

Unicentro CÚCUTA Contigo



**Pasa tus
vacaciones
con nosotros**



Unicentro
CÚCUTA
Centro Comercial

• cines • restaurantes • compras • juegos
• diversión • helados • entretenimiento • café



¿VOLVER A USAR
EL MISMO PEINADO?



EN ÉSTE REGRESO A CLASES,
QUE LO NUEVO SEAS TÚ.



TOTTO.COM

C. C. Unicentro Local 1-33 • C. C. Ventura Plaza Local 1-15 • Calle 10 No. 3-74 Centro
C. C. Unicentro Local 1-08 Totito Tú kiosco Unicentro • Pamplona Calle Real carrera 6 No. 7-92



Ven y cumple tus sueños en INTESIS

INSTITUTO DE FORMACIÓN TÉCNICA SISTEMATIZADO



"17 AÑOS DE EXPERIENCIA SON NUESTRA GARANTÍA"

PROGRAMAS TÉCNICOS LABORALES

- ▶ Asistente Administrativo (**Adm. de Empresas**)
- ▶ Asistente en Servicio Social y Comunitario (**Trabajo Social**)
- ▶ Atención a la Primera Infancia (**Preescolar**)
- ▶ Auxiliar Contable y Ejecutivo (**Secretariado**)
- ▶ Auxiliar en Clínica Veterinaria (**NUEVO**)
- ▶ Diseño Gráfico
- ▶ Investigación Judicial y Criminalística
- ▶ Mercadeo y Puntos de Ventas
- ▶ Reparación de Equipos Electrónicos (**audio y video**)
- ▶ Redes y Mantenimiento de Computadores
- ▶ Seguridad Ocupacional (**NUEVO**)
- ▶ Peluquería (**NUEVO**)

BACHILLERATO POR CICLOS CAPACITACIONES DIPLOMADOS

DOBLE TITULACIÓN

- Bachillerato por ciclos + Capacitación
- Bachillerato por ciclos + Programa técnico
- ✓ Programa técnico + Capacitación
- ✓ Programa técnico + Programa técnico
- ✓ Capacitación + Capacitación

Mensualidades desde \$50.000

HOMOLOGAMOS TUS ESTUDIOS

¡NUEVOS PROGRAMAS TÉCNICOS!

CAPACÍTATE CON SUBSIDIO

**MATRÍCULA
GRATIS
PARA ALUMNOS
NUEVOS**

**HORARIOS FLEXIBLES
DE LUNES A DOMINGO**

**AULAS CON
AIRE ACONDICIONADO**



**AUXILIAR EN
CLÍNICA VETERINARIA**



**SEGURIDAD
OCUPACIONAL**



PELUQUERÍA



2018, un año para aprovechar

Unicentro
Contigo

Enero 2018 Edición No. 30

Publicación mensual
con información,
entretenimiento y cultura al
servicio de clientes y visitantes
al Centro Comercial Unicentro
Cúcuta.

ISSN 2500-4611

GERENTE
C.C. UNICENTRO CÚCUTA
Carmen Elisa Ortiz C.

DIRECTOR
Luis Raúl López M.

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN
J. Reyner Parra Rozo

ÁREA COMERCIAL
Carmen E. Ortiz C.
Tina Sanabria M.
Eliana Boavita
Cinderella Ibarra

COLABORADORES
Vanessa González Rubio
América Guerrero
Johanna Andrade
Luis Emigdio Guerrero
Elberto J. Lemus G.

Información Comercial:
operativocomercial@
unicentrocucuta.com
Cel: 318 243 2251 - 316 744 5395
revista@unicentrocucuta.com
asisgerencia@
unicentrocucuta.com
Av. Libertadores, Canal Bogotá
Tel.: 581 8423 - 581 8422

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.

Todos los colombianos damos inicio a este nuevo año con una gran mezcla de sentimientos encontrados, de expectativas inciertas, de optimismo muy contenido y de deseos de que todo, por fin, cambie; que termine lo que para muchos ha sido una pesadilla. Sentimos que estamos en una situación en la que, como dijera Gramsci, lo que ha de morir no muere y lo que ha de nacer no nace.

Para nadie ha sido fácil soportar las inclemencias del clima económico que el país padece desde cuando se expidió la última reforma tributaria. Y, lo peor, los ingentes sacrificios hechos por la población por la vía de la disminución de su capacidad de compra, de nada sirvieron, como lo prueba la degradación que hizo la mayor calificadora de riesgo del planeta, de la calificación crediticia de Colombia por cuenta del pésimo manejo fiscal del país.

Empezamos un periodo muy especial por su condición de año electoral y, por ello, con dos administraciones, ojalá bien diferentes, según se desprende de las promesas de los candidatos, quienes ofrecen desmarcarse radicalmente de lo que ha sido el actual gobierno. Quiera Dios que la sensatez

se imponga en todos los colombianos y desechemos, de una vez y para siempre, las veleidades socialistas que nos hacen incurrir en el grave riesgo de seguir los pasos de la vecina Venezuela, en donde el poder no se toma para impulsar el desarrollo socioeconómico de la población sino para satisfacer los insaciables apetitos de quienes lo han pretendido utilizando las peores formas de lucha.

Por paradójico que suene, es ahora cuando más optimistas debemos ser. Es ese el espíritu que debe imperar en todos nuestros ámbitos de desempeño laboral, empresarial, académico y social para provocar una corriente de pensamiento positivo y de confianza en nuestro porvenir, donde no tenga cabida el menor asomo de peligro para la iniciativa privada, para el emprendimiento, la libertad en todas sus formas, en fin, para nuestra felicidad.

A todos nuestros lectores, visitantes y clientes del centro comercial les deseo un año 2018 en el que puedan disfrutar de plena salud, gozar de los mejores momentos de sus vidas, y prosperar junto a sus seres queridos.

Carmen Elisa Ortiz Caselles
Gerente General

ISAYES



SANTA MARTA - C.CIAL ARRECIFE

LOCAL 224

 ISAYESPIJAMAS

CÚCUTA - C.CIAL UNICENTRO

LOCAL 160

 PIJAMAS ISAYES

VALLEDUPAR - C.CIAL UNICENTRO

LOCAL 130

 CEL: 3114905253

COMPRA ONLINE
WWW.PIJAMASISAYES.COM

- 8 *Buen viaje*
- 12 *2018*
- 16 *Amor on line*
- 18 *Cultura y negocios*
- 20 *Fin del sexo*
- 22 *La crisis de los veinticinco*
- 24 *Déjà vu*
- 26 *Amor a primera vista*
Romántico o lujuriosos?
- 28 *Paella marinera*
- 30 *Deja que te encuentren*
- 32 *Vitrineando*
- 34 *Lo que viene*
- 36 *Así vivimos diciembre*
- 39 *Uninoticias*
- 40 *Unicompras*
- 42 *Pasatiempo*



DEL 1 DE ENERO AL 28 DE FEBRERO

TEMPORADA

Escolar



Comfanorte

Donde queremos estar

**Ven y pregunta por los descuentos
que tenemos con nuestros aliados para ti**

Info: Oficina de vivienda y Crédito Comfanorte
☎ 5823455 Exts. 414 - 309 - 427 - 479 ☎ 313 889 1198



www.comfanorte.com.co

BUEN VIAJE!



Es bien probable que ante el elevado costo de los boletos de avión, especialmente en esta época considerada como alta temporada, consideremos la alternativa de viajar por tierra con nuestra familia en estas vacaciones. Indudablemente es una muy agradable opción, y lo será aun más si observamos algunas consideraciones muy importantes.

La primera es, obviamente, el tema de la seguridad. Bien sabemos que

nada hay más seguro que viajar en avión, gracias al estricto mantenimiento que se les hace a las aeronaves y a la rigurosa inspección por la que pasan los pilotos.

Eso mismo no lo puede obviar usted cuando aborda su vehículo con su familia, debe asegurarse muy bien de que su carro está en óptimas condiciones, no solamente en materia de frenos (pastillas) sino en todos los aspectos que le garantizan que no se irá a dañar el plan familiar por culpa de

una correa en mal estado, o la bomba de gasolina o cualquier otro de las decenas de componentes que pueden ser objeto de avería.

Eso amerita una revisión integral del carro en su taller de confianza, no viaje sin hacer el día antes **un check list de la parte mecánica del vehículo**, incluyendo en ella el estado de las llantas, el gato, linterna, extinguidor y el famoso kit de carretera que pueden pedirle en cualquier momento.

OPTICALIA[®] OPTICA VISUAL



- Centro Comercial Unicentro local 118A Tels. 578 3470
- Calle 10 No. 3-23 local 1 Centro Tels. 571 5273
- Calle 10 No. 7-54 Centro Tels. 573 0825 - 583 4908
- Centro Comercial Plaza de Los Andes local 75. Av. 7 No. 9-21 Centro Tels. 572 2890
- Calle 11 No. 3-37 local 4 Centro Tels. 583 1203
- Calle 11 No. 0-70 Barrio La Paya Tels. 572 8613
- Nytido Visual Centro Comercial Ventura Plaza local 3-45 Tels. 575 5430
- Calle 10 No. 4-83 Centro Tels. 572 8446
- Centro Comercial Ventura Plaza local 159-A Tels. 575 5362

Como cualquier piloto, haga su plan de viaje considerando tiempos, distancias y momentos para tomar alimentos o dormir. Procure no conducir jornadas de más de 4 horas, con un máximo de 8 por día, quizás se sienta "bien" para continuar, pero es mejor que evite la fatiga y el sueño. Su vida y la de los suyos vale muchísimo, eso no tiene discusión.

Además, su viaje es de placer, de vacaciones, no es un contrato de transporte en el que tiene que llegar rápido y de un solo envión desde Cúcuta hasta Cartagena. Tómelo suave, disfrute paisajes, pare cuantas veces quiera a tomar fotos o a ir al baño.

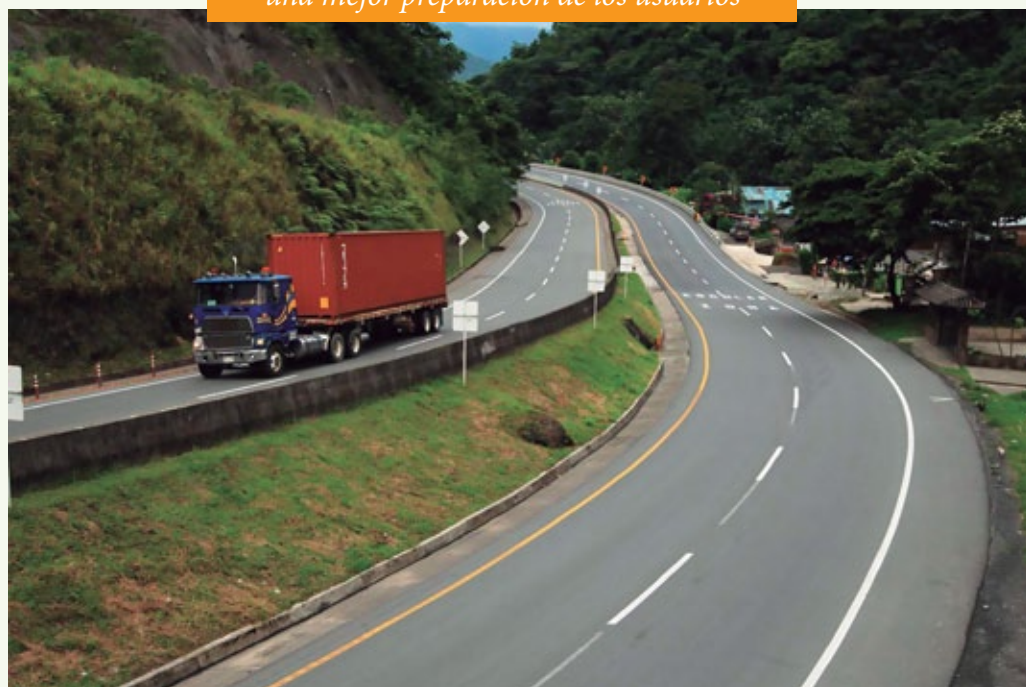
Quien va a manejar debe estar en mejores condiciones que el carro, será mejor que no consuma licor el día anterior ni coma algo pesado que pueda producirle sueño. Jamás fume ni chatee mientras conduce, en lo posible converse todo el viaje, pero sin dejar de mirar al frente un solo instante, evite mirar al copiloto. Conversen sobre temas agradables, entretenidos, cero discusiones que le alteren el ánimo. Déjele a su acompañante en cabina las tareas de cambiar la música, contestar el celular (si es indispensable) y revisar el GPS (Waze).

Dirá usted que es un exceso de prevenciones, pero en esto, como en elegancia, es mejor pecar por exceso que por defecto. En cualquier curva bien puede surgir una sorpresa y esto solo se supera si manejamos concentrados al 150%. Lleve las luces encendidas, no importa que ya no sea obligatorio hacerlo, en esto es mejor la abundancia de señales de que aquí venimos nosotros, no crea en eso de que gasta batería innecesariamente, piense en el valor de la vida de sus hijos y demás familiares.

En Colombia ya hay una buena cantidad de trayectos de doble calzada, lo cual, indudablemente, disminuye las probabilidades de choques frontales y nos permite alcanzar mayores velocidades. Sin embargo, no cometa el error de recorrerlas como si fueran pistas de carreras porque no lo son, igualmente existen peligros como una piedra o un bache en el camino, algún otro conductor semi dormido y



El reciente desarrollo vial colombiano exige una mejor preparación de los usuarios



zigzagante, o algún loco al volante que quiere adelantarnos a cualquier precio. Olvidese de correr, póngase en modo paseo, ustedes no van en ninguna competencia de rallye o algo parecido.

No exponga la vida de los suyos por querer demostrarles sus dotes automovilísticas, en las autopistas ocurren tantos o más accidentes por exceso de confianza e imprudencia.

Y, además, gracias a los radares de velocidad, es donde más corremos el riesgo de una costosa multa. Ahh, y no se le vaya a ocurrir discutirle con altanería a un policía de carreteras: hasta ahí le llega el viaje. Por el contrario, sea amable en exceso, le va mejor.

Queremos que su viaje sea lo más placentero posible, se lo merece. Y también queremos verlo de regreso muy pronto en Unicentro.



PARQUEADEROS



CANCHA MÚLTIPLE



JUEGOS INFANTILES



PISCINA GATEADORES



PISCINA INFANTES



PISCINA MIXTA



SALÓN EVENTOS



ZONAS VERDES

¡Vive el cambio, disfruta Los Patios!

Desde 53,11 m² área construida | Desde 48,03 m² área privada

APLICA

MI CASA YA

SUBSIDIO GOBIERNO

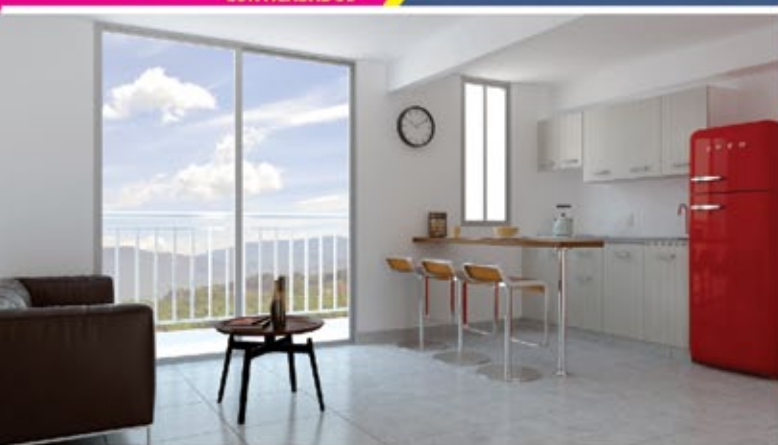


Tierralinda

APARTAMENTOS



Desde
\$82.320.500
CON ACABADOS*



Cúcuta Centro de Negocios L4 | Calle 11 N° 1E - 145

PBX: 588 80 02 | 589 27 20 | 316 528 89 11

www.viviendasyvalores.com.co

Costos adicionales: el precio tal como: estudio de crédito, seguros, gastos notariales, impuestos de registro (boleto fiscal), derecho de registro, etc., se detallan en porcentaje 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. Las acabados corresponden a presa en cerámica y muros pintados y yesados. Los muebles de cocina no están incluidos en el precio de venta y podrán ser adquiridos bajo combo de reforma con la constructora.

CONSTRUYE

estudios y sistemas



VIVIENDAS Y VALORES S.A.



2018

A comienzos de enero siempre jugamos a hacer predicciones de todo tipo acerca de lo que podrá suceder en el nuevo año. Pero este 2018 plantea retos de veras especiales según el interés de cada quien. Que cómo le irá a Colombia en el mundial de Rusia, puede ser la gran preocupación de muchos; para otros el tema es político y gira en torno a lo complicada que se ve la elección con tanto candidato; otros más especulan si finalmente cae Maduro y Venezuela comienza a renacer. Pero la incertidumbre mayor, indudablemente, está en la salud de la economía.

Es algo tan complicado que, si contrastamos lo que en cada año se pronosticó con lo realmente sucedido, encontraremos que en muy raras ocasiones hubo aciertos. Por ejemplo, según el gobierno el PIB crecería un 3.5% y terminará haciéndolo solo un 1.6%.

No obstante, para el 2018 se va a requerir algo más que proyecciones económicas para hacer las correspondientes predicciones, ya que será necesario meterle una buena dosis de artes adivinatorias, mezclada con mucho presentimiento (o palpito, dicen las señoras); un poco de la mágica cábala y algo de clarividencia, porque hay nuevas variables que no aparecieron en los eneros anteriores, como que este será un año con dos administraciones distintas, y, si nos equivocamos, con dos modelos económicos diferentes.

Entre ellas, en el frente externo, hay varias que no pueden perderse de vista. Es el caso de las consecuencias que traerá la degradación de la posición crediticia de Colombia por parte de la calificadora de riesgo Standar & Poor's (quizá igual lo hagan Moody's y Fitch), por su bajo crecimiento y su desequilibrio fiscal (gasto público + mermelada), lo que desencadenará un

efecto dominó bien negativo sobre las inversiones en títulos colombianos y nuevos empréstitos a tasas más altas.

De otra parte, el riesgo cada vez mayor de que la administración Trump - con su temperamento - provoque alguna gran conflagración que termine afectando la economía global a través del precio del petróleo, del gas, del dólar, y la disminución de flujos de comercio. A su vez, el futuro del TLC con USA, que bien podría perderse en un arranque de ira de Trump por el aumento del área sembrada de coca en Colombia. Si el TLC es derogado tendríamos graves problemas - adicionales - de desempleo.

Otro peligro latente - así seamos reacios a reconocerlo - es que en algún momento estalle la burbuja del bitcoin por alguna razón (hackeo o pánico financiero), eso es algo que traería efectos devastadores a la economía

*Aplican términos y condiciones.



— EN —
ENERO
de **2018**



*En el 2018 "Don Prospero" llega recargado para ti
entregando recargas desde \$5.000 hasta \$30.000 2 veces por semana,
Solo tienes que estar listo!!!*



**EN EL 2018 LLEGA EL
GRAN BOTÍN MILLONARIO**

**CON ESPECTACULARES PREMIOS PARA TI
HASTA \$5'000.000 EN PREMIOS !!!**

Evento Sábado 27 de enero



www.diversionesdeloriente.com

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



Autoriza
Coljuegos

mundial, dadas las astronómicas cifras que se manejan.

La espantosa situación de Venezuela será, a no dudarlo, **mucho más difícil este año**, con las inevitables consecuencias sobre la economía colombiana, en particular la fronteriza. La tendencia del bolívar ya no es tanto a la baja sino a su desaparición definitiva como moneda de cambio, lo que generará una situación inédita para una ciudad como Cúcuta que, igual, tendrá que seguir siendo el gran proveedor de bienes y servicios esenciales para la vida de los venezolanos. Acá la pregunta es ¿y cómo se continuará haciendo eso?

Por si no fuera suficiente con los riesgos externos, el menú de las **variables internas** es, aun, de mucho más cuidado. Este no es un año electoral cualquiera, acá no está en juego la suerte de un determinado partido político o de algún personaje en particular. Lo que Colombia se juega en las urnas es nada más y nada menos que su modelo económico y social, en un ambiente **cargado de resentimientos por la impresionante corrupción que se vive**, se ve y se siente en todos los niveles de la administración pública a lo largo y ancho del país.

A esa carga negativa se suma el empobrecimiento provocado por la reforma tributaria aprobada por un congreso comprado con la llamada mermelada, y evidenciado en la drástica disminución del poder de compra de los ciudadanos y la consecuente reducción de las ventas en el comercio y, con ello, el aumento del desempleo. Ver que los mayores impuestos han ido a parar a los bolsillos de los incondicionales amigos del gobierno es algo que tiene muy impactado el ánimo de los electores y resulta extremadamente peligroso como escenario ideal para que llegue un gobierno populista, tal como sucedió con Chávez hace casi 20 años.

Haber colocado al país en semejante riesgo es un daño mucho mayor que el robo en sí mismo. Prueba de que mucha gente se ha tomado muy en serio esta amenaza de cambio de modelo económico es que en los dos últimos años son colombianos quienes han hecho la mayor cantidad de compra

de inmuebles en USA, Costa Rica y España. Debemos tener conciencia de que lo que nos jugamos es mucho más que un buen o mal gobierno de 4 años, si no acertamos pueden ser 20 o 30 años de desgracia, como en Venezuela.

Para conocer un poco las expectativas sobre el tema local hicimos una rápida encuesta entre algunos empresarios de Cúcuta, consultándoles tres cosas:

-Cómo califican (de 1 a 10) las perspectivas para 2018

-Cuáles serán los factores adversos más importantes?

-Cuáles serán los factores positivos más importantes?

Los resultados obtenidos muestran una gran dispersión de criterios, según sea la actividad del encuestado. Así, por ejemplo, con excepción de industriales del calzado, todos los entrevistados auguran un año bien difícil para la economía regional. Esto es explicable, posiblemente, en que los productores cucuteños que tienen su mercado en el resto del país y/o en el exterior tienen mejores perspectivas que el resto de empresarios que dependen del mercado local.

Como principales factores adversos casi todos coinciden en que se agravarán los problemas de inseguridad y desempleo por

cuenta del enorme incremento del éxodo venezolano como efecto de la profundización de los antivalores democráticos que empobrece cada día más a los vecinos. La crítica situación de la ciudad la mantiene en el primer lugar en el ranking de desempleo e informalidad, por lo cual **los cucuteños no encuentran apropiado** que todos los grandes proyectos de la administración municipal consistan solo en **procurarse mayores recaudos** por la vía de grupos elite de tránsito, fotomultas, plusvalía, embargos por predial, y demás tributos, en lugar de presentar alternativas generadoras de ingresos para la población.

En el plano de los factores esperanzadores se coincide en que si llega un nuevo gobierno en agosto, que alivie un poco la carga tributaria y le dé un golpe de timón que nos salve del abismo al que nos conduce el actual, se generará un clima de mayor confianza en el porvenir y con ello se estimule la inversión, el empleo y el consumo, activando así el círculo virtuoso de la economía. **Lo que está en juego es muy grande. Y muy grave.**

Cúcuta tiene con qué salir airoso, es solo cuestión de renovar su elenco político y convocar un trabajo conjunto con empresarios y expertos en desarrollo económico para aprovechar la gran cantidad de oportunidades existentes.



Temas como las foto multas dejan un muy mal sabor cuando, paralelamente, no se adelantan proyectos generadores de empleos e ingresos.

**PIDE TU MERCADO A
DOMICILIO**

595 6489
Libertadores

Ó a través de WhatsApp



318 2047090

**DESDE DONDE ESTÉS
TE LO LLEVAMOS A CASA**

El costo del envío es de \$ 3.000 IVA incluido



Condiciones Sujetas Al Reglamento Exhibido En Tienda Y En www.tiendasmetro.co



informando sobre nuestra personalidad, gustos, hobbies, mostrando fotos y conversando con extraños.

Es innegable que resulta emocionante entablar una relación multimedia con alguien de otro país, de otro continente; salir de nuestra ciudad a un mercado ampliado de centenares de millones de potenciales interesados en nuestro perfil es algo que, en principio, suena muy prometedor pero tiene sus riesgos, no todo lo que brilla es oro. Ahora, tenga por seguro que quienes están allá afuera, en el mejor de los casos, piensa y actúa como usted: envía solo sus mejores fotos y solo se refiere a sus éxitos y virtudes, todo lo demás es muy fácil de ocultar. Para las mujeres el riesgo es el delito de trata de blancas, para los hombres el de estafa y extorsión.

Son varios los sitios más frecuentados para ligar, la más popular es Tinder, pero igual funcionan: happn, coffe meets bagels, ok cupid, bristlr, plenty of fish, loveflutter, bumble, grindr, tastebuds. Las hay también para casados en busca de aventuras extramatrimoniales (secondlove y Ashley Madison, entre otras). En Colombia son conocidas: latinamericancupid, colombiancupid, mobifriends, kismia, victoria milan.

Como en todo en la vida, será mejor evaluar muy bien los riesgos antes de aventurarse. Ensaye varias veces, la experiencia le ayudará a distinguir entre lo bueno y lo malo.

Si está pensando en ampliar su mercado de relacionamiento afectivo a través de las distintas aplicaciones y plataformas que existen ofreciendo este servicio por internet, conviene que antes analice muy bien sus objetivos y deje bien en claro que es realmente lo que está buscando: Amor? Compañía? Sexo?

No parece muy seguro que funcione para el amor, aunque casos se han visto en que parejas han llegado a convertirse en matrimonios felices, pero, infortunadamente, son solo algunos pocos, muy pocos. Y es así porque el amor es un sentimiento que nace de la interacción de dos personas que se miran a los ojos, se dicen y escuchan cosas, se tocan, se huelen, se ríen, en fin. Es bien difícil pretender sentir o despertar amor con fotos, videos y mensajes de texto, a menos que la necesidad de afecto sea tan grande que nos lleve a conformarnos con esto.

Es claro que tales apps y webs son solo un vehículo para ligar (dating) y que ya cada pareja de cibernautas acuerda sus citas para ahondar más en su conocimiento mutuo. Es en ellas donde se cumplirá el ritual de los miramientos y tocamientos de que

hablábamos en el párrafo anterior. Pero no parece que esto se dé con la misma magia que tiene el amor surgido de un primer flechazo, ni la frecuencia que necesita ese ritual debido a que la otra persona muy seguramente vive en otro país o, al menos, en otra ciudad distante de la nuestra.

Ahora, a ese inconveniente de la ausencia y la distancia se suma el de la natural desconfianza con que inicia esa relación a causa de las dudas que produce la veracidad de la información suministrada. La gran cantidad de casos de secuestro, extorsión y estafa por internet que a diario registran los periódicos nos mantienen en permanente estado de prevención que bien puede vencerse, aunque no sin tiempo y riesgo. Eso hace que las parejas que superan exitosamente todas estas dificultades iniciales logren ser muy felices, pero, repetimos, de mil una. Las demás sucumben en el intento.

Esto es válido tanto para hombres como para mujeres, no siempre se trata de hombres malos buscando hacer daño, abundan también los casos de mujeres en ese plan. A fin de cuentas es de suponer que hay una gran dosis de ingenuidad en quien entra a la red en busca de ligar con alguien. Esto sucede cuando uno se expone, virtualmente hablando, ante el planeta entero



Gracias al apoyo de los empleadores
y la fidelidad de los trabajadores
hemos podido reconstruir tejido social
en todo el departamento desde 1968.

 320 8994908
 www.comfaorientes.com
 Comfaorientes Solo Beneficios
 @comfaorientes
 comfaorientes
 Comfaorientes



COMFAORIENTE
Sólo beneficios

VIGILADO SuperSubsidio 

N Cultura y Negocios



Por: Vanessa González Rubio

Internacionalización es una palabra muy mencionada en la economía colombiana desde hace casi cuarenta años, cuando en el gobierno Gaviria se dio la llamada Apertura Económica. Sin embargo, es más evidente su timidez que su progreso.

Es común escuchar de empresarios y emprendedores lo difícil que es abrirse a otros mercados e iniciar operaciones en espacios diferentes a los colombianos, y no es descabellado creerlo, el solo hecho de conjugar variables como: proteccionismo de los países, legislaciones y certificados de todo tipo, trámites aduaneros, registros

de marca, logística internacional, entre otras, hacen de esta idea una lejana realidad. Y eso sin mencionar términos como, costos, commodities y tasas de cambio.

La realidad, es que todas estas variables y un sinnúmero más, por supuesto, cobran importancia a la hora de montarse en el viaje de la internacionalización de mercados, sin embargo, no basta con tener el mejor barco, soltar amarras, izar velas y tener la corriente a favor, pues todo esto queda invalidado si no tengo esa valiosa herramienta llamada GPS que dirija el rumbo.

Ese GPS se llama "cultura" y, en mi opinión personal, es la que marca el espacio y el camino que se debe tomar para traspasar con suerte las fronteras con un producto o servicio. Detrás de su aparente simplicidad, resulta que conocer y entender la cultura del otro país es, en gran medida, lo que determina el éxito de un negocio internacional.

El ADN de nuestro objetivo comercial es el factor humano del país que queremos conquistar, entonces observar y comprender cuestiones como los hábitos de consumo de su gente, sus preferencias, costumbres, comportamientos y creencias son la clave para entender qué merece valor y qué me

podría cerrar la puerta en las narices.

Mi experiencia personal haciendo negocios en Centroamérica me ha llevado a entender la importancia de los "tiempos y espacios". Por ejemplo, la gente del Caribe y Atlántico tiene una forma particular de hacer negocios, siendo la confianza la llave de entrada y esto se traduce en tiempo, paciencia e inteligencia. Por otro lado, los colombianos preferimos – en su mayoría – poner el hielo en el fuego para que se derrita casi de inmediato.

En este caso en particular y teniendo en cuenta que el entendimiento de la cultura es el eje principal del negocio, el último tema que se pone sobre la mesa es precisamente el negocio. Primero es importante entender quien es la contraparte, mostrar interés por su historia, conocer cómo fue su proceso de evolución, que le duele y por supuesto, para donde va. Una vez comprendido esto y manifiesto el interés la llave hace 'click' y la puerta se abre con un mar de posibilidades de negocio.

Con esta historia, reconozco que los negocios son relaciones y como menciona Robin Sharma en su libro guía de la grandeza: "Resulta fácil olvidar que las personas hacen negocios con la gente que les gusta", esta frase solo me deja un mensaje:

De nada vale tener el mejor producto, la tecnología mas sofisticada, el modelo de negocio mas innovador y la operación logística más robusta y organizada, si no entendemos y nos ajustamos a la gente y las costumbres que hacen parte de la cultura de un país.



FIN DE
TEMPORADA

Sale

M U S S I

C.C UNICENTRO

Local 1-92

Hasta

50 %
OFF

En referencias
seleccionadas

 mussizapatos

 mussioficial

No acumulable con otras promociones.
Válido desde el 2 de enero del 2018 hasta agotar existencias.
55.000 unidades disponibles a partir de la fecha de inicio.
Los artículos en descuento no tienen cambio, excepto por garantía.
No aplica para productos de limpieza, bisutería o bonos de regalo.
Los cambios de los productos adquiridos durante esta campaña se
realizarán siempre por el valor neto al que fue adquirido el producto.
No aplica para redención de saldos a favor por conceptos de
cambios y/o garantías. Los productos de la imagen son solo
de referencia pueden no estar disponibles con
precios de descuento. No canjeable por dinero.
No aplica para tiendas Falabella.

Fin del sexo?



Por muchos años, quizá desde los tiempos de Adán y Eva, se dijo que “si hubiese algo mejor que el sexo, ya lo habrían inventado”. Esa expresión era todo un dogma universalmente aceptado... hasta hace unos pocos años, ahora el tema pareciera estar revisándose por cuenta de los tiempos que corren, en donde la tecnología nos atrapa más y más.

Sabemos que el sexo reduce el estrés, mejora la presión arterial y la autoestima, rejuvenece la piel, favorece el descanso, evita la neurosis, bloquea los dolores y nos trae mil beneficios más para la salud física y emocional. Pero, ingratos que somos, pese a la gran cantidad de aspectos positivos, además de la diversión y el placer, muy

pronto dejaremos de practicarlo. Un estudio realizado por el profesor David Spiegelhalter, de la Universidad de Cambridge, ha vaticinado que el fin de las relaciones sexuales: será en 2030. O sea, ya!

Según revela la investigación de Spiegelhalter, el promedio de encuentros sexuales entre parejas era en 1990 de cinco al mes, una cifra que disminuyó a cuatro en el año 2000 y a tres en 2010. Es decir, en 20 años la frecuencia ha bajado un 40%. Si seguimos así, en 2030 las parejas no van a tener ningún encuentro sexual. Grave cosa.

Para mayor soporte a esta teoría, un estudio científico realizado por la Universidad de San Diego, California, refuerza este vaticinio al concluir en

una investigación que los millennials tienen menos sexo que el que practicaban sus padres a su misma edad! Toda una tragedia. Quienes eran jóvenes en las décadas de los 60's, los 70's, 80's y 90's vivían casi que exclusivamente en función del sexo. Por él trabajaban, ahorraban, se casaban, progresaban, eran felices, luchaban, se esforzaban.

La tecnología, las series y las redes sociales son las culpables del desplazamiento del interés en complacer al departamento inferior del cuerpo por estar concentrados en el departamento superior (la mente). Ahora aplazamos un delicioso encuentro por atender primero el whatsapp y terminar los capítulos finales de una apasionante serie en Netflix. Esto, sin duda, es una desgracia para la humanidad, su supervivencia puede estar en peligro en los siglos venideros.

Spiegelhalter culpa de todo esto a la tecnología. Décadas atrás no disponíamos de tablets, móviles ni redes sociales y dedicábamos más tiempo a estar con la pareja. Ahora, preferimos quedarnos en casa y ver el último capítulo de la serie que nos gusta o pasarnos horas navegando por internet.

Según la psicóloga Jean M. Twenge, profesora de la misma universidad, es toda una paradoja que mientras las redes sociales nos proveen grandes facilidades para comunicarnos y estar en contacto con la gente, la tecnología nos ha conducido a un ocio unipersonal en el que las relaciones con los otros son cada vez más difíciles. Lo peor es que entre esos “otros” está nuestra pareja. Muchos tiene a su celular como la única fuente de información y conocimiento, el smartphone es Dios, es el aire sin el cual no pueden vivir.

Para evitar un trágico final será mejor comenzar a hacer jornadas de desconexión, primero de quince minutos, luego media hora y después una hora. En el entretanto juguemos a redescubrir esa experiencia maravillosa que es el sexo, es la forma en que podremos enderezar el contrasentido de que mientras el planeta se calienta, los terrícolas se enfrían.



En UNICENTRO, Local 1-26
**Ven y escoge el
plan que te
mereces con el
doble de datos**

Compra **2.5 GB**
llevas
5 GB

800 min
7 elegidos



por solo
\$63.900 impuesto
incluido

Incluye*

Claró- + **Claró-**
video música

Actíivate y disfruta con la velocidad
de la red 4G de mayor cobertura en Colombia.



C.C. Unicentro, Local 1-26



La Crisis de los Veinticinco

Por: América Guerrero

@adeamame



Se ha vuelto común escuchar y ver vivir la famosa crisis de los 40, pero, ¿sabías que a nuestros 25 pasamos por una situación incluso más intensa? Salir al campo laboral, vivir por nuestra cuenta, empezar a considerar si la persona que tenemos a nuestro lado será con quien formemos una familia, la competencia que cada día crece, enfrentarnos a la realidad de quizás no vivir lo que soñamos a los dulces y tiernos 20s, no ser 'esa persona' que pensaste serías, hacer conteo de nuestros errores, querer haber aprovechado MÁS EL TIEMPO; son algunas de las frases que nos llenan la cabeza de preocupaciones.

Pero no debes temer, a diferencia de la crisis de la mediana edad, la del cuarto de vida además de llenarte de ansiedad, te llena de ganas y de fuerza para acelerar el paso. Cada cierto tiempo los seres humanos hacemos o deberíamos hacer un análisis con base en lo que queremos para nuestra vida, ya que nadie más que nosotros puede hacer un cambio significativo en el futuro, y si no sabemos o asumimos que estamos fallando, viviremos el resto de la vida culpando a otros y siendo unos tristes sin razón.

Es importante aprovechar el impulso y las ganas de comerse el mundo que se suelen tener a los 20s, además de que es muy probable que estés a tiempo de dar un cambio drástico a tu vida sin perder o arriesgar demasiado, en esta etapa entramos en el aprendizaje consciente por cada error cometido, dejamos de pensar que 'así es la vida' y tomamos las riendas. No tengas miedo.

¿Estoy atravesando la crisis del Cuarto de Vida?

1. Te preguntas si has hecho algo significativo con tu vida: Gran parte de este pensamiento es infundado por lo que la sociedad o nuestros padres quieren de nosotros, este también es un gran momento para darte cuenta de cuáles son tus verdaderos deseos y aspiraciones.
2. Economía: Quizás la mayoría de nosotros ya hemos salido de casa de nuestros padres, no contamos con una nevera llena disponible para alimentarnos, probablemente hemos pasado algunos momentos críticos en lo referente al dinero y nos hemos visto en situaciones en las que jamás pensamos estar, pero piensa en que no es algo insuperable, solo debes administrarte mejor y trabajar más duro. Busca inspiración en algún miembro de tu familia que haya creado su imperio desde abajo para que termines de convencerte de que SÍ PUEDES.
3. Las relaciones amorosas: En esta etapa dejas de confundir el drama con el amor verdadero, buscas estar tranquilo y estable, compartir sueños y aspiraciones con la persona amada y aunque no planeen casarse o formar una familia, si eres de quienes deseas hacerlo algún día, sin duda buscaras a alguien que se sienta de la misma forma respecto al tema. Quieres alguien que te haga crecer y ser cada día mejor, es un gran momento para decirle adiós a las relaciones tóxicas.
4. Vivir en constante comparación: Nuestros puntos de referencia siempre serán nuestros amigos o familia, así que ver como otros cumplen con su sueño dorado y verte en un espejo un poco deprimido, ojoso de tanto trabajo, solo y con los bolsillos vacíos puede dejarte en un peor estado, pero la verdad es que todos somos diferentes, tenemos distintas misiones en la vida y queremos lograr un sinfín de sueños, cada obstáculo nos fortalece, cada experiencia nos llena de aprendizaje, solo no te dejes afligir, toma los consejos o ejemplos de las personas que admiras y ponlos en práctica. Seguro el universo te tiene algo asombroso preparado, ánimo.
5. Miedo al fracaso: O a seguir fracasando, la verdad es que a esta edad creemos que estamos viejos, que ya no nos queda tiempo para equivocarnos, vivimos en una constante carrera, pero tómate tu tiempo, porque no importa que tan rápido llegues si corres la carrera equivocada, todo te deja una enseñanza, valora lo aprendido pero eso sí, no te quedes más tiempo del debido en dicho fracaso, en nuestro cuarto de vida contamos con la madurez y experiencia necesaria para saber lo que no nos conviene, nuestros impulsos se aplacan y nuestra conciencia levanta voz. No dejes que tus caprichos te retengan en lugares en los que ya no tienes nada que ofrecer o recibir.

¿Cómo sobreponerse a esta etapa llena de ansiedad y miedo?

Sé sincero contigo mismo, vive y ve por lo que quieres.

El 2018 es un gran año para lograrlo y para lograrlo solo hay que hacerlo.

La diferencia **está en el interior**



Conoce nuestra Almohada tradicional

Diseñada en la exclusiva espuma Memory Foam que la hace indeformable, capaz de recuperar lentamente su forma original, con un excelente soporte de peso y garantizando mayor durabilidad en tiempo.

Encuentra ésta y más tecnologías en:



C.Cial Unicentro local 1-12 teléfono 5818407
Av 0 1-06 Barrio Lleras teléfono 5740973

COMÓDISIMOS®

DÉJÀ VU



A todos nos sucede que a veces experimentamos la sensación de estar repitiendo una experiencia ya vivida. La expresión francesa "déjà vu" (ya visto), se popularizó para llamar así a uno de los fenómenos de la llamada paramnesia.

A su vez, la paramnesia es la alteración o perturbación de la memoria que produce un desorden en los recuerdos, causándonos la fuerte sensación de que algo que está ocurriendo en el presente ya lo vivimos en el pasado.

Mientras algunos hablan de poderes extrasensoriales o de vidas pasadas, otros, con más bases científicas, lo califican como una anomalía de la mente y la tratan de explicar con el sencillo ejercicio de imaginar que el cerebro tiene un espacio para almacenar los recuerdos y otro donde analiza las experiencias que están teniendo lugar en el presente. Y que, por algún desperfecto,

comienza a guardar como recuerdo algo del presente sin analizar aún.

Pero, como sucede con el concepto de Dios, cada quien cree en la teoría de su preferencia. Entre las explicaciones populares más comunes de la paramnesia del reconocimiento - déjà vu - están:

1.- Universos paralelos.

Esta teoría pasa de la fascinación a la alucinación al decirnos que todo en esta vida está en duplicado, como una especie de copia de seguridad, donde los acontecimientos pasan de forma simultánea pero distinta, y que el déjà vu ocurre cuando algo pasa en los dos universos de la misma forma, pues la experiencia está siendo vivida en otro lugar.

2.- Teoría del holograma.

Ciertos olores nos retrotraen a la infancia o a algún momento memorable del pasado. La teoría del holograma sugiere que un fragmento

de un recuerdo puede hacer que creamos que toda la experiencia ya ha sido vivida. Nuestros sentidos están interconectados a niveles en que no somos conscientes y una simple melodía puede derivar en un recuerdo que nada tiene que ver con la situación actual.

3.- Matrix.

Una película como esta no podía dejarnos indiferentes. Después de verla muchos son los que piensan que cada vez que experimentamos un déjà vu, una falla en el sistema de realidad virtual al que estamos conectados. Esta es quizás la más loca de las teorías, pura ciencia ficción.

4.- Teoría del Proceso Dual.

Es la más aceptada en el mundo de la psicología y se refiere, lógicamente, al funcionamiento de nuestro cerebro. Según ella el déjà vu es una especie de caída temporal del servidor, que altera la sincronización de los procesos de elaboración de la memoria, como lo decíamos al inicio de la nota.

5.- Atención múltiple

En algún artículo acá publicado hace varias ediciones hablábamos

del llamado tercer ojo, decíamos entonces que era la extraordinaria capacidad del cerebro para ver detalles que escapan a los demás. En este caso cuando al volver a ver algo nos da la sensación de que ya lo sabíamos. **Les funciona a la maravilla a los investigadores criminales y a las esposas celosas.**

6.- Sueños precognitivos

Muchos creen que es el don de predecir el futuro a través de los sueños, pero la realidad es que si estamos preocupados nuestra mente trabajará en ello, sin descanso, mientras dormimos. Eso hace que cuando finalmente apliquemos alguna de las soluciones soñadas sintamos que ya lo habíamos vivido y es que nuestro cerebro, ya lo ha hecho.

7.- Teoría de la reencarnación

No podía faltar una teoría que entrañe un concepto religioso, entonces ésta asegura que esta sensación es la que implica que estamos viviendo algo **que algunas de nuestras vidas pasadas ya han experimentado.**

Esta teoría integra todas las otras formas de paramnesia de reconocimiento, como el Déjà vécu (ya vivido); Déjà senti (ya sentido) y el Déjà visité (ya visitado).

8.- Hipo cerebral

Si bien el cerebro es un poderosísimo super-ordenador, no es perfecto ni infalible. Es posible que cuando reconoce situaciones anormales que sugieran peligro envíe un subidón intempestivo de adrenalina que nos hace pensar que estamos recordando algo.

Sin duda alguna la explicación más lógica de este fenómeno tan recurrente es la teoría N° 4.

La sensación que produce un Déjà vu nos resulta inquietante y misteriosa.



f atlantis plaza hotel cucuta i atlantisplazahotel t @HoteIAtlantisCu

Viajas a
Cúcuta
en plan de
negocios..?



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

Cll 8 No. 7 - 55 / Centro - Cúcuta
Reservas - 5 71 92 02
5 83 01 54 - Cel 304 377 20 21
Mail / reservas@atlantisplazahotel.com
Mail / gerencia@atlantisplazahotel.com
www.atlantisplazahotel.com



Amor a primera vista Romántico o lujurioso?

To d o , absolutamente todo es objeto de estudio científico en el mundo en que vivimos: ahora a la ciencia le ha dado por escudriñar la verdadera naturaleza de eso que conocemos como amor a primera vista. Entonces nos preguntan si recordamos cómo fue esa primera mirada que nos dimos con nuestra pareja. ¿Usted recuerda ese instante?

Según el estudio, si la primera vez que vio a su actual pareja se quedó mirándole fijamente el rostro, usted estaba inspirado en un amor romántico. Si le recorrió el cuerpo con su mirada, entonces lo que lo animaba era la lujuria. Pero no se inquiete si fue esto último porque eso es lo más natural del mundo.

El último resultado sobre esta investigación - realizada por la Universidad de Chicago - viene a decir que la manera en la que se mira a una persona del otro sexo determina si se hace con lujuria o con amor. De este modo el amor y/o el deseo estarían en la mirada. Hasta acá uno pensaría que es una perfecta tontería gastar miles de dólares en estudios para descubrir el agua tibia, pues es inconcebible el amor sin lujuria, son dos cosas que vienen apareadas, para usar un término afín. Vale decir, los mejores amores son los lujuriosos, indiscutiblemente.



Pero los científicos insisten en diferenciarlos, basados en estudios de la conducta humana relativos al sexo o al amor, y sostienen que hay una simple explicación biológica en todos los rituales de apareamiento, no solo entre hombre y mujer sino, también, entre parejas del mismo sexo

Al parecer, el patrón de mirada es distinto en cada caso y se puede distinguir con facilidad. El patrón de mirada que tiene alguien que mira a un extraño que pueda ser una posible pareja romántica tiende a concentrarse en el rostro. Sin embargo, cuando la vista se centra el cuerpo de ella o de él se delata un deseo sexual. Estos patrones se revelan en un tiempo

muy corto, pues puede bastar medio segundo, o menos, para que un hombre normal experimente deseo o fantasee con una bella mujer que acaba de ver por primera vez. Insistimos: esto es lo normal. Lo anormal sería que no lo hiciésemos.

Estudios previos han demostrado que el amor y el deseo activan diferentes redes neuronales del cerebro humano. Esto lo han verificado con ejercicios en las que se realizaron dos tipos de experimentos para poner a prueba los patrones de mirada en dos estados emocionales y cognitivos diferentes, estados que normalmente son difíciles de distinguir entre sí: amor romántico y deseo sexual.

A unos estudiantes voluntarios, tanto varones como mujeres, se les solicitó que vieran una serie de fotografías en blanco y negro de personas que no conocían. En la primera fase los participantes veían fotos de parejas jóvenes heterosexuales que se miraban entre sí. En la segunda fase los voluntarios veían fotos de individuos atractivos del sexo opuesto que miraban directamente a la cámara. Ninguna foto era de desnudo o erótica.

En ambos casos a los participantes se les situaba frente a un monitor de computador y se les pedía que decidieran de manera precisa y lo más rápidamente posible si la persona de la foto despertaba deseos sexuales o románticos en ellos.

El estudio no encontró diferencia en el tiempo necesario para juzgar si una posible pareja despertaba deseos románticos o sexuales, lo que indica lo rápido que el cerebro puede procesar ambas emociones.

Sin embargo, los datos sobre el movimiento de los ojos revelaron una marcada diferencia entre ambos casos. Los voluntarios tendían a fijar la mirada sobre el rostro de la foto si la

persona fotografiada les inspiraba amor romántico. Pero si les inspiraba deseo sexual entonces la mirada del observador se movía de la cara al resto del cuerpo. Estos patrones se daban tanto en mujeres como en hombres.

Según los autores del estudio, con este trabajo se ha contribuido al desarrollo de biomarcadores que diferencian los sentimientos de amor romántico del deseo sexual gracias a la identificación de los patrones en la mirada. Además, sugieren que este paradigma de seguimiento de la mirada puede ofrecer algún día un nuevo

sistema de diagnóstico en psiquiatría y en terapia de pareja.

De manera que cuando sienta esos momentos de tedio con su pareja recuerde muy bien cómo fue esa primera mirada y dese ánimo. O consuelo.

D.R.A.



LA DISTRIBUIDORA

PAPELERÍA Y CACHARRERÍA

- > ARTE
- > PINTURA
- > PAPELERÍA
- > CHACHARRERÍA

Paper♥Mate



Cll 10 # 8-01 Centro - Cúcuta

Cel: 321 235 5741 - Tel: 5831447 / distribuidoracuc@gmail.com

Paella marinera

Por: Elberto J. Lemus G.
Arquitecto – Teólogo - Cocinero

Existe una amplísima variedad de arroces y de preparaciones con este ingrediente, pero sin lugar a equívocos el arroz más conocido y representativo es la Paella, que se prepara en un utensilio que algunos denominan paellera, que posee la característica de tener mucha base y poco fondo para que así el arroz cueza en extensión mas no en altura y puedan caber y cocinarse previamente en el espacio necesario los ingredientes que la componen.

El origen de la Paella es español, antiguamente se preparaba en el campo y con fuego de leña, tradición que aún se conserva en muchas regiones de España. El secreto original está en la combinación de los leños apoyados en la tierra, el fuego, el agua, su ebullición y el vapor de la misma y el aire con el que entran en contacto que revierte en el recipiente aportándole los aromas de la leña.

Por lo general se prepara en una paellera del tamaño de la cantidad de porciones a servir. Si es bastante será necesario un fogón especial que se denomina fogón de paella y que se alimenta por gas. Las medianas y pequeñas se pueden elaborar en estufas convencionales.

Receta de Paella Marinera para seis (6) personas

INGREDIENTES Y UTENSILIOS

Paellera de 32 cms de diámetro y 5 cms de altura aprox.
Caldo de pescado de mar que se denomina "fondo de pescado" que se elabora con agua, cabezas troceadas de pescado, cebolla en rama limpia y partida en pedazos de 10 cms de largo, ajo pelado y espichado entero, pimienta negra molida, puede añadirse laurel, no se le agrega sal y se elabora a fuego medio durante 60 -90 minutos. Se deja reposar y se cuele, lo ideal es que dispongamos de 6-8 tazas.
3 tazas de arroz (pregunte en Metro de Unicentro por



el especial de paella) sin lavar y/o un arroz de grano medio redondeado.

6 langostinos grandes, de acuerdo al gusto con o sin cabeza y cascara, pero sí abiertos longitudinalmente por el lomo y limpios con cuidado.

1½ libra de camarones sin cascara y cabeza, preferiblemente precocinados.

2 libras de calamares en anillos

12 unidades de mejillones con concha

1 libra de almejas con concha cerrada

6 tentáculos de calamar

Pescado - preferiblemente mero - en trozos de 60 gramos. (Se lleva a la plancha o sartén previamente con aceite de oliva, sal, pimienta y se reserva).

2 Pimentones grandes (rojo y verde grandes y troceados en 2 x 2 cms).

2 Cebollas blancas grandes troceadas en 2 x 2 cms.

5 Cebollas largas limpias finamente picadas.

1 o 2 pimentones rojos asados (morrón), pelados y partidos en trozos longitudinales de 1 cm de ancho.

2 Tomates rojos grandes pelados sin pepas y en trozos de 3 x 3 cms.

1 Ajo (cabeza).

Azafrán en cerdas o polvo. (Indispensable).

Romero y/o Laurel natural en rama.

Aceite de Oliva Extra Virgen.

Vino Blanco seco.

Sal y Pimienta.

PREPARACIÓN

Se coloca la Paellera a fuego medio y se agrega aceite de oliva extra virgen, cuando ha calentado (sin quemarlo) se le agrega la cebolla finamente picada, se sofríe y cuando esté a su punto incorporar la cebolla blanca y sofreír revolviendo, añadir el pimentón verde y rojo, seguir sofríendo y revolviendo para que no se quemen las verduras, agregar el tomate y continuar haciendo lo mismo, se puede verter un chorro adicional de aceite de oliva e incluso hidratar muy ligeramente con caldo de pescado, incorporar las almejas y los mejillones, agregar los camarones y los tentáculos de calamar, dar punto ligero de sal y pimienta, subir el fuego y verter un chorro generoso de vino blanco, esperar a que evapore, revolver e inmediatamente incorporar los camarones y revolver y verter el caldo o fondo de pescado en la cantidad señalada, revolver para que todos los ingredientes se integren, incorporar dos ramas de romero, agregar el azafrán, revolver, rectificar punto de sal y pimienta, adicionar los anillos de calamar y distribuirlos en la parte superior al igual que los langostinos; cuando esté hirviendo bajar el fuego algo más de 1/2 de llama, colocar suavemente los trozos de pescado para q no se desbaraten, poner los trozos de pimentón morrón, bajar el fuego al mínimo cuando el caldo se haya evaporado en su mayoría, cubrir con papel aluminio y dejar 10-15 minutos, apagar el fuego y cubrir con un papel periódico unos cinco minutos. Llevar al centro de la mesa y servir.

Nota: esta es la receta preferida del autor, quien no desconoce que hay muchas otras maneras de preparar una Paella Marinera. La idea es que se animen a hacerla en sus casas.

Los Reyes llegan al reino



Y traen los tres mejores regalos
para comenzar el año:
AMOR, PAZ Y ESPERANZA

Ven y déjate abrazar por toda su magia



Unicentro
CUCUTA
Centro Comercial
Un mundo sin fronteras

Deja que te encuentren



Por: Johanna Andrade
CEO y Mentor
Appfirmaciones



Te enrollas demasiado con tu vida sentimental? ¿Llevas tiempo tratando de tener una relación estable? ¿Estás estancado en tu relación anterior? o ¿No has superado tu primer amor?

Pongámonos en situación: vas por la vida buscando al hombre o la mujer perfecta, pones a San Antonio patas arribas, ensayas por aquí y por allá, hasta que un día te cansas de las parejas que te parecen inmaduras o

incompatibles. Luego de dar tantas vueltas y de preguntarte una y otra vez cuál es la razón de tu soledad, te resignas.

¿Qué haces?

Lo único que se te ocurre es encerrarte en tu casa y empezar a publicar tus fotos con hashtag como #tutelopierdes o a publicar frases como "Es mejor estar solo que mal acompañado"

Y así, un sin fin de publicaciones en las redes sociales que lo único que demuestran es tu desesperación. Lejos de beneficiarte, lo único que hacen es espantar a tus admiradores.

Las relaciones son bonitas y en ocasiones complicadas, por eso debemos aprender a crear relaciones sanas, que nos hagan sentir plenos y que crezcan con una base sólida.

Bien, ahora pregúntate ¿Eres la pareja ideal? ¿Cuál es la relación que te mereces? ¿Qué ofreces tú a esa relación? Entonces, ¿por qué te enrollas tanto al darte una nueva oportunidad? Si tienes claro qué puedes ofrecer, si tienes claro qué es lo que mereces, solo ten paciencia, fluye, suelta, "deja que te encuentren" y si no lo tienes claro trabaja en ti para descubrirlo, si quieres pedir ayuda pues hazlo, qué más da, es tu felicidad la que está en juego, hay muchas maneras de hacerlo, solo quédate con la que vibre contigo.

No es lo mismo andar solo hasta los últimos días de tu vida, que estar con un buen compañero de viaje, vamos, renuncia a ese pasado tormentoso, sana, libérate, crece espiritualmente, emocionalmente, busca en el lugar indicado, tú te mereces una buena pareja, que te dé alegrías, pasión, tranquilidad, locura, amor, cariño, comprensión, respeto, fidelidad, buena comunicación, paciencia, aventura, etc. pero enfócate en ello, cambia el chip, los hombres y las mujeres buenas sí existen, te lo digo por experiencia.

Recomendación: primero enamórate de ti, con locura ámate, respétate, trátate con cariño, sé fiel a tus principios, sana el pasado con tus padres, con tu niño interior, con tu entorno, es más fácil dar de lo que se tiene en el corazón. No voy a decir que basta con que tengas claro esta sugerencia, porque no sería cierto, hay otras maneras bonitas de hacerlo, pero sí sé que es la base indispensable para sustentar el inicio de una relación sólida y duradera.

"Amar no es mirarse el uno al otro sino más bien mirar ambos en la misma dirección" - Antoine de Saint-Exupéry

Querido lector de Unicentro Contigo Cúcuta, olvídate de todo lo demás y enfócate en lo que sí quieres en tu vida sentimental. Tengo un Audioreto de Afirmaciones Positivas para ti: "Merezco amor romance y dicha", es gratis.

Escríbeme a me@johannaandrade.com o Solo WhatsApp +57 311802209 y te lo enviaré.

Gracias por estar aquí, te espero en la caja de comentarios.



ROYAL FILMS

Compartiendo Emociones

Emocionate en Familia

Adquiere tu tarjeta
en nuestras taquillas,
y goza de grandes beneficios...



DISFRUTA DEL MEJOR CINE
EN NUESTRAS CONFORTABLES Y MODERNAS SALAS

ESTAMOS UBICADOS EN
C.C. METRO VIVERO - C.C. UNICENTRO

SÍGUENOS EN
REDES SOCIALES



ClubRoyalFilms



RoyalFilms



(5) 5943447

CONSULTA LA CARTELERA DE TU CIUDAD
www.royal-films.com

Enero

Vacaciones, temporada para disfrutar y descansar.



LILI PINK

Local: 1-115
Duo Panty y Brasier



ELA

Local: 1-07
Blusa estampada

Americanino

Local 1-01
Short Alto



ONDA DE MAR

Local: 1-36
Amazonia Visor



Onda de Mar

Local: 1-36
Vestido de baño
Nogal Swimwear





PILATOS
Local 1-19
T-Shirt Diesel



QUEST
Local 1-24
Gorra Plana Urbana



KOAJ
Local 1-30
Koaj Fit
Urban Wear
Collection

CASES & COVERS
Local 1-96
Audífonos Bose
Quiet Comfort 25i
Acoustic Noise
con estuche



ONDA DE MAR
Local 1-36
Swim Shorts



PILATOS
Local: 1-19
Sport Bottle
Superdry



PLANETA STORE
Local 1-38
Boost Air
Ultra light Z3



PILATOS
Local: 1-19
Sandalia 3
Puntadas Superdry

Lo que viene

DULCES SUEÑOS

Se espera que para febrero o marzo de este año salgan al mercado los Sleepbuds, un dispositivo de auriculares inteligentes de la marca Bose, que tienen la capacidad de bloquear los sonidos que pueden interrumpir el sueño, como una respiración ruidosa o los sonidos de una calle transitada. Quiere esto decir que los ronquidos de su pareja dejarán de ser causal de divorcio porque ya no serán molestia alguna. A su vez, el accesorio también promete bloquear los ladridos de un perro, los sonidos de una calle transitada o la actividad agitada de los vecinos, algo inusual en este tipo de dispositivos, ya que la cancelación de ruido tradicional se hace sobre sonidos constantes y más o menos uniformes, pero esta tecnología solo se activa cuando se produce el ruido, lo analiza y crea una onda de audio contraria para cancelarlo.

Con conectividad Bluetooth, los Sleepbuds también permiten configurar una alarma que activará un sonido para despertarse a una hora determinada. Su precio oscilará entre los 150 y los 185 dólares.



ICONX 2018

Los Samsung IconX 2018 son los audífonos totalmente inalámbricos sucesores de los Gear IconX de 2016. No cambian mucho su diseño y, en general, son más compactos que los AirPods, incluyendo un diseño que no sobresale de forma tan extraña como los audífonos de Apple.

La parte exterior de los dos auriculares individuales es táctil y te permite pausar o reproducir música, saltar canciones, contestar o rechazar llamadas, incrementar el volumen y hasta activar a Bixby (asistente en el Samsung Galaxy S8, Galaxy S8 Plus y Galaxy Note 8), Google Assistant o Siri. No necesitas cargar encima el celular, vía bluetooth puedes activar todas las funciones de audio de tu smartphone a través de los IconX2018.



Búscalos en Cases&Covers, en Unicentro, local 1-96.

SAFE

Es un reloj inteligente que se dedicará a cuidar a los niños gracias a su tecnología 3G y GPS que, junto con una app disponible para Android e iOS, permite conocer la ubicación en tiempo real y los recorridos que hayan hecho los niños bajo su cuidado, bien sean sus hijos o sus alumnos. Es un producto creado especialmente para la seguridad de integrantes más pequeños de la familia.

Además, permite definir áreas seguras, enviar y recibir mensajes de voz y registrar las zonas que frecuenta. Otra característica de Safe es su botón SOS, que funciona como señal de emergencia. Posee también la función de monitoreo remoto, que permite escuchar en su celular el sonido ambiente de donde se encuentra el pequeño. Es muy simple de utilizar, además de muy útil cuando se lleva a los niños a sitios muy concurridos, como centros comerciales, parques de diversiones, estadios, etc.

Todo eso se realiza mediante la app PCBox Find, que también advierte la pérdida de comunicación con el dispositivo por corte de señal, indica la carga de batería y cuenta con un sensor que permite saber el momento en que el usuario se quita el dispositivo. Su precio estará alrededor de los 45 dólares.



GRACIAS

Unicentro
Contigo
30 Ediciones

TEATRO MANOTAS



El día 2, Niños y adultos disfrutaron de la función especial de teatro de títeres "Los regalos de Gabriel. Un cuento de navidad"; entre risas y juegos el artista Pantaleón, del Teatro Manotas, les alegró la tarde a los espectadores, dando así la bienvenida a la época más bonita del año.



PASARELA SENA

Los estudiantes del programa diseño para la industria de moda del SENA se tomaron Unicentro con una pasarela donde presentaron la colección "Encuentros de Amor" el día 3 de diciembre, inspirada en la pureza y la dulzura; evento que logró evidenciar una colección inspirada en las primeras comuniones donde el talento y la creatividad fueron protagonistas.



VELITAS

Amor, paz, sabiduría y reconciliación fueron algunos de los deseos que se pronunciaron en la oración que dio apertura a la celebración del día de las velitas. Clientes y visitantes acudieron al centro comercial para pedir con nosotros los buenos deseos para el 2018 y disfrutar de la maravillosa presentación del grupo coral de la academia tallando talentos y la agrupación Karamelo quienes nos deleitaron con las populares canciones decembrinas.



ARTE EN UNICENTRO

El 8 de diciembre, la música y la danza en la Navidad se vive en el Reino de Los Abrazos; clientes y visitantes se deleitaron al ritmo de la coral y orquesta infantil juvenil del centro cristiano Los Pinos, que reunió a más de 50 artistas en escena, quienes entonaron canciones que rinden homenaje al nacimiento de Jesús. Así mismo Con una espectacular demostración artística, las niñas del grupo de ballet de la academia "Tallando Talentos" evidenciaron su compromiso, disciplina y pasión por el arte.

TARDE NAVIDEÑA



Con éxito se llevó a cabo el día 14 la presentación artística "El Regalo de Navidad", un hermoso cuento musical para toda la familia que tuvo como protagonistas la narración y la melodiosa voz de los niños; evento en el que clientes y visitantes apreciaron la magia de vivir la Navidad en Unicentro.

MIÉRCOLES DE ARTE

El día 13 las expresiones artísticas se viven en Unicentro. Con el acompañamiento de la academia de bellas artes Tallando Talentos se llevó a cabo el taller de dibujo a lápiz para niños y jóvenes; adicionalmente se realizó la exposición de arte de los niños de la academia quienes mostraron su talento en cada trazo.

GINNASIA RÍTMICA



Con una rueda de prensa liderada por Giovanni Quintero se dio apertura el 15 de diciembre una vez más a una espectacular demostración artística, en donde la música y el cuerpo se fusionaron de forma sincronizada; presentación a cargo de las niñas del equipo de gimnasia rítmica quienes con sus movimientos demostraron su pasión y entrega en este deporte.

TIENDA VACÍA



Con el acompañamiento de la doctora Carmen Elisa Ortiz Caselles y grupos musicales el 15 de diciembre se dio apertura a la gran campaña social "La tienda vacía", campaña que busca recolectar a través de donaciones ropa, zapatos y juguetes con el fin de apoyar la labor que realizan las fundaciones de la ciudad.

GÁNATELO EN 60 SEGUNDOS



"Gánatelo en 60 segundos" fue el concurso con el que premiamos las compras realizadas y registradas el 24 de Noviembre en el marco del BLACK FRIDAY- VIERNES NEGRO.

El sorteo se realizó el 25 de noviembre, donde resultó ganador el señor Wilman Soto quien asumió el reto de los 60 segundos el sábado 16 de diciembre aprovechando el madrugón de descuentos navideños.

LANZAMIENTO DE LA LÍNEA DE BOOTS AIR ULTRALIGHT



El sábado 16 de diciembre se llevó a cabo el showroom de lanzamiento de la línea de Boots Air Ultralight, de la marca Planeta Store. En este evento de moda se contó con la presencia del presentador Salomón Bustamante y la actriz Laura de León quienes estuvieron promocionando la nueva opción en calzado deportivo.

UNINOVENAS



Las Uninovenas Navideñas se vivieron del 15 al 23 de diciembre con alegría y entusiasmo, acogiendo más de 600 niños que día a día se prepararon para el nacimiento del niño dios y escribiendo sus cartas esperando ser ganadores de un obsequio.

En las novenas navideñas contamos con el apoyo de las empresas CASINO PARIS, PROACTIVA, METRO, GLOBAL SERVICE, JUAN K, PURO CAFÉ Y MEYER MÓVILES, quienes se vincularon con los refrigerios y obsequios para los niños que asistieron cada tarde a las Uninovenas.



ZUMBATHON

Clientes y visitantes de la ciudad se sumaron el día 17 a la campaña social "ZUMBATHON TOUR COLOMBIA" campaña de responsabilidad social que tuvo como objetivo ayudar a los niños con cáncer y sida de las fundaciones SOÑAR, HOASIS, EL REFUGIO Y MISERICORDIA, AMOR Y SERVICIO; las personas se vincularon con tapitas plásticas y alimentos no perecederos, disfrutando al mismo tiempo de una jornada de baile saludable.

En enero pásala con nosotros

1 al 6

LOS REYES MAGOS

Los reyes magos llegan a Unicentro. Te esperamos para que compartas junto a nosotros las sorpresas que te traen en el 2018.



6

Sábado

CELEBRACIÓN DÍA LOS REYES MAGOS

La música y las sorpresas llegan este día con la celebración de los reyes magos. Te esperamos para que disfruten de una velada musical y sorpresas que los niños no olvidarán.



12

Viernes

CORAL INFANTIL

La coral infantil de la Fundación Musical Fundarte llega a deleitarnos con las melodías más especiales para esta época.



15 al 31

UNIDESCIENTOS

Llega la temporada de descuentos más importante del año "Unidescuentos". Ven y aprovecha las promociones, descuentos y precios especiales que te ofrecen nuestras marcas. ¡Compra, ahorra y registra!

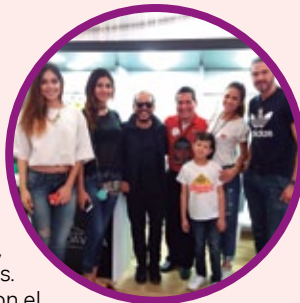


26

Viernes

TIENDA VACIA CON LA FM

Llegan a la tienda vacía nuestros amigos de la FM radio. Participa de una tarde de buena música y haz tu aporte donando útiles escolares, ropa y juguetes para niños y adultos. Tienda vacía, un lugar para llenar con el corazón.



24

Miércoles

REACTIVATE JORNADA DEPORTIVA

Es hora de empezar y recargar la mejor energía para el nuevo año. Acompáñanos en la jornada deportiva donde ejercitarse te hará sentir muy bien.



30

Martes

DONACIÓN DE SANGRE

En este nuevo año tú también puedes ser un héroe, ven a la jornada de donación de sangre. Tu aporte es importante para salvar vidas.



Unicentro Más cerca de ti

BELLEZA Y ESTÉTICA

1-68 Fedco	595 0011
1-83 La Riviera	581 8369
1-87 Botica De La Piel	587 2258
1-05 Color King	578 3138
1-04 Ann Chery	587 0904
1-46 Styles Kids	587 4733
1-74 Cortella	579 3150

BOLSOS Y MARROQUINERÍA

1-22 Spring Step	587 1098
1-63 Bosi	581 8359
1-95 Bata	581 8382
1-77 Calzatodo	579 6971
1-18 Regina Cueros	587 2895
1-92 Mussi	594 3389
1-58 Evacol	587 2531
1-37 Adriangela	587 4053
1-75 Cueros Vélez	581 8332
1-92 Mario Hernández	587 7744
1-113 Super Cueros	581 8342
1-94 Yolanda Gutiérrez	587 5864
-	315 351 6152
1-33 Totto	587 0984

JOYERÍA Y ACCESORIOS

1-81 La Hora	581 8374
1-35 Moma Accesorios	578 1860
1-25 Joyería Sharik	581 8350
1-27 Casio	587 2014
1-93 Mandarina Light	587 2669

ROPA INTERIOR, PIJAMAS Y TRAJE DE BAÑO

1-11 Touche	587 4134
1-115 Lili Pink	581 8438
1-36 Onda de Mar	587 7670
1-60 Isayes	581 8976

ROPA PARA DAMA

1-111 Studio F	581 8477 - 581 8344
1-16 Zareth	581 8675
1-21 Naf Naf	581 8476
1-07 ELA	595 6007 - 595 6006
1-28 Le Beau Accesorios	581 8404
1-73	
1-79 FDS	587 0515
1-85 Esprit	587 5886

ROPA PARA HOMBRE

1-17 Gino Pascalli	587 4165
1-38 Ropin	587 2931

ROPA JUVENIL

1-14 Yoyo	587 6781 - 581 8356
-----------------	---------------------

ROPA PARA NIÑO

1-59 Off Corss	579 1782
1-08 Totto Tú	587 0767
1-44 Baby Shower	594 3251
1-98 Mic	587 9087
1-80 Bubble Gummers	320 790 9415
1-61 Colibri de Aleli	300 707 6047

ROPA UNISEX

1-112 Pat primo	595 5149 Ext. 849
1-09 Cheignon	587 3505
1-121 Tennis	313 220 1412
1-97 Territorio	587 9529
1-19 Pilatos	581 8487
1-30 Koaj	581 7119
1-13 Cala Boutique	587 2427
1-24 Quest	578 2688
1-01 Americanino	587 4924

DEPORTIVOS

1-10 Unideportes	581 8336
1-39 Planeta Store	579 8868

ÓPTICAS

1-18 Optica Visual	578 3470
--------------------------	----------

TEXTILES

1-03 Theresse Telas	311 230 0927
	316 874 3208

HOGAR Y DECORACIÓN

1-45 Colchones Wonder	587 3150
1-12 Comodísimo	581 8407

BANCOS

1-117 Davivienda	582 8881
1-123 Bancolombia	581 8400
1-110 Banco De Bogota	581 8480
1-47 Banco Caja Social	581 8803
1-116 AV Villas	595 6392

CASAS DE CAMBIO Y DIVISAS

1-29 Giros Y Finanzas	581 8815
-----------------------------	----------

CASINO

1-64 Gran Casino Paris	581 8358
------------------------------	----------

TELECOMUNICACIONES

1-26 Meyer Móviles	
1-02 Claro Buimon	594 3180

TECNOLOGÍA Y FOTOGRAFÍA

1-96 Cases Covers	587 8524
1-62 Foto Milenio	587 1829

DIVERSIÓN Y JUEGOS

1-51 Happy City	581 8364
-----------------------	----------

JUGUETERÍA

1-119 Pepeganga	581 8406
-----------------------	----------

HELADERIAS

1-109 Popsy	314 411 8296
1-57 Goody's	320 343 9391
1-56 Mimos	587 1122

CINE

1-50 Royal Films	581 8532 - 316 741 1860
------------------------	-------------------------

PLAZOLETA DE COMIDAS

1-99 El Corral	317 434 8523
1-100 Restaurante Dimar	589 6859
1-101 Londeros	581 7550
1-102 Presto	581 8333
1-103 Los Arrieros	581 9095
1-104 Temaki	592 1852
1-105 Puerto Seguro	581 8319
1-107 La Mazorca	581 8347
1-108 Zirus Pizza	579 1349
1-106 Frisby	314 582 4658

TERRAZA CAFÉ

1-88a Subway	587 6060
1-88B Sofi Creps	578 2050
1-89A Juan K	581 3555
1-89B Ciudad Dragón	587 5932
1-90A Mr. Roast Beef	578 1899

OTROS

Juan Valdez Café	031 326 9222
Ext. 3643	
Mc Donald's	320 347 4794
1-84 Cosechas	589 68 64 - 310 482 5078
1-42 Nativos	581 8225

HIPERMERCADO

1-00 Metro	582 8600
------------------	----------

LIBRERÍAS

1-43 San Pablo	581 9001
----------------------	----------

PROTEGER



COLOMBIA ES NUESTRO COMPROMISO

Protección y experiencia, no es fácil sumar estas dos cualidades. En Fortox llevamos 40 años sumando experiencia, pasión y vocación para dar lo mejor de nosotros por su seguridad.

› Consultoría › Seguridad de instalaciones › Seguridad de personas
› Seguridad de productos › Seguridad electrónica

fortoxsecurity.com

Barranquilla: (5) 385 4969
Bogotá: (1) 747 7878
Bucaramanga: (7) 697 6753
Buenaventura: (2) 297 8607

Cali: (2) 487 4747
Cartagena: (5) 693 2426
Chía: (1) 369 4400
Cúcuta: (7) 595 5960

Ibagué: (8) 277 1324
Medellín: (4) 604 8718
Manizales: (6) 895 6892
Pereira: (6) 340 1290

HORIZONTALES

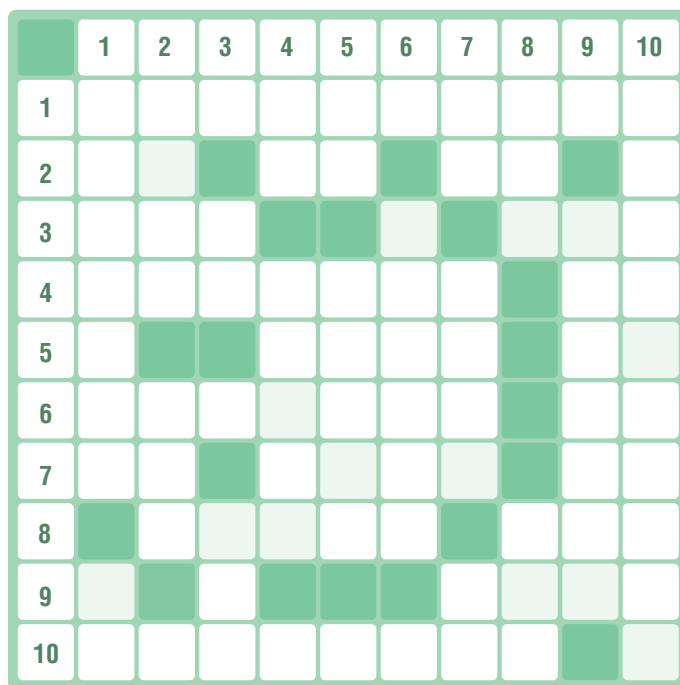
1. Cúcuta se está haciendo "cargó, sola, de este gigantesco problema social".
2. Trasladarse de un lado a otro. Refuerza la negativa. - El doble.
3. Carlos Ramírez Paris. Nombre para ella.
4. Dicen que esta delicia navideña se originó en Pamplona. - Prefijo para sobre.
5. Capital del Vaupés, al revés. - Código de Fiji.
6. Con tilden la primera à, manifiesta sorpresa. Alejandro Espinel.
7. La nota más alta, al revés. Fábrica de moneda, al revés. - Estados Unidos.
8. La capital de Nariño, al revés. - Fibra óptica.
9. El palo de la bandera.
10. Anglicismo, instrumentos que acreditan un pago.

VERTICALES

1. Repetido, llamo al gato.
2. Corregimiento de Quinchia, Caldas. - Verso de admiración y devoción, al revés.
3. Pedro López. - Decimonovena letra del griego.
4. Este batracio perdió las aes. - El compinche de Chaparrón.
5. Inteligencia artificial, en inglés. - Avanza peligrosamente por la izquierda.
6. Rodrigo se llama este "loro" basquetbolista, al revés.
7. Nombre de la mujer perfecta, al revés. - Catre de dormir, al revés. - Al hombro.
8. Celebra el chiste. - Precedió a la CIA, en inglés.
9. Anglicismo para el no pago de una deuda.
10. La capital de Aruba.

SOLUCIÓN ANTERIOR

HORIZONTAL: Motilones, Arena, Sois, Salgar, Leo, Tn, Odont, Incesto, An, De, Sadel, Os, Otate, Esas, Moi, Tot, Lua; Alopecia. **VERTICAL:** Mastodonte, Orantes, Tel, Eta, Ingresos, Laa, Cata, Rondas, Ns, Diet, Eolo, Camel, Siena, Oui, Alimentos.



Nos escriben

Lazos

Muy buena la revista de Unicentro. Es una muy buena manera de estrechar los lazos de afecto entre el centro comercial y la ciudad, lo cual es muy positivo para todos, como se nota en el respaldo publicitario que reciben. Los felicito y espero que sigan así en 2018.

Ivette del Corral. Bogotá.

Pa' que aprenda!

Qué bueno el artículo con consejos para un buen viaje. Se lo hice leer a mi esposo, como tres veces y en voz alta. Ojalá le sirva y aplique ahora en el paseo que haremos al Eje Cafetero. Creo que a más de uno también le servirá.

Ximena de R. Cúcuta.

Quiere más

Felicito al crucigramista, lo hace muy bien, cosa que no es fácil. Es todo un reto. ¿No pueden hacerlo con más filas y columnas?

Carlos F. Ramírez. Pamplona.

Ya perdió

Todo un señor artículo el de la hiperinflación en Venezuela. Muy completo el análisis, aunque le faltó decir que el nuevo billete de cien mil bolívares perdió el 34% de su valor en el primer mes de su existencia.

Rafael Mora S. San Cristóbal.

Casi

El artículo con consejos sobre cómo amoblar la casa o el apartamento fue muy oportuno en mi caso. Casi que salvó mi matrimonio porque si mi mujer impone su criterio de llenar nuestro nuevo

apartamentico con nuevos muebles gigantesco, yo no habría cabido allí.

Ernesto Giraldo J. Bogotá.

Como nunca

En el artículo "Xenofobia" han debido sacar una foto de los alrededores del terminal de transportes de Cúcuta a eso de las ocho de la noche, eso es aterrador lo que se ve y lo que se vive allí. No digo mi edad porque son muchos años, pero créanme que jamás había visto una situación semejante, quizás algo así ocurrió cuando el terremoto de 1785.

José Conde. Cúcuta.

Sin duda

Bien interesante la nota sobre la hallaca, siempre tuve dudas sobre si era con ll o con y, ahora encuentro lógico que sea con ll.

Diana González. Cúcuta.

Sí, pero no

Bueno no, buenísimo y oportuno el artículo "A beber con juicio", es magistral la descripción de los síntomas del guayabo, seguramente escrito por alguien que sabe qué es eso tan horrible. En enero prometo seguir los consejos, por ahora será mejor seguir como vengo, estamos en diciembre.

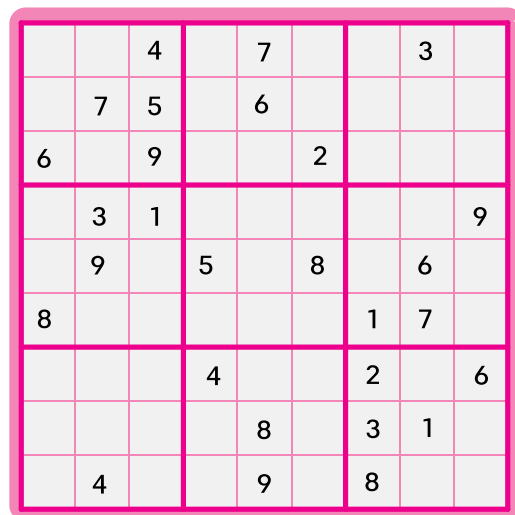
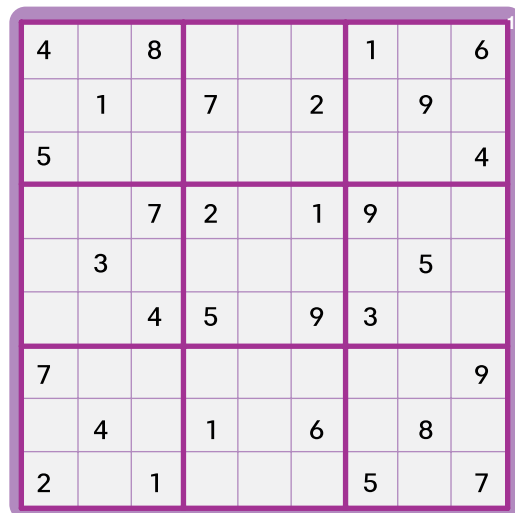
Fernando Pacheco R. Bucaramanga.

Muy útil

La revista, además de sus excelentes crónicas, me pareció muy útil por la novena. Ayer la utilizamos en la reunión del condominio, las oraciones y los gozos fueron repartidos entre los amigos, quienes con la lectura y los comentarios animaron la reunión que resultó fantástica.

Martha Villamizar R. Pamplona.

SUDOKU



⌘ **Boost Air** ⌘
ULTRALIGHT



www.planetastore.com.co

SPACE
SPORT

PLANETA
Store

Super **99**



planeta_marcas



Planeta Store

CE TÜV SGS

- ISO9001: 2008
- ISO14001:2004
- OHSAS18001:2007

KOYO

elevator



- SUMINISTRO
- INSTALACIÓN
- MANTENIMIENTO

VIA
ELEVADORES S.A.S.

DISTRIBUIDOR AUTORIZADO

- Ascensores Pasajeros
- Ascensores Carga
- Ascensores Hospitalarios
- Ascensores Panorámicos
- Puentes Grúa
- Ascensores Monta Autos
- Ascensores Hidráulicos Viviendas
- Plataforma Discapacitados
- Escaleras Eléctricas

Bucaramanga: Calle 36 # 31-39
Ofic. 109 Centro Empresarial
Chicamocha - Tel. 6960633

Cúcuta: Calle 12 # 4-19
Ofic. 203 Edif. Panamericano
Tel. 5711552

E-mail: admin@viaelevadores.com.co

www.viaelevadores.com.co

www.koyocn.com