera, Mr. Roast Beef, Sofi Crepps, Cortella, Dimar, Happy City, Di Piu Milano, Color King, Los Arrieros, La Mazorca, Co-sechas, Londeros Express, Le Beau, Evacol, Mussi, Mimos.**

Entre los concursos realizados se llevó a cabo "el beso más largo" donde por más de 45 min Juan Jose Rivera Diaz y Alba Patricia Muñoz demostraron su amor siendo los ganadores de 2 smartphones. El show musical estuvo a cargo de Paul Alvarez quien con sus canciones enamoró a los asistentes.



• GÁNATELO EN 60 SEGUNDOS •

Gánatelo en 60 SEGUNDOS fue el evento con el que el centro comercial Unicentro premió las compras realizadas en la temporada de compras Unidescuentos realizada del 16 al 31 de enero. Esta temporada reunió con descuentos las categorías de calzado, ropa, tecnología, accesorios, belleza, infantil, hogar y restaurantes.

Los clientes que registraron sus compras del 16 al 31 participaron del sorteo de 60 segundos para recorrer el centro comercial escogiendo los productos que quisiera durante este tiempo. El sorteo se realizó el 1 de febrero resultando ganadora Sandra Ramírez quien asumió el reto de los 60 segundos en el centro comercial el sábado 4 de febrero.

En su recorrido la ganadora tuvo la oportunidad de pasar y tomar productos de las Marcas **Vélez, FDS, Casio y Quest.**



• NOS VISITARON LOS PEQUEÑOS GUERREROS •

El 15 de febrero estuvieron disfrutando de nuestro Centro Comercial, los niños de la "Fundación Pequeños Guerreros"; quienes en compañía de sus amigos y familiares pasaron una tarde especial llena de sorpresas y diversión. A todos ellos gracias por compartir con nosotros gratos momentos y contagiarnos de su alegría demostrándonos su valentía y fortaleza.

Unicentro, una delicia para caminar!



1. Calzatodo
2. Pilatos
3. Tennis
4. Evacol
5. Quest
6. Bata
7. Americanino
8. Bosi

9. Spring Step
10. Planeta Store
11. Pat Primo
12. Ropin
13. Velez
14. Unideportes
15. Koaj

Los **boyfriend jeans** son una hibridación entre un pantalón de hombre y una horma de mujer, es decir que tienen un poco de los dos, algunas mujeres los odian, otras los aman con locura, lo importante es que si aún te gustan con loca pasión entonces esta publicación es para ti, ya que los puedes llevar de varias formas y sacarles el jugo enteramente.



1. Los puedes llevar con tacones, de esta manera le das un toque más formal para la oficina sin necesidad de verte mal vestida o inapropiada para la ocasión, estos detalles son importantes, por ejemplo añadir un blazer (en Cúcuta recomiendo un blazer en lino) para dar mucha más formalidad y así nadie tiene derecho a decir que no sabes lo que haces, serás la más de la ocasión. Debes tener cuidado ya que los boyfriend dan un sabor más relajado con respecto al código de vestuario así que fíjate en los complementos que usas así como mencioné anteriormente.

2. Si de citas se trata, mezclar los boyfriends con mocasines, loafers u oxford son una idea muy inteligente, los zapatos de ese estilo son muy apropiados y también son vestidores. Puedes ir a los centros comerciales, a restaurantes bonitos mas no elegantes y te vas a sentir muy bien, un toque de encaje o crochet en el top le ponen el toque romántico que te quitan los boyfriend, todo se trata de balance, los contrastes hacen que un outfit del día a día pase de aburrido a cool en menos de 2 segundos.

3. Los botines también son MUY IMPORTANTES, los botines hace de los boyfriend una pieza ultra chic, convierte una prenda casual en una prenda llena de glamour y ultra top, arriesgarse vale la pena y más cuando se trata de sentirte bien y bella. Si estás cansada de verte como las demás entonces es importante dejar a un lado los miedos y los temores y tomar la iniciativa.

Hay muchas maneras de lograr que los boyfriend se conviertan en una prenda versátil pero eso depende de ti y de las ideas que tengas o lo atrevida que seas, por eso aquí algunas fotografías para que se animen a verse ultra top. Todo es cuestión de actitud, deja de tildar prendas de erróneas o desagradables solo porque no les has visto el lado amable es como todo, a veces juzgamos por la primera impresión y el objetivo es atreverse a probar cosas nuevas para ver si nos funciona o no.



¿B♥YFRIEND

JEANS

AÚN TE GUSTAN?

Zu contreras / @stylemezu / www.stylemezu.com

Unicentro calza perfecto



1. Planeta Store
2. Unideportes
3. Mario Hernández
4. Mussi
5. Bata
6. Bosi
7. Tennis
8. Adriangela
9. Calzatodo
10. Naf Naf
11. Chevignon

12. Regina Cueros
13. Studio F
14. Pat Primo
15. Ela
16. Pilatos
17. Koaj
18. Evacol
19. Vélez
20. Super Cueros
21. Spring Step



ROASTBEEF

EN SALSA DEMI-GLACE

Por: Adolfo Miró

INGREDIENTES

- ROASTBEEF 150 gr.
- Salsa demiglace 30 ml.
- 60 gr de torta de maíz
 - 20 gr de tomate
 - 20 gr de lechuga
 - 10 gr de maíz
 - 10 mm de aderezo

Reflexionando la confección de un menú con mi gran amigo y socio Ricardo Sandoval, decidimos usar para esta ocasión una proteína que muy pocas veces incluyen en los menús, siendo así una delicia poco usada en estos, y dando mucho juego a cualquier preparación con la misma.

Trabajando en este plato para la boda de una clienta, decidimos acompañar la proteína con una salsa demiglace, torta de maíz y una ensalada fresca con aderezo.

El espectáculo empezaba, ya que eran 110 comensales y no era tarea fácil, pero con la experiencia de mi compañero de batallas Ricardo logramos el objetivo, y nos salió una boda de lujo, quedando muy agradecidos por los recién casados, ya que todo se realizó sobre lo estipulado, y cumpliendo el objetivo deseado.

Esperamos que disfruten haciendo esta receta.



PREPARACIÓN:

La carne de roastbeef adobada con sus especias, pudiendo utilizar muchas de ellas al gusto, la cubrimos con papel aluminio y la metemos en el horno a una temperatura de 120 grados por 6 horas, para luego hacerle un corte lo más fino posible, para que quede una tajada fina.

Para la salsa demiglace usaremos un fondo oscuro, vino tinto, salsa soya y un poco de reducción de vinagre balsámico, y la dejamos reducir durante 1 hora a fuego bajo.

Para la torta de maíz usar ½ taza de maíz tierno, 1/4 de lata de maíz bien escurrido, 50 gms de leche condensada, 30 gms. de azúcar, 1 huevo, cucharita de aceite de vainilla, una pizca de sal, 70 gms. de harina todo uso y ¼ de polvo de hornear. Se colocan todos los ingredientes en la licuadora, menos la harina y polvo de hornear que la usamos cuando vertamos en un bol todo y lo revolvemos para seguidamente pasarlo a un molde engrasado y enharinado y al horno por 175 grados por una hora. Recomendación: hacer la prueba con palillo, si sale limpio ya está.

La ensalada: para finalizar usando maíz tierno, tomate, lechuga y aguacate, todo picado, finalizando con un aderezo de aceite de oliva orégano y vinagre balsámico.

Espero sea de su agrado esta receta y disfrute.

***Chef a domicilio, catering.**
Cel. 3174398096

MARTES

2x1

Parqueadero gratis

Recibe 2 horas de parqueadero gratuito registrando tu factura en el punto de información por compras en las siguientes marcas:



WWW.UNICENTROCUCUTA.COM /



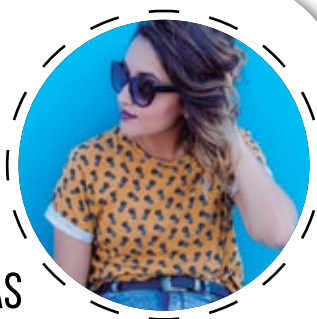
•PERFILES•

Tal como hicimos en la última edición, les mostramos a nuestros lectores una breve presentación de quienes son nuestros colaboradores más frecuentes.



**MÓNICA LÓPEZ
JARAMILLO**

Nos hace notas con un estilo muy fresco y de agradable lectura sobre turismo, a la manera de una bitácora de sus viajes, lo que les da un singular valor. Es cucuteña, abogada especializada en Derecho Administrativo de la U. Externado en Bogotá, trabajó para Partners of Américas y para la OEA en Washington DC, se desempeñó como asesora del viceministerio de Justicia y ahora lo hace para la más importante entidad gremial del país. Le encanta viajar adonde nunca ha ido y escribe tan bien en español como en inglés.



ZU CONTRERAS

Nuestra blogger de moda, escribe de tendencias, prendas de vestir, accesorios y pasarelas. Estudió diseño de moda en la universidad Arturo Tejada Cano de Bogotá y se especializó en la universidad de Parsons New School of New York y Teen Vogue en Fashion Essentials. Crea styling para fotografías, le encanta la historia y en su blog de moda plasma todo esto www.stylemezu.com con influencia de VOGUE cosméticos; una de sus actividades favoritas es ir a tomar café con sus amigas y amigos. Le emociona mucho escribir para la revista de Unicentro y siempre tiene ideas divertidas en sus artículos. Maneja su propia tienda virtual y su color favorito es el azul.



**ALEJANDRA
VANEGAS CABRERA**

Cucuteña, periodista corresponsal del diario El Espectador en Buenos Aires. En su adolescencia vivió en Budapest, habla húngaro e inglés. Se graduó en la U. Externado en Comunicación Social y Periodismo, hizo prácticas profesionales en El Tiempo y en El Espectador como redactora. Ha viajado por muchos países haciendo entrevistas y reportajes, ahora vive en Buenos Aires, donde trabaja y cursa su Maestría de Periodismo. Le encanta el cine, la gastronomía y el buen vino.



**ZULY NIÑO
SERRANO**

Diseñadora cucuteña, titulada de la Universidad Autónoma del Caribe, con más de 18 años de experiencia en el sector textil y moda. Desde niña mostró su pasión con los colores y por armar los looks de sus hermanas y primas. Hoy se destaca como una diseñadora muy exitosa que viste mujeres versátiles que se quieran ver frescas, seguras, tranquilas y alegres a través del estilo y color de sus prendas, en las que sobresalen las mantas Wayyú.



**JUAN BERNARDO
URIBE**

Psicólogo de la Universidad Konrad Lorenz, especialista en Gerencia de Recursos Humanos con énfasis en Coaching Organizacional de la misma universidad y diplomado en Salud Ocupacional. Ha sido catedrático de la Universidad de Pamplona y conferencista sobre manejo y motivación de personal. Consultor de diferentes empresas para el manejo de personal.

Contra las cuerdas

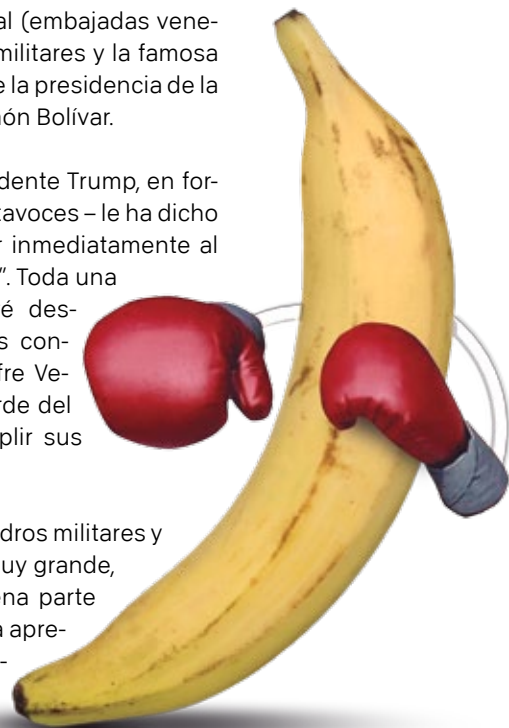
El panorama no puede ser más sombrío para el presidente/dictador Nicolás Maduro desde que Donald Trump asumió el poder el pasado mes de enero. Su infinita torpeza y megalomanía le hicieron creer que el gobierno norteamericano se sentiría honrado y halagado por sus mensajes conciliadores y coquetos con la nueva administración, mientras en Venezuela continúa la opresión, la corrupción, la crueldad con sus enemigos políticos, el narcotráfico y todos los demás ingredientes que convierten en explosiva cualquier relación con USA.

Varios hechos le hicieron ver lo equivocado que estaba. Uno de ellos fue el señalamiento por parte de la Office of Foreign Assets Control – OFAC – de que el vicepresidente del régimen bolivariano es un narcoterrorista que envía coca en grandes cantidades y vende pasaportes a miembros de grupos de terroristas como el Hezbollah e ISIS. No es de poca monta esta acusación que, de hecho, trasciende el ámbito personal y alcanza al régimen mismo, no sólo por la importancia del cargo sino porque todos

los delitos se habrían cometido utilizando instrumentos y logística institucional (embajadas venezolanas, pasaportes, aviones militares y la famosa rampa N° 4 de uso exclusivo de la presidencia de la república en el aeropuerto Simón Bolívar).

Como golpe adicional el presidente Trump, en forma personal y directa - sin portavoces – le ha dicho a Maduro que “debería liberar inmediatamente al preso político Leopoldo López”. Toda una orden que difícilmente podré desatender dadas las dramáticas condiciones económicas que sufre Venezuela y que la tienen al borde del default (incapacidad de cumplir sus compromisos de deuda).

El nerviosismo en los altos cuadros militares y del gobierno venezolano es muy grande, muchos perderán todo o buena parte de lo robado. A Maduro lo van a apretar muy fuerte, hasta que estalle y ceda el mando.



cortello
• SALÓN DE BELLEZA •

Hermosa hasta las uñas...



310 8054293



cortellasalondebelleza

#estilocortellasalondebelleza

CC.Unicentro L.174

POR: LUIS EMIGDIO GUERRERO

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

VERTICALES

1. El patrón de los enamorados.
2. Enamoramiento lleno de esplendor y fascinación.
- Normas para fabricación, comercio y comunicación, en todas las ramas industriales.
3. Repetido el profesor Jirafales furibundo – Los angelitos de Hitler – Vino sin vocales.
4. Sigla cariñosa para el ser más querido – Una de las amantes de Zeus.
5. Principal puerto del sur del Perú.- Nombre del fundador de los salesianos.
6. Ciudad donde se asilo Caín, después de asesinar a su hermano. – Otra vez Jirafales furioso.
7. Las antiguas viviendas lo tenían en sus tejados.
8. El aula de clases – En Colombia este sujeto anda suelto.
9. Artículo determinado, masculino y singular.
10. Al revés, las malas se han convertido en groseras e indecentes.

HORIZONTALES: 1. “Lo que no está en ellas no se vende”, dice Beatriz Duran. / 2. Esposa de Esaú – Artículo neutro. / 3. El litio – Los “buenos son indispensables para desenvolvernó en la sociedad”, dice Camila. / 4. Este nombre significa “La que ama a Dios” – La produce el viento sobre el mar. / 5. Indica insuficiencia o carencia, al revés – Segundo nombre del presidente Trump. 6. En inglés indica dirección - La inolvidable Brigitte Bardot. / 7. Mónica dice que: hacerlo “nos da verdadera educación y las mejores experiencias”. / 8. Cortesana francesa princesa de la galantería, glamour y alto ejercicio erótico. - Fiel a su amo. / 9. Recordada empresa de aviación opita. / 10. El pésimo manejo económico de Maduro decretó su extinción.- A papa le sisaron la a.

SOLUCION ANTERIOR. Horizontal. Conchita. Urdu. Arc. CR. Busacas. Hita. Gema. IN. Sota. Cao. DU. Oro. Pintar. Tao. EE. Ies. Ein. Lagos. Metas. San. **Vertical.** Cuchicute. Odrina. Mía. NR. Opone. Cuba. Alenda. IAS. Tuteas. Trago. Accesorios. AM. Esa. Casado.

• NOS ESCRIBEN •

Lo máximo

Aunque conservo todas las revistas porque encuentro notas que a veces conviene releer, guardaré como un tesoro la revista de febrero por el artículo “Máximas a mi hijo”. Creo que podríamos agregarle muchas más, espero que lo hagan en próximas ediciones.

Daniel Camargo.

Matando pulgas

Como bien lo advierte el articulista, nada hay más subjetivo que los sentimientos, y en eso cada quien tiene su manera de matar pulgas. Sin embargo, sí es cierto que para la conquista amorosa existen ciertos rituales universales, ciertos protocolos y normas transversales a todas las culturas que conviene saber. Compré el libro y me ha servido mucho, a veces uno cree que se las sabe todas y no es así.

Jorge González

Resiliencia pura

Un artículo de veras sobrecogedor el que narra la historia del percance de Alejandra Vanegas. Me parece una mujer

admirable que se levanta luego de un doble golpe tan fuerte – físico y emocional – y sigue adelante con una alegría y entusiasmo envidiables. Además, escribe muy bien, espero seguir leyéndola en la revista.

Nadia Araújo

Nos felicitan

Me gustaron todos, todos los artículos. Es una revista que presta una gran utilidad por su contenido y felicito a Unicentro por esta iniciativa y aporte que le hace a la sociedad cucuteña, es una mezcla perfecta de sus propósitos comerciales con algo de responsabilidad social empresarial. La revista gratuita es, repito, un gran aporte a Cúcuta que sabemos apreciar.

Carolina Pérez

Soy lector de su revista y los felicito por el esfuerzo de mantener una publicación de tan excelente calidad y contenido.

Gerard Raynaud Delaval



REGISTRA TUS FACTURAS DE COMPRA
IGUALES O SUPERIORES A \$100.000
EN EL PUNTO DE INFORMACIÓN*

Unicentro te regala
una hermosa casa



UNICENTROCUCUTA



#UNICENTROCUCUTA



@UNICENTROCUCUTA



WWW.UNICENTROCUCUTA.COM



Unicentro
C U C U T A
Centro Comercial
Un mundo sin fronteras

En el 2017 tendrás nuevos caminos por recorrer

Renault OROCH



- Tiquetes a París ida y vuelta sin sorteos
- Recibimos tu usado

AUTOSTOK

Villa del Rosario
Carrera 11 N° 24N - 261
Autopista Internacional San Antonio
Pbx: (7) 594 34 34

Caobos
Calle 13 N° 2E - 121
Cúcuta - Norte de Santander
Pbx: (7) 572 4989 – 572 4913