



GOLPE DE OPINIÓN

Miembro activo
ASOPRENSACOM
MLCE AF-114

ISSN 1692-3413 Licencia Mingobierno: 1997/92

Febrero 2017

Edic. 231

Tarifa Postal Reducida No.13
Prensa alternativa

Repunta la vivienda de interés social en Bogotá

La ciudad logró salir del estancamiento, gracias al pacto suscrito entre el alcalde Enrique Peñalosa y el Gobierno Nacional. La venta total de viviendas en Bogotá aumentó en 31 por ciento. La de interés social prioritario creció 293,8 por ciento, y la de interés social repuntó en un 21,9 por ciento. En el 2017 se empezarán a construir 40.000 viviendas, confirmó la Secretaría de Hábitat.

Oficina de Prensa



El Alcalde mayor de Bogotá Enrique Peñalosa, en compañía del Vicepresidente de la República Germán Vargas Lleras, la Ministra de Vivienda Ciudad y Territorio Elsa Noguera y la Secretaria del Hábitat María Carolina Castillo, entre otros.

Tras cinco años de caídas consecutivas, las ventas de vivienda en Bogotá crecieron en el 2016 a tasas de dos dígitos, según el más reciente reporte de la Galería Inmobiliaria.

La vivienda social fue el gran motor de las ventas de vivienda nueva. Gracias a la política de adquisición emprendida por el alcalde Enrique Peñalosa y el Gobierno Nacional, durante el año pasado se vendieron 33.925 viviendas nuevas en la ciudad, por un valor de 7,2 billones de pesos, lo que significa un crecimiento del 31 por ciento con respecto al año anterior. En este período se alcanzó el nivel más alto en ventas de vivienda social de los últimos 6 años con un total de 19.732 unidades vendidas.

En la vivienda social sobresalió el notorio crecimiento en las ventas de viviendas de interés prioritario (VIP), que aumentaron 293,8 por ciento hasta alcanzar 7.774 unidades para los hogares menos favorecidos.

Pasa pág. 9

Centro Comercial



Galerías tiene asegurado un mercado interesante, de la mano del actual comercio y el que está por ingresar, no solo en tamaño, sino en servicios, seremos de los más reconocidos.

Esta renovación va a significar un polo de desarrollo muy grande, nueva plazoleta de comidas, centros de videojuegos y complejos de entretenimiento infantil, Galerías le apuesta a captar al público familiar.

La construcción inicio en Junio de 2015, generando alrededor de 90 empleos directos. Desde su diseño, tuvo un criterio de protección del medio ambiente con reciclaje de aguas, ahorro de energía y reciclaje de basuras, lo que lo hace compatible con la comunidad de Teusaquillo. Este proyecto de renovación esta reinventando el concepto de Galerías, con la remodelación y la ampliación de su espacio, para convertirse en el lugar preferido para hacer compras y negocios en la capital. El objetivo del Centro Comercial es adaptarse a cada una de las necesidades y gustos de los visitantes de la zona y de toda la ciudad, por su ubicación estratégica.

Pasa pág. 3



Jueves Viernes
Sábados
Música en vivo



- Capuchino - Espresso
- Tinto - Jugos
- Aromáticas - Licores

CALLE 53 No. 24 - 37 Local 3
GALERÍAS - BOGOTÁ

CALZADO **KALIFA** CALZADO

TELS: 217 5674 - 212 8066 TELEFAX: 347 8980
E-mail: ofabioenrique@yahoo.es - Bogotá - Colombia



Hernán Padilla
Director

Justicia ejemplar

El Primer Ministro chino, Wen Jiabao, retrató a Colombia e hizo estas recomendaciones a países emergentes:

"Pena de muerte para crímenes comprobados: Ninguna sociedad honesta y trabajadora merece vivir con tanto miedo. La eliminación de criminales peligrosos aterroriza al resto de delincuentes. Crecerá la seguridad pública y su gasto se reducirá drásticamente. A futuro, se reflejará en cultura y comportamiento de las personas. Severo Castigo para Políticos Corruptos: Ustedes no los castigan, principalmente a los del régimen de turno, que diezman las arcas públicas.

En China: pena de muerte y devolución. Quintuplicar Inversión en Educación: Un país que quiere crecer debe producir los mejores profesionales del mundo.

Reducción Drástica de Carga Tributaria y Reforma Fiscal Inmediata: El gobierno no debe perseguir a industrias y empresas. Sus cargas fiscales son exageradas, confiscatorias, injustas y desordenadas.

Reducir 80% Salario y Gasto de los Políticos: Ustedes tienen la política más cara del mundo. El político debe entender que es un funcionario público obligado a entregar su trabajo y conocimientos en beneficio de su país y no un "rey".

Invertir Cambiando la Cultura del Pueblo: El pueblo ya no cree en su gobierno ni en su política; no respeta las instituciones, no cree en sus leyes ni en su propia cultura. Se acostumbró al desorden gubernamental y pasó a ver como normal la corrupción, violencia y deterioro de los servicios públicos.

Reducción de Edad Laboral a 16 Años (El mundo está envejeciendo...): Sus países acostumbran tratar a los adolescentes de 15 a 18 años como niños que no se hacen responsables de sus actos y les prohíben trabajar. Error fatal, necesitándose mano de obra renovada. Esta contradicción hipócrita de la ley sólo sirve para crear peligrosos delincuentes, que al cumplir 18 años, están formados para el delito.

Un pueblo complaciente que solo mira cómo los corruptos hurtan el dinero, co-honestando a los de cuello blanco, está llamado al retraso."*

Si este mensaje se enviara a cada uno de sus contactos haríamos gran labor y mas de uno se pondría a pensar en que se podría hacer para que esto se hiciera realidad. A alguien, algo se le puede ocurrir.

No podemos permitir que este país tan maravilloso en donde vivimos, se siga desmoronando por culpa de una clase política tan corrupta y unas leyes que no sirven para nada. Nuestra clase política corrupta nos sigue robando y no pasa nada. Nos atropella y no pasa nada.

Nos pisotea y no pasa nada.

Nos saca los pocos centavos que honestamente ganamos y no pasa nada y sin embargo seguimos como borregos para el matadero y no pasa nada...

Ya mucha gente está pidiendo que es hora de reaccionar...

Hagamos algo, ya es hora de no dejarnos maltratar más.



@Jorgomezpinilla
Jorge Gómez Pinilla

Uribe se lava las manos con Zuluaga

El escándalo desatado tras conocerse el multimillonario pago que Odebrecht le hizo al publicista Eduardo 'Duda' Mendonça por su trabajo en la campaña de Óscar Iván Zuluaga, representa un punto de quiebre para el uribismo: por primera vez el dueño del letrero dejó de hablar de persecución política y, ante la contundencia de la revelación, prefirió dejar solo a su último candidato-títere a la presidencia.

El otrora Titanic de la política conocido como Centro Democrático amenaza con irse a pique, y de esta parece no salvarse ni el hasta hoy incontaminado Iván Duque, de quien vino a saberse que estuvo también reunido con 'Duda', Daniel García Arizabaleta y los Zuluaga, padre e hijo, en Río de Janeiro. ¿Y nos quieren hacer creer que semejante comitiva y lo que ahí charlaron permaneció por completo desconocido a los oídos de Álvaro Uribe, que todo fue a sus espaldas?

En coincidencia con el zozobrar de esa nave, acabo de terminar la lectura del libro 'Memoria de un golpe', del excongresista conservador Pablo Victoria. Ahí encontré una frase del autor dirigida a Ernesto Samper por los años del proceso 8.000, que casa como anillo al dedo con lo que se está conociendo: "Para nadie que había estado en política era ningún secreto que los aportantes de dinero lo hacen con el conocimiento del candidato" (Pág. 236).

En la contabilidad oficial reposa que la campaña de Zuluaga le pagó millón y medio de dólares (2.859 millones de pesos) a Duda por sus aportes en publicidad, que debieron ser valiosos y lo habrían llevado a la presidencia si no se hubiera atravesado el escándalo por el video de su encuentro con el hacker Andrés Sepúlveda, donde este le entrega información reservada de Inteligencia Militar y Zuluaga le dice "tenemos un mes dar un golpe, hermano".

De aquel suceso Zuluaga logró salir indemne, pese a que continúan vinculados su hijo David y el prófugo Luis Alfonso Hoyos. Pero de la que no saldrá airoso el uribismo es de la trama cuyo

origen se remonta a la reunión en Panamá entre Miguel Nule, el representante de Odebrecht André Rabello y Tomás Uribe, hijo mayor del entonces presidente en ejercicio, lo cual da una idea de la importancia que para la casa Uribe siempre tuvo su estrecha cercanía con la empresa constructora brasileña.

Eso ocurrió en noviembre de 2008, ocho meses antes de que se abriera la licitación para la Ruta del Sol. Al año siguiente, el 17 de septiembre de 2009, cuatro meses antes de que el gobierno firmara el contrato con Odebrecht para la construcción de esa carretera, encontramos al mismísimo presidente Uribe recibiendo en Palacio al también mismísimo presidente de la compañía, Marcelo Odebrecht, y por simple coincidencia del azar allí también estaba Andrés Felipe Arias (ver noticia), a quien le decían 'Uribito' porque su jefe aspiraba a convertirlo en su remplazo pero se les atravesó el escándalo de AIS y por el entresijo de la puerta logró colarse el muy 'traidor' Juan Manuel Santos...

Hasta ahora no se ha sabido de qué modo se acordó con Odebrecht cubrir el pago restante que se le hizo a 'Duda' para completar los 4,3 millones de dólares que exigió a cambio de su trabajo con la campaña de Zuluaga. Pero algún acuerdo debió haber, y de palabra, pues no tendría buen recibo que una empresa multinacional de la construcción apoyara con público conocimiento o firma legible a la campaña de quien pudiera convertirse en el dueño de la chequera...

Álvaro Uribe Vélez no tiene ninguna autoridad moral para esquivar el bulto de su responsabilidad política, sometiendo a su candidato a la Comisión de Ética de su partido. Hoy se lava las manos de cualquier culpa en la pila sacramental que le brinda su obediente excomisionado Luis Carlos Restrepo (ver carta), pese a que la génesis de tan corrupta trama arranca en la reunión de marras de su hijo Tomás con Miguel Nule y el funcionario de Odebrecht en

Cra. 23 No. 52A - 27 Ofc. 301 Telefax: 6040743 - Cel. 311 854 1668 - 320 230 9285
E-mail: golpedeopinion@hotmail.com Web Site: <http://www.golpedeopinion.com.co>

Teusaquillo - Bogotá - Colombia



Hernán Padilla
Director - Editor

Colaboradores
Jorge Gómez

Relaciones públicas
Francisco J. Padilla

Diagramación
Felipe Padilla Z.

Impresión
Editorial **ASOPRENSACOM**

LAS OPINIONES DE LOS COLUMNISTAS NO NECESARIAMENTE
REFLEJAN LA POSICIÓN EDITORIAL DEL PERIÓDICO

Es necesario prender alarmas por desfinanciación en \$800.000.000 millones en el SITP

Oficina de Prensa



Roger Carrillo Campo
Concejal Partido Conservador

Un llamado de atención hizo hoy el Concejal Roger Carrillo Campo vocero de la bancada conservadora y pidió que se haga reingeniería con carácter urgente al SITP y dijo que se encuentra en cuidados intensivos "La radiografía es bastante crítica, Transmilenio tiene hoy un desfinanciamiento en el fondo de estabilización de alrededor de \$347.000.000 millones, el año pasado el déficit fue de \$ 800.000.000 millones y el presupuesto de operación e inversión del sistema, está desfinanciado en \$216.000.000 millones, por supuesto esto evidencia la necesidad de buscar otras fuentes de refinanciamiento del sistema". El cabildante conservador dijo que es necesario garantizar la operación y estabilidad del sistema y por ello hay que buscar los recursos,

esto implica que no tengamos dinero para por ejemplo la cultura ciudadana o para la gestión de anticolados y que por supuesto hay que dialogar con los operadores cuya situación financiera también está en alto riesgo. Carrillo Campo dijo que hay que avanzar en la construcción de Transmilenio por la Carrera Séptima, por la Avenida Boyacá, por la avenida 68, la Avenida Ciudad de Cali y por supuesto en la construcción del Metro que hace parte del Sistema integrado de transporte, pero que hoy las alarmas hay que prenderlas porque el SITP porque su problema financiero es grave. El concejal agregó que urge hacer la reposición del parque de articulados que ya cumplieron su vida útil y por supuesto esto garantizaría la seguridad de los usuarios.



Democracia digital directa

SeamOS es un movimiento ciudadano con diferentes habilidades e ideologías, unidos por la idea de traer creatividad al poder, y mejorar la calidad y el acceso a la democracia. SeamOS da voz y herramientas a todos para participar en discusiones e iniciativas públicas, para organizarse alrededor de causas y comunidades que conviertan la indignación en cambio político.

SeamOS busca que la política que se haga en Colombia, sea política de la buena, limpia, honesta, transparente y efectiva. Hacemos parte de una comunidad global de colaboración que intercambia experiencias y soluciones tecnológicas de países donde el uso de tecnología está transformado la participación ciudadana, el acceso a servicios públicos y la construcción de sociedad.

Tú votas, tú decides

¿Solo tienes contacto con tu candidato cada 4 años al votar? ¿Te han molestado decisiones que han tomado tus representantes usando tu voto? ¿Quieres definir sus votaciones en

el Concejo, Asambleas Departamentales y el Congreso de la República? ¿Quieres tener un contacto más directo con tus representantes?

1. Votaciones virtuales: Vota en tiempo real para incidir en las decisiones que son importantes para ti, manifiéstale directamente a tus representantes tus intereses y decisiones para que de esa manera voten en Concejos, Asambleas Departamentales y el Congreso de la República

2. Construcción conjunta de documentos: ¿Quieres que tus ideas hagan el cambio? Aporta versiones y comentarios de planes, leyes, ordenanzas, acuerdos que estén en discusión.

3. Financiación virtual: Apoya a tu candidato o campaña política preferida. Tu donación hace el cambio.

4. Liderazgo digital al poder: ¿Quieres tener liderazgo y visibilidad? suma puntos, gana insignias, consigue privilegios y recompensas en redes sociales, consigue dialogo y espacios con tu candidato preferido.

Por tercera vez radicado proyecto de la semana de la bici en el concejo

Oficina de Prensa



José David Castellanos
Concejal Cambio Radical

El Concejal José David Castellanos, líder en el tema de movilidad sostenible en el Concejo, radicó por tercera vez en un año en la Corporación, el Proyecto de Acuerdo 031 de 2017 para institucionalizar la "Semana de la Bicicleta" en el Distrito. En Agosto y Noviembre de 2016 se hicieron las dos anteriores radicaciones, esperando que fueran incluidas en las sesiones del Cabildo.

Se esperaba que el proyecto fuera incluido en las sesiones extraordinarias del mes de enero, ordenadas por el alcalde mayor Enrique Peñalosa, al estar ya en el mes de febrero se espera que pueda discutirse y que se logre institucionalizar esta "Semana de la Bicicleta" en la ciudad. De acuerdo con los resultados de la Encuesta de Movilidad 2015, para Bogotá y 17 municipios de la Sabana, la Secretaría Distrital de Movilidad resaltó que los trayectos realizados en bicicleta han aumentado un 48 por ciento de 2011 a 2015.

De las 28.212 personas que fueron encuestadas, el 57.6 por ciento residen en las localidades de Bogotá, el 6.2 en Soacha y el 36.2 en el resto de los municipios objeto de estudio (Bojacá, Cajicá, Chía, Cota, La Calera, Fa-

catativá, Funza, Gachancipá, Madrid, Mosquera, Sibate, Sopó, Tabio, Tenjo, Tocancipá y Zipaquirá).

Castellanos asegura que "para promover la cultura de la bicicleta se deben tener en cuenta dos aspectos: La participación ciudadana y la promoción", en donde la Administración deberá consultar, socializar y promover la participación de la sociedad en general a la hora de implementar o construir nuevas políticas y reglamentaciones que afecten la movilidad de los usuarios en bicicleta". Y en el tema de la promoción.

Diseñar estrategias de promoción para de la bicicleta.

Promover el compromiso de los funcionarios distritales con respecto a la promoción del uso de la bicicleta.

Generar eventos y otras actividades que promuevan la bicicleta como un medio de transporte (que se genere respeto entre los diferentes actores de la movilidad, que promueva un mayor estatus de la bicicleta).

Incentivar el apoyo de las instituciones públicas y privadas en la realización de viajes cotidianos en bicicleta por parte de sus empleados y clientes (programas "Bike to Work").

Viene pág. 1

El momento de pasar de un extremo a otro llegó a este Centro Comercial de tradición, construido hace 31 años, para convertirlo en un espacio lleno de innovación y variedad comercial; transformando las instalaciones existentes y a su vez ejecutando una ampliación del área comercial actual. La transformación se llevo a cabo de adentro hacia afuera, sin quedar un solo espacio sin intervenir, de manera que el Centro Comercial será un lugar totalmente diferente.

El proyecto ha contado con la participación de reconocidas firmas como lo son Entre Pisos Modulares, Facelco, Plinco,



Quatro Arquitectura, Danpal Andina, Otis Elevators, como responsables de la obra de ampliación y remodelación.

Uno de los cambios más significativos que tendrá Galerías radica en que aumentará su oferta comercial con un corredor Gastronómico con vista panorámica hacia nuestros cerros orientales, restaurantes Gourmets con un espacio reservado para usuarios de los restaurantes, algunos con terrazas y vista a la ciudad.

Pasa pág. 5

'Bogotá, bonita y en bici', el lema del Día Sin Carro

- El jueves 02 de febrero arrancó la segunda fase de la peatonalización de la carrera 7a., con nuevos espacios públicos para los ciudadanos. - En la 7a., precisamente, la Alcaldía Peñalosa puso en marcha un bicarril que va desde la Jiménez hasta la calle 17. Esa demarcación le dio vida y color al centro de la ciudad.

puedan movilizar de forma segura y hagan deporte. Tendremos 86 kilómetros entre corredores para ellos", aseguró Molano. La Secretaría de Movilidad destinó 42 kilómetros de calzada completa de ciclovías, 33 kilómetros de carril para los ciclistas y 11 kilómetros de ciclorruta, para que cerca de 2'500.000



El alcalde mayor de Bogotá, Enrique Peñalosa, el 02 de febrero por las calles de la Capital y en bicicleta

- En Bogotá, habrá 86 kilómetros de ciclovía disponibles. El Día Sin Carro, que se realizó este 2 de febrero, está lleno de actividades para que los ciudadanos se enamoren de los medios alternativos de transporte. Habrá concurso de fotografía, actividades lúdicas, ciclopaseos y actividades físicas en distintos puntos de la ciudad. Estas actividades, junto a un bicarril en la carrera 7a., en el corazón de Bogotá, le darán un nuevo impulso a esta nueva jornada donde no habrá carros ni motocicletas.

El Día Sin Carro arranca este jueves desde las 5:00 a.m. e irá hasta las 7:30 de la noche, bajo el lema 'Bogotá, bonita y en bici'.

El director del Instituto Distrital de Recreación y Deporte (Idrd), Orlando Molano, invitó a los bogotanos para que se animen a sacar su bici y disfruten de esta jornada.

"Esperamos que miles de ciudadanos se movilicen en medios de transporte alternativos, como la bicicleta o los patines, y aprovechen los corredores que habilitamos para que se

personas se animen a salir en bici. Adicionalmente, se inaugurará un bicarril en la 8a. sur, entre la carrera 50 y la ciclorruta de la carrera 30.

Según la Secretaría de Movilidad, con esto no solo habrá conectividad entre esos tramos, sino que los ciclistas podrán transitar de forma segura. Esta intervención se realizará aprovechando el ancho disponible de la calle, hasta ahora usado por carros mal estacionados en la vía.

"Varios parqueaderos serán habilitados como plazas, con el fin de mostrarles a los ciudadanos el uso que ellos les podrían dar si no fueran ocupados por vehículos, teniendo en cuenta que Bogotá tiene poco espacio público", explicó Juan Pablo Bocarejo, secretario de Movilidad.

En el Día Sin Carro, habrá transporte público. TransMilenio pondrá a trabajar 2.292 buses y contará con personal adicional en los ingresos a los portales y estaciones del sistema. Además incrementará la frecuencia en los alimentadores y las horas pico se

extenderán entre las 5:00 a.m. y 9:00 a.m. y entre las 4:00 y 8:00 p.m.

Para quienes quieran hacer recorridos parciales en bicicleta, habrá 3.405 cicloparqueaderos en los portales Américas, con 785 cupos; Suba, con 324; y El Dorado, con 532.

Asimismo, estarán disponibles más de 6.000 buses del Sistema integrado de Transporte Público (SITP) y Recaudo Bogotá brindará 4.451 puntos de red externa para recargar tarjetas TuLlave.

Un día menos contaminado

La Secretaría de Ambiente monitoreará el aire y ruido en horas valle y pico en tres corredores de tráfico, e instalará nueve puntos de control de emisiones de buses, vehículos de carga y motos que fueron habilitadas para transitar.

Además, un grupo de funcionarios rodará por la ciudad con mensajes alusivos a la ecomovilidad, actividades lúdicas y pedagógicas y promoviendo el uso de medios de transporte ambientalmente sostenibles.

No se pierda...

Si el centro cambia, todo cambiará: Con mesas, sillas, plantas, parasoles, demarcación en la ciclorruta y presentaciones artísticas de Idartes, se retomará la recuperación del centro en términos de espacio público. Todo esto para mejorar las condiciones de la calle, con el fin de que sean más seguras para peatones y se reduzca el conflicto entre estos y los ciclistas.

La intervención se realizará en la carrera 7a., entre la avenida Jiménez y la calle 17. Cualquier ciudadano puede participar.

Concurso de fotografía: todos los ciudadanos pueden participar enviando fotografías de sus mejores momentos en bicicleta. Habrá dos categorías: la primera es para fotografías de alta calidad, las cuales deberán ser enviadas al correo gerentebici@movilidadbogota.gov.co. La segunda, para

imágenes enviadas a través de Twitter con la etiqueta #BogotaBonitaYenBici.

El ganador de cada categoría recibirá una bicicleta y un kit de elementos de seguridad.

Para más información del concurso, puede visitar: <http://www.movilidadbogota.gov.co/web/concurso-de-fotografia>

Apropiación del espacio público: En el Día sin Carro el peatón también es protagonista. Por esta razón se habilitarán cinco plazas en espacios tradicionalmente utilizados para parquear vehículos, en donde los ciudadanos que se movilizan a pie o en bici podrán disfrutar de un rato ameno en puntos acondicionados para tal fin.

Esta actividad se desarrolla en el marco de la adecuación de "calles completas", las cuales buscan priorizar espacios para el peatón y el ciclista, mejorando su experiencia de ciudad además de su seguridad vial.

Ciclopaseo de la Paz – La Vuelta a la Memoria: Este evento, que se realizará durante la Cumbre Mundial de Premios Nobel de Paz, es organizado por el Centro de Memoria Histórica y colectivos de bicicletas para recordar y homenajear a las víctimas de accidentes de tránsito en la ciudad.

El punto de encuentro será en Corferias a las 6:00 p.m. y el recorrido se extenderá a lo largo de 15 kilómetros, terminando en el Museo Nacional.

Actividad física y hábitos de salud: En esta jornada a los ciclistas y peatones se les realizará tamizaje de presión arterial y cálculo de índice de masa corporal, en estos puntos:

- Carrera 30 con Avenida Primero de Mayo, frente al Sena (Antonio Nariño).
- Carrera 37 # 64-10 Sur (Ciudad Bolívar)
- Avenida Villavicencio con Avenida Ciudad de Cali, frente al Portal de las Américas (de Kennedy).
- Calle 50 con carrera 13 (Kennedy).





Galerías Ciudadela Comercial

El descanso, la diversión y disfrutar el tiempo libre en familia; son prioridades que se destacan cuando las personas buscan elevar su calidad de vida, por ello al ingresar un nuevo actor de entrenamiento como HAPPYLAND para niños y jóvenes ofreceremos y supliremos recreación y esparcimiento. El compromiso es llevar entretenimiento familiar de gran formato a este nuevo espacio cubierto del nuevo tercer piso del Centro Comercial Galerías. El parque será el sitio de reunión y destino para entretenimiento de las familias bogotanas, donde encontrarán atracciones novedosas y excelente servicio.

Galerías también se reinventa enfocando sus acciones en no solo suplir las necesidades de sus visitantes sino también en contribuir a la preservación del medio ambiente, para esto contará con elementos de arquitectura sostenible y con un manejo adecuado de los recursos naturales en las nuevas baterías de baños.

Desde esta óptica empezaron a darse las transformaciones, que han estado acompañadas por agresivos planes estratégicos de mercadeo y publicidad relacional, con el fin de posicionar y dar a conocer a su clientela las cosas nuevas que pueden encontrar en los lugares “remodelados”.

Los centros comerciales dejaron de ser exclusivos para determinadas actividades y ahora están dedicados a suplir los gustos y las necesidades de públicos infantiles, juveniles y mayores. Esta tendencia se ve reflejada en plazas de comidas, salas de cine, muchos parqueaderos, hoteles y oficinas.

En Colombia se está viendo una nueva etapa en los centros comerciales, un nuevo concepto, el cual está ahora dirigido para satisfacer diferentes estilos de vida. Esto implica que, además de lo tradicional, se están implementado nuevos sitios que vienen a complementar lo que un visitante va busca de experiencias.

conocido en la ciudad.

Igualmente se espera mayor tráfico e incremento en las ventas de cada local comercial.

El Centro Comercial seguirá operando bajo el modelo de propiedad horizontal.

A continuación una descripción de las labores realizadas

Una vez terminado el registro del estado general del interior y exterior del centro comercial incluyendo edificaciones aledañas y zonas públicas circundantes se procede con la elaboración y digitalización de estas actas de vecindad que serán el soporte de su estado previo a las intervenciones propias del proyecto.

En lo referente al reforzamiento estructural se determinó, por medio de perforaciones e inspecciones, el tipo de cimentación utilizado en la construcción del centro comercial lo que permitió la adecuación, revisión y aprobación de los diseños de la nueva es-

contratistas de las obras civiles a las áreas donde se instalarán las nuevas escaleras eléctricas.

En general se están aplicando todos los procesos preventivos y correctivos necesarios para garantizar la menor afectación posible a todas las áreas inferiores o aledañas a la obra, es importante resaltar que la eficacia y resultados de dichos procesos depende en gran parte del estado actual y de los materiales utilizados en las diferentes zonas del centro comercial puesto que por el tiempo transcurrido desde su construcción y por las diferentes intervenciones a las que se ha visto expuesto a través de los años, así como la ausencia de planos record, generan eventualidades imposibles de prever.

Siendo conscientes de que cada una de estas filtraciones generan incomodidad al comercio en general y al público visitante, junto con el personal designado por el promotor, se han realizado visitas a las áreas afectadas para dialogar con los comerciantes y explicar de alguna manera todo lo que se hace en obra para prevenir dichas afectaciones y programar los arreglos locativos y/o reparación económica según sea el caso. Así mismo para que todos sientan el apoyo e interés de nuestra parte y de esta manera aliviar en alguna medida la carga de quejas a la administración del centro comercial.

Durante el mes de noviembre también se desarrollaron varias reuniones con diferentes grupos del comercio donde se socializó el cronograma de actividades y se escucharon las inquietudes, sugerencias y quejas de los involucrados llegando a varios acuerdos que permitan el funcionamiento normal de todas las áreas sobre todo durante la temporada navideña. En consecuencia se retiró el cerramiento de seguridad instalado en el segundo piso posteriormente al desmonte del ascensor cuatro y se aplazó el inicio de las diferentes intervenciones en las áreas comunes. Inicialmente se citó al comercio en general del segundo piso siendo éste el más afectado por su cercanía con las áreas intervenidas, seguidamente nos reunimos con el primer piso y posteriormente con las comisiones nombradas allí. En todas estas oportunidades en presencia de funcionarios del centro comercial, representantes de los promotores de la obra, los comités del comercio y el personal de la interventoría del centro comercial.

Terminados los trabajos de exploración y cimentación actual iniciaron las obras de instalación de los nuevos elementos de reforzamiento estructural y soporte de las nuevas escaleras y ascensores.

Por recomendación de los diseñadores y con el fin de compensar cargas a la estructura del edificio, se avanza en el retiro del sobre piso y el acabado impermeable de la placa en las zonas oriental y central cuyo espesor supera los 25 cms en algunas áreas lo que garantiza el desmonte de un peso muerto importante y que en todos los casos es muy superior al de la placa del nuevo piso que lo reemplazará. Teniendo en cuenta la incomodidad generada por el ruido de los taladros utilizados para este trabajo se incrementó el número de equipos y cuadrillas con el fin de avanzar sin modificar los horarios autorizados por el centro comercial comprendidos entre seis y once de la mañana. En los niveles inferiores se está retirando el acabado circundante en los vacíos de los dos costados consistente en una malla pañete y una estructura metálica de soporte, dejando expuestas las vigas y columnas donde se anclarán las nuevas columnas, vigas y diagonales que conforman el reforzamiento. Es de resaltar el desempeño del aislamiento acústico que nos permite avanzar en estas actividades durante gran parte de la jornada comercial sin que se presenten quejas por ruido o cualquier otro tipo de molestia hasta el momento.

Pasa pág. 8



Panorámica Ciudadela Comercial Galerías

Uno de los principales objetivos trazados por la Administración fue buscar los mayores beneficios para los propietarios y comerciantes.

Para lograr este objetivo, como responsables de la Administración, apostamos a nuestro conocimiento y habilidades en diversas áreas. Una de las más importantes fue el área de mercadeo y publicidad, la cual contribuyó a mejorar las ventas de los arrendatarios, promovió la comercialización y concesión de espacios, y a la vez fortalecimos la comunicación con su mercado objetivo y la comunidad donde nos encontramos. No hay que olvidar que la conducta de los consumidores y las necesidades de los arrendatarios están cambiando constantemente, por lo que las estrategias de mercadeo deben ser conjuntas, entre el local y la operación en general.

La industria de los Centros Comerciales se vuelve cada vez más exigente y sofisticada y con esto ha obligado al mercado a mejorar en todo aspecto para poder enfrentar mayores retos en un entorno que se ha vuelto cada vez más competitivo.

ALIANZA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL PLAN DE DESARROLLO Y EXPANSIÓN DEL CENTRO COMERCIAL GALERÍAS Hoy en día los centros comerciales se preocupan por brindarles a sus visitantes tres elementos clave: un lugar en dónde comer, comprar y entretenerse.

Esto se refleja en las nuevas construcciones y en la ampliación de las áreas de los centros comerciales antiguos que han tomado la determinación de ampliarse. La inversión de la obra en el Centro Comercial Galerías, se estimó en \$ 25.000 millones, incluye una plazoleta de comidas, entretenimiento para niños y restaurantes de mantel. La nueva planta agregará 1.200 metros cuadrados de área comercial a los 300 locales que funcionan hoy. El tercer piso incluirá un espacio con marcas gourmet que ofrecerán atención personalizada, una plazoleta de comidas con mesas compartidas y un parque con entretenimiento infantil.

Nuestro Centro Comercial tendrá una actualización con escaleras eléctricas por sus dos extremos y ascensores nuevos igualmente contará con una moderna cubierta en policarbonato.

Tendrá todas las especificaciones modernas para contar con un centro comercial más contemporáneo.

El objetivo central de la ampliación es fortalecer el complejo comercial, al identificar una falencia identificada en este tipo de oferta.

El cliente interno y externo disfrutará de una infraestructura moderna, amable y segura adaptada a las nuevas normas arquitectónicas con tecnología de punta ofreciendo un ambiente nuevo sin perder el espíritu tradicional por el que es re-

estructura de reforzamiento. Así mismo se revisan todos los diseños y planos de las demás redes involucradas para sugerir las modificaciones pertinentes que permitan la correcta interacción de las mismas y adicionalmente su interconexión con las existentes en el centro comercial.

Se programan pruebas con diversos materiales de protección en los domos oriental, occidental y en los octágonos centrales tienen como único fin cumplir con las normas de seguridad tanto para el personal de la obra como para el público en general de los pisos inferiores. Teniendo en cuenta que su implementación perjudique al mínimo posible la iluminación y aireación de los niveles inferiores generando además el mayor aislamiento posible al ruido ocasionado en el desarrollo de la obra.

Para las actividades de reforzamiento estructural en los pisos uno y dos es necesario intervenir con obras civiles algunos puntos específicos, para lo cual se llevan a cabo visitas de inspección que en algunos casos requieren desmontar el cielo raso o hacer excavaciones o apiques en pisos, muros o columnas para determinar la ubicación de las redes existentes o los materiales que componen el área a intervenir y así poder crear un plan de trabajo acertado y eficaz. Con este fin se realizaron varias visitas junto con los diseñadores de la red eléctrica, el reforzamiento estructural, y los



Antonio Sanguino
Concejal

Perdimos otro humedal en Bogotá

“Este Humedal fue desecado, loteado e invadido por parqueaderos”. Bogotá ha perdido 49 mil hectáreas de humedales en los últimos 50 años.

El Presidente del Partido Alianza Verde y Concejal de Bogotá, Antonio Sanguino, denuncia que “perdimos otro humedal en Bogotá”. Se trata del Humedal la Vaca Sur, esto debido al precario saneamiento predial, saneamiento hídrico y recuperación ecológica de este ecosistema. “Este Humedal fue desecado, loteado e invadido por parqueaderos”, puntualizó Sanguino al tiempo que dijo que el Humedal La Vaca Norte que también hace parte del mismo ecosistema está a punto de perder el biofiltro y la laguna de sedimentación está totalmente descuidada, al punto de estar saturada. Bogotá ha perdido 49 mil hectáreas de humedales en los últimos 50 años y ahora pierde otras dos hectáreas pertenecientes al Humedal la Vaca Sur, ubicado al sur-occidente de la ciudad de Bogotá, jurisdicción de la Localidad de Kennedy. La denuncia fue hecha luego de una visita practicada por el Concejal Sanguino al sitio para corroborar las condiciones en la que se encuentra el Humedal la Vaca Norte y Sur y desde allí, advierte que hay un atraso significativo frente a la implementación de los 15 Planes de Manejo Ambiental – PMA de los humedales legalmente reconocidos en la ciudad.

Viene pág. 8

...Come la fruta con el estómago vacío

Si come harina junto con la fruta, ésta, se pudre, se fermenta y se convierte en ácido. En el momento que la fruta entra en contacto con la comida, los jugos estomacales y digestivos; toda la masa de alimento comienza a echarse a perder. Así que, ¡por favor coma sus frutas con el estómago vacío* o antes de las comidas!

Has oído a las personas quejándose:

"Cada vez que como sandía mi estómago se hincha", "cuando como un plátano corro al baño", etc .. etc ..

En realidad todo ésto no sucederá si usted come la fruta con el estómago vacío

¡La fruta se mezcla con la putrefacción de otros alimentos y produce gas y por lo tanto se va a hinchar!

Las Canas, la pérdida de cabello, calvicie, arrebatos nerviosos y círculos oscuros bajo los ojos, todo esto *NO sucede si usted toma las frutas con el estómago vacío.

Algunas frutas, como la naranja y el limón son ácidas, pero todas las frutas se vuelven alcalina en nuestro cuerpo, de acuerdo con el Dr. Herbert Shelton quien realizó una investigación sobre este asunto.

Si usted ha dominado la forma correcta de comer frutas, usted tiene el SECRETO de *la belleza, la longevidad, la salud, la energía, la felicidad y el peso normal

¡¡Cuando es necesario beber jugo de frutas, beba solamente jugo de fruta fresca, *NO* de las latas, envases o botellas guardadas quien sabe cuanto tiempo!! Diga *No* a las bebidas de jugo que se ha calentado.

¡No!, No coma frutas cocidas, porque no obtiene ningún nutriente en absoluto, sólo se tiene su sabor.

*Cocinarlas Destruye todas las vitaminas

Comer una fruta entera es mejor que beber el jugo.

Si usted las come, hagalo bocado a bocado, lentamente, porque hay que dejar que se mezcle con la saliva antes de tragarlo.

Usted puede ayunar con frutas 3 días para limpiar o desintoxicar su cuerpo. Sólo comiendo frutas y bebiendo jugo de fruta fresca a lo largo de los 3 días. Usted se sorprenderá cuando sus amigos le digan: *¡te ves radiante!*

La fruta de KIWI: Pequeño pero poderoso.

Ésta, es una buena fuente de potasio, magnesio, vitamina E y fibra. Su contenido de vitamina C, es el doble de la de una naranja.

LA MANZANA

¿Una manzana al día mantiene alejado al médico?

A pesar de que una manzana tiene un bajo contenido en vitamina C, tiene antioxidantes y flavonoides, que aumenta la actividad de la vitamina C, ayudando así, a reducir los riesgos de

Después de analizar información suministrada por la Administración Distrital, que da cuenta de la gestión hasta diciembre de 2015, Sanguino manifestó que el cumplimiento general de los PMA apenas llega al 65,4%. “Preocupa que revisando la información detallada por cada humedal, hay indicadores de ejecución muy bajos que dan cuenta del mal estado en el que se encuentran algunos ecosistemas”, reveló.

“Los Humedales Salitre, La Isla y El Tunjo (que fueron reconocidos como humedales en la Administración de Petro), aún no reportaban porcentaje de desarrollo; el Humedal La Vaca, El Burro y Capellanía tienen los índices más bajos de ejecución en sus PMA, están en 38,7%, 52,5% y 54,6% respectivamente” indicó el Concejal de Bogotá Antonio Sanguino.

Sanguino, exhortó a la Administración Distrital, en cabeza de la Secretaría de Ambiente, para que en el primer informe de gestión que presentaran a finales del mes de marzo sobre su gestión del 2016 frente al tema, se vean significativos avances en la implementación de todos los PMA. Además, solicita que presenten una propuesta para subsanar lo ocurrido en la Vaca-Sur.

cáncer de colon, infarto al corazón y derrame cerebrovascular.

LAS FRESA:
Fruto de protección.
Las fresas tienen el más alto poder antioxidante entre todas las principales frutas y _protege el cuerpo contra el cáncer, que causa la obstrucción de vasos sanguíneos y radicales libres.

LA NARANJA:
Es la medicina más dulce.
Tomar de 2 a 4 naranjas al día, puede ayudar a mantener los resfriados bajo control, bajar el colesterol, prevenir y disolver los cálculos renales, así como disminuir el riesgo de cancer de colon

LA SANDÍA:
Es la mas fresca manera de eliminar la sed.
No sólo está compuesta por 92% de agua, sino que también está rebotante de una dosis gigante de glutatión, que ayuda a reforzar nuestra sistema inmunológico.
También es una fuente importante de licopeno, el oxidante que ayuda a matar las células de cáncer.
Otros nutrientes importantes que se encuentran en la sandía,son la vitamina C y Potasio.

La GUAYABA Y la PAPAYA:
Principales premios por su vitamina C. Son los ganadores claros por su alto contenido de vitamina C.
La guayaba es también rica en fibra, que ayuda a prevenir la constipación.
La papaya es rica en caroteno; esto es bueno para sus ojos.
Beber agua fría o bebidas frías después de una comida = CÁNCER

¿Puedes creer esto?
Para aquellos que les gusta beber agua fría o bebidas frías, este artículo es aplicable para usted:
¿Es bueno tomar una taza de agua fría o bebidas frías después de una comida?.

El agua fría o bebidas frias solidifica los alimentos grasoso que usted acaba de comer. Hará más lenta la digestión. Una vez que este 'lodo' reacciona con el ácido del estómago, se descompone y es absorbido por el intestino más rápido que la comida sólida. Se alineará el intestino. Muy pronto, esto se volverá en grasa y nos llevara al cáncer!

Es mejor tomar una sopa caliente, te o agua tibia después de una comida.

Vamos a tener cuidado y ser conscientes. Cuanto más conozcamos, tendremos mayor oportunidad de sobrevivir.

Un cardiólogo dice:
si todo el mundo que reciba este mensaje y lo comparte con otras personas, puede estar seguro de que ¡¡se salvará al menos una vida!!

Chapinero

Oficina de Prensa

Festival de la chicha y la dicha

El 25 y 26 de febrero, el barrio La Perseverancia celebra su evento cumbre: el festival de la chicha, el maíz, la vida y la dicha, que este año llega a su versión número veinte con la participación de 50 familias de tradición chichera y la organización de la Alcaldía Local de Santa Fe. Durante estos dos días se realizan

cual las chicheras obtienen la bendición del grano de maíz en la laguna de Guatavita. En esta ocasión, se hace el sábado 18 de febrero. El primer día (sábado 25 de febrero) se presentan grupos artísticos de colegios y organizaciones culturales locales, además de orquestas de música tropical, popular y andina. Y el domin-



muestras gastronómicas, musicales y culturales de manera gratuita, mientras que las chicheras venden de manera controlada los productos que durante más de 20 días han fermentado para deleitar a bogotanos y turistas. Se estima que cada año cerca de 8000 personas se han hecho presentes para consumir esta bebida. No todo es chicha Como antesala del festival, se realiza el ritual muisca al dios Fu, a través del

go 26, hacen su presentación grupos de danza colombiana y un artista de reconocimiento nacional. Paralelamente, se realiza el reinado de la chica, en el que las concursantes deben cumplir los siguientes requisitos: -Ser residente de la localidad -Presentarse con un vestido hecho en materiales reciclables -y ser miembro de una organización de chicheros de la localidad.

Programa de radio: Garage A GO GO

El martes 7 de febrero se reinicia una temporada mas del programa radial Garage a Go Go, que comenzó como una publicación Fanzine con el mismo nombre se transmite por la emisora de la Universidad Nacional, bajo la dirección de su realizador Martín Morales, músico, escritor, dibujante y gestor cultural, quien tratará los tópicos de la escena local e internacional independiente, este programa se ha convertido en un referente musical en los sonidos vintages Surf music, rockabilly, exótica, mersssey sound, mod music, psicodelia, garage sesentas. muchas sorpresas, novedades e invitados especiales tendra este espacio que ha consolidado una escena musical desde la ciudad de Bogotá. GARAGE A GO GO todo lo que querías saber acerca del garage rock y no te lo contaron, la cita es todos los martes desde las 06:00 pm por los 98.5 FM UN radio emisora de la Universidad Nacional



Se amplía cobertura de apoyos económicos para personas mayores de Bogotá

Desde este mes se abren 704 cupos para personas mayores que por primera vez reciben apoyo económico para satisfacer sus necesidades básicas.

739 mil millones de pesos serán invertidos en programas de atención a las personas mayores durante este cuatrienio por parte de la Secretaría de Integración Social. La estampilla 'Pro Adulto Mayor', pasó del 0.5% al 2% y será invertida en Centros Día y Centros de Protección Social.



El alcalde Peñalosa con adultos mayores de la Capital

A partir de este mes se amplían 704 cupos para personas mayores de 60 años, en condición de vulnerabilidad que gozarán de apoyo económico por parte de la Alcaldía Mayor de Bogotá para garantizar su bienestar.

En 2016 con los recursos de la Secretaría de Integración Social apoyó a 84.119 personas y a través de los Fondos de Desarrollo Local a 47.415 personas mayores. Con esto llegamos en Bogotá a 131.534 personas mayores que reciben apoyo económico del distrito, estas personas no cuentan con pensión o carecen de ingresos o rentas suficientes para subsistir. De esta forma, la administración distrital en cabeza del Alcalde Enrique Peñalosa, reafirma su compromiso con las personas mayores, además, trabaja en mecanismos de control para garantizar la focalización correcta de los servicios para que los beneficiarios sean realmente las personas que lo necesitan. "Estamos haciendo cruces de bases de datos individuales y masivas para lograr el control de los beneficiarios. Adicionalmente, estamos realizando visitas domiciliarias para verificar y garantizar que los apoyos lleguen a quienes realmente lo necesitan", afirmó la secretaria de Integración Social, María Consuelo Araújo Castro.

Frente a los recursos que se recaudarán con el aumento alcanzado de la estampilla 'Pro Adulto Mayor', que pasó del 0.5% al 2%, la Secretaría indicó que la inversión se focalizará en mejorar los servicios de los Centros Días y de los Centros de Protección Social.

"Pasaremos de atender 15 mil personas mayores de 60 años a 38 mil en los centros día. Además, aumentaremos cupos de atención en los Centros de Protección Social, un servicio dirigido a los más

vulnerables con una atención integral las 24 horas", aseguró la Secretaria.

Es así como la administración de la Bogotá Mejor Para Todos asignó un presupuesto histórico de 739 mil millones de pesos para los programas de atención a la población mayor que hoy corresponde al 11% de total de la población y que en el 2020 pasará al 14% con más de un millón de personas mayores de 60 años.

Según los resultados del estudio de la línea base Política Pública Social de Envejecimiento y Vejez – PPSEV- Bogotá es una ciudad que cada día envejece más, y solo un poco más de la tercera parte de la población mayor de 60 años (37.2%) recibe una pensión.

CIFRAS

- Actualmente en Bogotá hay 902 mil personas mayores de 60 años en 2020 seremos más de 1.153.000
- El 18% del total de personas mayores de la ciudad tiene al menos una limitación permanente.
- El 66% padece de una enfermedad crónica. (Los mayores padecen de enfermedades tales como cardiovasculares, hipertensión, lesiones en los huesos, problemas digestivos y gástricos). Por eso la importancia de tener un envejecimiento activo prepararnos desde edades tempranas para lograr una vejez digna.
- El 10.9% de las personas mayores de 60 años viven solas.
- Más del 50% de las personas mayores de 60 años en la ciudad no tuvieron acceso a educación secundaria.
- Teusaquillo (18.97%), Barrios Unidos (18.21%) y Chapinero (17.92%) son las localidades con mayor proporción de personas mayores.

Conformadas las comisiones permanentes del Concejo

Cada comisión está conformada por 15 concejales de las diferentes bancadas. Esta distribución de concejales permanecerá durante todo el 2017.

Hoy en sesión plenaria se definió cómo quedaron integradas las tres comisiones permanentes del Concejo de Bogotá, Comisión Primera de Plan, Comisión Segunda de Gobierno y Comisión Tercera de Hacienda y Crédito Público, cada una con 15 integrantes. La Comisión Primera del Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial, es la encargada de desarrollar los debates de control político y proyectos de acuerdo relacionados con los sectores de planeación, ambiente, movilidad, hábitat, por tanto se discuten en esta comisión asuntos como la aprobación del Plan de Ordenamiento Territorial POT, la reglamentación del tránsito, transporte y seguridad vial, la reglamentación del uso del suelo y el espacio público, entre otros aspectos.

Quedó conformada por los siguientes concejales: Del Partido Liberal, Horacio José Serpa y Armando Gutiérrez; de Centro Democrático, Diego Devia y Javier Santiesteban; del Partido Conservador, Nelson Cubides, de Alianza Verde, María Clara Name y Lucía Bastidas; del Partido de la U, Ricardo Correa y Rubén Torrado; de Cambio Radical, Juan Felipe Grillo, Julián López y Jorge Lozada; del Polo Democrático, Manuel Sarmiento y Álvaro Argote; y de Opción Ciudadana, Marco Fidel Ramírez.

La Comisión Segunda Permanente de Gobierno desarrolla control político y actividad normativa en torno a los temas de educación, salud, integración social, cultura, recreación y deporte, gobierno, seguridad y convivencia, organización administrativa en la estructura de la administración pública distrital.

En esta comisión están los concejales del Partido Liberal, Jorge Durán Silva y Luz Marina Gordillo, del Centro Democrático, Andrés Forero y Diego Molano; del Partido Conservador, Gloria Elsy Díaz; de Alianza Verde, Edward Arias y Antonio Sanguino; de Cambio Radical, Rolando González, José David Castellanos y César García; del Polo Democrático, Venus Albeiro Silva; de Progresistas, Hollman Morris; de Mira, Jairo Cardozo; de Movimiento Libres, Emel Rojas; y de Alianza Social Independiente, Juan Carlos Flórez.

Finalmente en la Comisión Tercera Permanente de Hacienda y Crédito Público se hace el control político y actividad normativa relacionados con hacienda, desarrollo económico, industria y turismo, por tanto se discute allí el Plan Anual de Rentas e Ingresos y Gastos e Inversiones del Distrito Capital, la organización y gestión de la Contraloría Distrital, el cupo global de endeudamiento del Distrito, entre otros aspectos.

La conforman los siguientes concejales: Del Partido Liberal, Germán García y María Victoria Vargas; de Centro Democrático, Ángela Garzón y Daniel Palacios; del Partido Conservador Roger Carrillo, de Alianza Verde, Jorge Torres y Hosman Martínez; del Partido de la U, Patricia Mosquera y David Ballén; de Cambio Radical, Julio Acosta, Roberto Hinestrosa y Yefer Vega; de Polo Democrático, Celio Nieves y Nelson Castro; y de MIRA, Gloria Stella Díaz.

Los concejales Jairo Cardozo y Juan Carlos Flórez dejaron constancia de su voto negativo al considerar que a las minorías se les dejó en la Comisión de Gobierno sin darles el derecho a escoger.





Jorge Enrique Jaimes Yáñez

El orador de la salud

La botica de hierbas y plantas

Cúrcuma - Moringa - Jengibre - Quinoa

Cloruro de magnesio - Semillas de Chía

Carrera 21 No. 53 - 37 - Galerías

318 8799280 - 249 7741

“Daría todo lo que sé por la mitad de lo que ignoro”.

Soy el Orador de la Salud, el caballero de las letras que previenen y sanan enfermedades a través de las hierbas, las plantas y las frutas.

Soy poseedor de la indeclinable filosofía al servicio de vuestra salud.

Soy la voz de las hierbas, plantas y frutas, por eso recomiendo consumirlas, a diario, para vivir sanamente.

Los hábitos de vida son el mayor factor de riesgo para muchos.

El verde es vida... ¡Vuelve a lo natural!.. Ya es hora de renacer y empezar a vivir tomando conciencia de nuestros hábitos alimenticios.

Cuando se trata de salud las plantas siempre tienen las respuestas, por esa razón recomiendo a mis congéneres hacer uso de ellas con mucha frecuencia, que

se vuelva hábito consumirlas.

A continuación transcribo unas recomendaciones del Dr. ALAN GREENBERG, MD. homeópata y profesional especializado en Medicina Alternativa, que confirman mis inquietudes y conocimientos al respecto:

“Como médico jubilado puedo con honestidad decir que, a menos que tengas un serio accidente, tu mejor oportunidad de vivir, disfrutar de la vida y de una edad avanzada, es evitar a los doctores y hospitales, aprender nutrición, medicina herbal y otras formas de medicina natural, a no ser que seas tan afortunado de tener un MÉDICO NATURISTA disponible. La mayoría de las drogas y medicamentos de laboratorio son tóxicos y están diseñados solamente para tratar síntomas y no para curar a nadie”.

Come la fruta con el estómago vacío

Por: Stephen Mark

Los pacientes con cáncer no deberían morir...

¡Este te abrirá los ojos!

Leelo hasta el final y luego envíalo a todos en tu lista de contactos.

El Dr. Stephen Mark trata a sus pacientes con cáncer y enfermos terminales de una manera "no-ortodoxa" y muchos de sus pacientes(92%) se recuperaron.

Antes de utilizar la radioterapia o quimioterapia para curar las enfermedades de sus pacientes, él cree en la curación natural, ya que el cuerpo, naturalmente lucha contra las enfermedades.

Él dice:

"Es ésta una de las mejores estrategias para curar el cáncer... mi tasa de éxito en curar el cáncer es de aproximadamente 88%."

"Los pacientes con cáncer no deberían morir.

La cura para el cáncer ya se encuentra a la mano*, *¡está en el modo de como comemos frutas! "

¡Lo creas o no!

"Lo siento por los cientos de pacientes

con cáncer que mueren bajo los tratamientos convencionales."

"COMIENDO FRUTAS"

Todos pensamos que comer frutas significa sólo comprarlas o cortárlas y ponerlas en nuestras bocas. No es tan fácil como usted piensa.

Es importante saber cómo y cuando comer las frutas.

Significa, ¡no comer frutas después de las comidas!

¡Las frutas deben de ser comidas con el estómago vacío!

Si usted come frutas con el estómago vacío desempeñará un papel importante para desintoxicar su sistema digestivo. Le suministra una gran cantidad de energía para la pérdida de peso y otras actividades de la vida.

Digamos que usted come dos rebanadas de pan y luego una fruta.

La fruta está lista para ir directamente a través del estómago a los intestinos, pero no lo puede hacer debido a que comió el pan antes de la fruta.

Viene pág. 5

...Galerías Ciudadela Comercial

Se inició ya el tendido de redes hidráulicas en las zonas uno y dos en la medida que el avance del piso técnico lo permite. Inicio de trabajos de obra civil correspondientes a las adecuaciones en los tanques de agua potable y red contra incendios así como los necesarios en el cuarto de bombas por ser adecuaciones ajenas al desarrollo de las actividades en el tercer piso que no están sujetas al avance de otros contratistas permitiendo así recuperar tiempos en el cronograma de obra.

Se está a la espera de la terminación de trabajos por parte de los contratistas de piso técnico en zona dos para que puedan ingresar realmente a ejecutar actividades en el tercer piso, esto debido a que por compensación de cargas en este nivel se debe retirar todo el sobre piso existente. En cuanto a las obras civiles de adecuación en el piso uno se ha postergado innecesariamente el inicio y aunque esto no genera retrasos en otras actividades podría generar holguras en el cronograma aprovechables a futuro en lo relacionado a cantidad de cuadrillas contratadas.

Dentro de los comités de obra y en reuniones adicionales se está avanzando conjuntamente con los profesionales encargados del centro comercial en el empalme de los diferentes sistemas como CCTV, internet y sensores de humo.

El contratista designado ya inicio los trabajos en el tercer piso y está a la espera de la instalación de piso técnico en zona tres para continuar el tendido de ductos ubicados dentro del mismo. Entre tanto se está despejando el área del cielo raso del primer piso entre los ascensores tres y cuatro para realizar las modificaciones a los ductos allí ubicados con el fin de generar los espacios para los fosos de las escaleras electromecánicas que unirán el segundo nivel con el tercer piso en el costado oriental.

Adicionalmente se están adelantando las conexiones temporales necesarias para mantener el flujo de aire al sector de niveles mientras se remplazan los ductos existentes por el nuevo sistema. En la instalación de cubierta hay un avance del 100% en el policarbonato y el 95% del superboard en la zona uno. En la zona central o zona dos estamos en un 90% de instalación en policarbonato e iniciamos la instalación del superboard por el costado norte con un avance actual del 80%. Finalmente en la zona tres está terminada esta estructura en un 90% restando solamente el montaje de la pirámide central, permitiendo un avance del 70% en superboard, así mismo se espera para finales de mes el inicio de la instalación del policarbonato en la pirámide.

Este avance liberó áreas en zona uno y dos para la aplicación de los materiales de impermeabilización y acabados en la cubierta de superboard y el inicio de instalación de canales para el manejo de aguas lluvias. Una vez instalada parte de la estructura de soporte de la fachada se hacen evidentes algunas modificaciones necesarias como la instalación de correas de soporte en el área lo cual retrasa el inicio de ésta actividad. Al momento se están tomando medidas alternas que permitan la instalación de bajantes mientras se realizan dichas modificaciones.

El piso técnico está ubicado entre el nivel de la placa actual del tercer piso y una altura de ochenta centímetros en promedio según el área y conforma un corredor en el cual estarán las diferentes redes hidráulicas, hidrosanitarias, eléctricas, de datos y demás sistemas necesarios para el funcionamiento de los nuevos locales. La etapa inicial de instalación consta de cerchas metálicas soldadas a las columnas de la estructura de soporte que se encarga de transmitir estas cargas a la cimentación del edificio dejando libre de

esfuerzo a la placa actual que divide el segundo piso del tercero.

En este momento se encuentra instalado un 80% de la retícula, destacando que el porcentaje restante de instalación se debía al desmonte pendiente de los domos existentes sobre el área de los ascensores tres y cuatro, así como la demolición de los cuartos de máquinas correspondientes, ubicando dentro del porcentaje pendiente las áreas que por procesos constructivos se utilizan para el acopio cargue y descargue de materiales y escombros.

Dentro del cronograma de actividades se presupuesta para la semana del ocho de febrero el inicio de trabajos en la zona tres por lo cual se adelantan los trámites para el desplazamiento de los contadores de gas ubicados en ésta área.

A pesar de las medidas de choque tomadas para mitigar los retrasos generados en todas las actividades que tienen horario limitado por generación de ruido, es urgente para el constructor la implementación de personal en horario diurno y nocturno para cumplir con las metas establecidas en el cronograma.

Se recomendó llevar a cabo a la mayor brevedad las pruebas de instalación y fundida de placa colaborante con el fin de prever cualquier dificultad tanto en la instalación como con el manejo de los residuos que pudieran filtrar al segundo nivel.

En lo relacionado con la instalación de acometidas de gas natural y energía se recomienda al promotor el seguimiento minucioso de los trámites realizados por sus contratistas debido a los tiempos tan extensos que manejan estas empresas de servicios públicos para cualquier modificación que requiera el proyecto.

Este proyecto empezó hace un poco más de un año, nuestro resplandeciente edificio aún recibe los últimos toques. Arquitectos, Ingenieros, funcionarios, contratistas, técnicos e inversionistas caminan por los pasillos instalando los últimos acabados.

Estamos aun limpiando, revisando las instalaciones eléctricas, chequeando las puertas automáticas y las escaleras eléctricas.

Otros acomodan estantes y se ocupaban de la decoración del centro.

El sábado 28 es nuestra apertura oficial y el domingo 29 en la mañana se realizara una Eucaristía y la bendición de las instalaciones.

Seguiremos entregados a nuestro Centro Comercial Galerías hasta que Dios no lo permitan, con el respaldo de nuestros propietarios y comerciantes, apoyados en el compromiso, la honradez, la transparencia y profesionalismo de todas y todos aquellos que componemos la administración.

Los invitamos a conocer y acoger a Galerías en sus corazones, y los invitamos a que nos acompañen con el mismo compromiso y optimismo en las propuestas que presentaremos en el futuro.

Es un honor para mí Carolina Ortega Robayo anunciar el éxito de las iniciativas aquí plasmadas, que han permitido posicionarnos como un ente promotor de principios y del cambio que requiere nuestra sociedad para llegar a ser justa, equitativa e incluyente.

A nuestros comerciantes quienes siguen siendo el principal soporte de nuestra Administración y Comercio.

Les ratificamos nuestra invitación a involucrarse más activamente en nuestros proyectos.

De igual manera y de manera especial a nuestras familias que comparten nuestro proyecto de vida, a nuestros funcionarios, y a nuestras empresas colaboradoras.

Gracias a Dios, Dios los bendiga y bendiga nuestro Centro Comercial Galerías

Pasa pág. 6

...Repunta la vivienda de interés social en Bogotá

También se registró un robusto crecimiento en el segmento de la vivienda de interés social (VIS), de la cual se vendieron 11.598 unidades, con un aumento del 21,9 por ciento.

“En los últimos años miles de familias de ingresos bajos y medios debieron salir de la ciudad hacia los municipios de la Sabana debido a una muy escasa oferta en nuestra ciudad. El aumento registrado en las ventas de vivienda confirma que el pacto de la Administración Peñalosa y el Gobierno está funcionando y que tanto constructores como compradores volvieron a ver posibilidades reales de construir y comprar vivienda en Bogotá”, destacó la secretaria de Hábitat, María Carolina Castillo.

De acuerdo con la funcionaria, los positivos resultados alcanzados en el 2016 se explican por

las acciones tomadas para restablecer la seguridad jurídica en el sector de la construcción; los avances importantes en la reducción de los tiempos para la aprobación de licencias; y al compromiso de aumentar el suelo disponible para construcción mediante la aprobación de nuevos planes parciales.

“Las condiciones están dadas para que en el 2017 la construcción y la venta de vivienda mantengan su dinamismo y sigamos viendo inicios de obra de proyectos por toda la ciudad, tal como lo vimos en el 2016. Estimamos que este año se inicie la construcción de cerca de 40.000 viviendas, que no sólo contribuirán a transformar la vida de los ciudadanos, sino que también serán un gran estímulo para la economía de la capital”, concluyó la secretaria de Hábitat.

Viene pág. 2

...Uribe se lava las manos con Zuluaga

Panamá, donde comenzaron a tejerse los hilos que hoy tienen también enredados a Andrés Felipe Arias, Gabriel García Morales, Otto Bula y Daniel García Arizabaleta, todos de la entraña uribista. Son muchos y en todos los niveles como para pensar que Uribe no sabía lo que ocurría a su alrededor, más tratándose de alguien tan estricto en su estilo microgerencial de conocer y controlar hasta el mínimo detalle.

Es de caballeros reconocer que a Iván Duque no se le puede culpar de haber asistido a la reunión donde le presentaron a ‘Duda’, y que su presencia se ajustaba al tema que manejó en campaña, Programa de Gobierno. Lo paradójico es que su situación ahora despejada como eventual candidato a la presidencia solo contribuye a ahondar la división del CD, pues en sus filas muchos han comenzado a verlo como un santista infiltrado. Incluso circula un video donde se agarran de declaraciones suyas para acusarlo de ser tan ‘comunista’ como Nicolás Maduro, Juan Manuel Santos o el mismo Timochenko. (Ver video). Acompaña el coro de plañideras anti-Duque el muy ‘furibista’ Ricardo Puentes desde su página Periodismo sin Fronteras, quien le adjudica la crisis del Centro Democrático a un plan tenebroso de la izquierda para destruirlo desde adentro...

Falta ver si los temores de esas personas tienen fundamento, pero son apenas comprensibles con solo observar que Iván Duque tiene cara de honrado. No lo veo de todos modos como el ungido por Uribe, pues este le debe tener el mismo recelo que debió sentir ante las buenas maneras de su exministro de Defensa. A riesgo de equivocarme, a Uribe lo veo más bien en futura coalición y sintonía con la campaña rabiosamente ‘Trumpista’ y confesional de Alejandro Ordóñez que se avecina, de la que incluso podría terminar como su fórmula vicepresidencial, después de dejar a su partido con partida de defunción en medio de tremenda bronca interna, al mejor estilo Corleone.

Sea como fuere, lo único cierto hasta ahora es que Álvaro Uribe parece ser víctima de una maldición fatal consistente en que casi todos los que le rodean son una caterva de cafres o delincuentes de la peor calaña que terminan investigados, presos o huyendo de la justicia, mientras él es el único inocente del paseo...

DE REMATE: Dedico estas líneas a Andrea Cárcamo, una amiga muy pila a quien se le augura un futuro brillante pero tiene la pésima costumbre de hacerme caer en cuenta hasta de errores infantiles en mis columnas. Su ojo avizor me ha salvado de la publicación de uno que otro gazapo con cara de ‘oso’.

Teusaquillo Respira Cultura

Convocatoria XXVI Festival de Mujeres en Escena por la Paz 2017

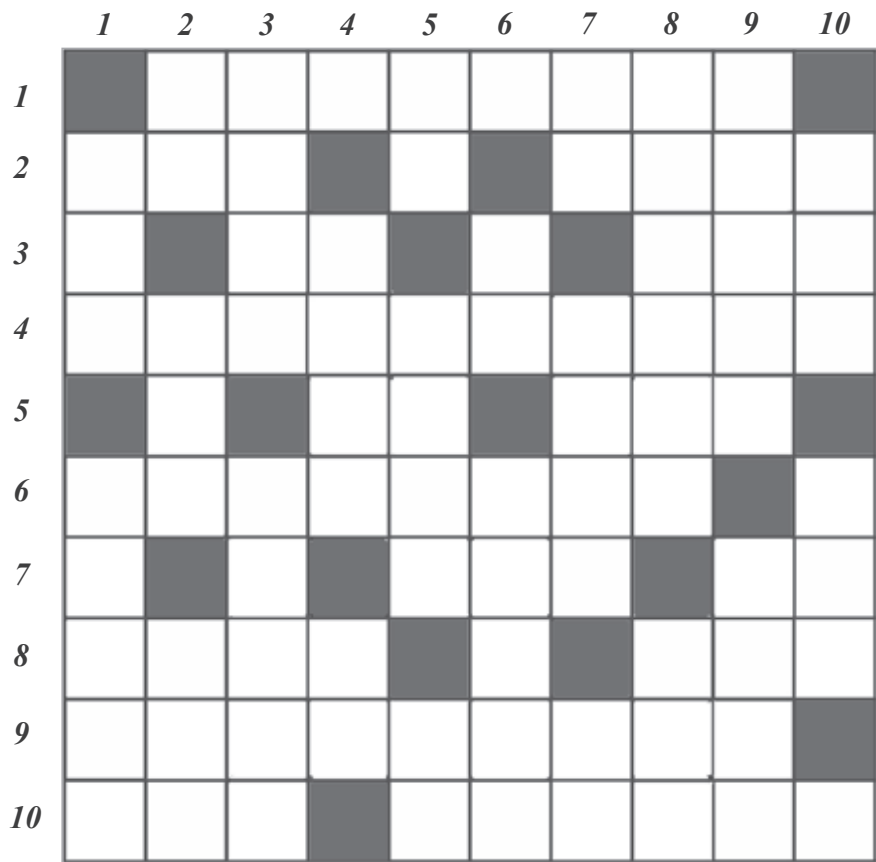
El FESTIVAL DE MUJERES EN ESCENA POR LA PAZ es un acontecimiento artístico que se realiza para visibilizar el trabajo que desarrollan las mujeres en el arte, el teatro, la danza y la performance, y para posibilitar una reflexión entre las mujeres artistas y las mujeres del Movimiento Social de M ver más

Recepción de propuestas: del 08 al 28 de febrero de 2017

Inscripciones vía web en: <http://bit.ly/2kLIGzi>



GOLPEGRAMA



Por: Hernán Padilla

HORIZONTALES

- 1. Ciudadela Comercial que estrena plazoleta de comidas.
- 2. Lo que se celebra en el fútbol. Aprobación colectiva.
- 3. Luis Obando. Forma de circunferencia.
- 4. Apellidos de quien se lava las mano con Zuluaga.
- 5. Voz castrense. Flor de lirio.
- 6. Apellido del concejal que prende alarmas por desfinanciación en el SITP.
- 7. Abreviatura de compañía. Mauricio Ortega.
- 8. Nubia Jaramillo Álvarez Tamayo. Sonido producido por la vibración de las cuerdas vocales.
- 9. Nombres del concejal que radicó por tercera vez, el proyecto de la Semana Bici.
- 10. Ernesto Bojacá Estrada. Atrevidas.

VERTICALES

- 1. Gerardo Ortiz Urdaneta. Intercambio de personas o cosas.
- 2. Golpe de Opinión. Apellido. Hombre de mucha paciencia.
- 3. En aquel lugar. Expresa su alegría.
- 4. Inv, el que tenga "eso" de paja, no se arrime a la candela. Bebida aromática.
- 5. ExtraTerrestre. Nombre de varón. Primera nota musical.
- 6. Inés Velásquez. No presenta asperezas, femenino.
- 7. Inés Amaya. Pronombre personal tercera persona, femenino. Vicente Amaya.
- 8. Nombre de varón. Planta de la familia de las vitáceas.
- 9. Esencia o naturaleza, especialmente las dotadas de vida. En boga durante un tiempo.
- 10. Norberto Ospina Zapata. Sacudida violenta de las bestias con las patas.

SOLUCIÓN AL ANTERIOR

Horizontales: 1. JorgeRey. - 2. Ola. La. - 3. Peñalosa. - 4. Calé. - 5. IZ. Kalifa. - 6. JS. Rifa. 7. Kafetta. LM. - 8. Oro. Risa. - 9. Ma. CAS. - 10. Charlots. **Verticales:** 1. José. JKLM. - 2. OL. Lisa. AC. - 3. Rapaz. FO. - 4. EC. Terca. - 5. EÍÑ. TO. - 6. Traba. La. - 7. Lee. Liar. - 8. Fino. ICT. - 9. SA. Falsas. - 10. Alaba. Más.



Entretenimiento



Soldados multimisión de la Brigada XIII apoyan atención de incendio forestal en Tenjo en Cundinamarca

Desde horas de la noche de ayer se trabaja para controlar esta emergencia ambiental.

Soldados del Grupo de Caballería Mecanizado No 10 Tequendama adscrito a la Décima Tercera Brigada del Ejército Nacional en un trabajo coordinado y en equipo con bomberos, Defensa Civil, Policía Nacional, fun-

afectadas 30 hectáreas, completando más de 24 horas de trabajo de alrededor de 220 personas que buscan extinguir esta emergencia. Los motivos que dieron inicio a este incendio siguen siendo materia de investigación por



cionarios de la administración municipal, la Cruz Roja y la población civil del sector, trabajan para controlar y lograr mitigar la afectación del incendio forestal que se generó en la vereda Chince del municipio de Tenjo.

Debido al constante crecimiento del incendio forestal y con el fin de evitar afectaciones en municipios como Tabio y Subachoque, se requirió el apoyo del Centro de Reserva de Incendios Forestales de Cundinamarca (CRIF), máquinas extintoras y una aeronave de la Fuerza Aérea Colombiana.

Hasta el momento han sido

parte de las autoridades para poder tomar las respectivas medidas, sin embargo los ciudadanos de este sector han agradecido el apoyo que han brindado nuestros Soldados Multimisión y el personal de las diferentes instituciones.

Es por esto que el Ejército Nacional, en unión a las diferentes entidades ambientales y de seguridad del país, queremos invitar a los ciudadanos a cuidar, preservar y contribuir al medio ambiente, en especial durante esta época del año en que son mayores los índices de emergencias forestales.

El predio La Guanica, estaría ubicado en la localidad de Usaquén, sobre la zona de reserva de los Cerros de Bogotá

Oficina de Prensa



La Guanica, localidad de Usaquén

La CAR de Cundinamarca se vio en la obligación de imponer una millonaria sanción a los dueños de una antigua cantera que funcionaba en el sector de Lomitas, localidad de Usaquén, por el incumplimiento del Plan de Manejo de Restauración y Recuperación Ambiental (PMRRA) de la zona que habría sido afectada durante algunos años atrás. En el predio, denominado como La Guanica, situado en la Reserva Bosque Oriental de Bogotá, se estaba realizando actividades de extracción de material, el cual estaba siendo comercializado; actividad ilegal, agravante, por lo que tendrán que pagar a la entidad 1949 millones como multa. La Guanica, donde se llevó a cabo una explotación a cielo abierto, recibió medida preventiva de suspensión de actividades extractivas o de aprovechamiento minero en el año 2012; y para su recuperación, la Corporación le había exigido el cumplimiento de un PMRRA, pues la extracción habría dejado un pit (hueco) en una zona circular de aproximadamente 2 hectáreas de afectación. Para su recuperación, los dueños del predio, Alba Tulia Peñarete y Víctor Martínez, debían realizar unas terrazas y una plantación de especies nativas. En la última visita técnica realizada en el predio, los profesionales de la CAR evidenciaron que se estaba incumpliendo con el PMRRA exigido. "En el área de afectación donde se generó el pit se debía realizar un relleno con material extraído de la misma Guanica, realizar

unas terrazas y cumplir con la plantación establecida; sin embargo, el relleno no se estaba realizando con escombros, basura y tierra negra. Además, allí, estaban llevando a cabo una extracción de arena (explotación minera) en un sitio no aprobado dentro del PMRRA; material que era comercializado", afirmó Betsy Palma, Directora (e) de la Dirección Regional de Bogotá - La Calera de la CAR. Así, la presente sanción se determina por el incumplimiento al PMRRA, por prescindir de la medida preventiva impuesta por la Corporación para la suspensión de la actividad minera y por la explotación sin el instrumento ambiental, pues la entidad cuenta con evidencias fotográficas de aproximadamente 10 metros de excavación de donde se aprovechó el material de arena del subsuelo.

Adicional a la multa, los contraventores tendrán que realizar el enriquecimiento del área afectada mediante la colocación manual de suelo orgánico y reemplazar el retamo erradicado con la siembra de quinientos (500) árboles de especies nativas como Hayuelo (*Dodonaea viscosa*), Chilca (*Baccharis salicifolia*), Cucharero (*Rapanea guianensis*), Arrayán (*Myrcianthes leucoxyla*), Chusque (*Chusquea scandens*), Mortiño (*Hesperomeles goudotiana*), Laurel (*Morella parvifolia*), Arboloco (*Smallanthus pyramidalis*), Encenillo (*Weinmania tomentosa*) y Aliso (*Alnus acuminata*).

Centro Comercial



Galerías
Un nuevo aire

TE ESPERAMOS EN NUESTRA

Gran Plazoleta de Comidas

3ER PISO
¡VISÍTANOS!

PARA MAYOR INFORMACIÓN VISITA:
WWW.GALERIAS.COM.CO

¡SÍGUENOS!



DISFRUTA EN

Bancolombia



cosechas
Expertos en Bebidas!

