

72 años de funcionamiento

Comunidad exige chequeo al puente Las Adjuntas

P 6



Que hacer durante una inundación

P 11



MERCAL

No condiciona la venta de sus productos, cualquier irregularidad denúnciela al 0212-5784613 Denuncia cualquier tipo de especulación, estafa y ofertas engañosas a través del 0800-7325262

Fondo de Responsabilidad Social aprobó más de 18 millones que impulsan la producción nacional

P 10

Casona La Estancia un espacio para compartir

P 8

Padre Pablo Educar para la libertad

P 13

WI-FI Gratuito podrán disfrutar usuarios de la Biblioteca Nacional de Venezuela

P 10

Agosto en la historia

P 3

Propiedades del limón

P 4

El Tren de los Chamos

P 14

Bienvenidas Vacaciones

Las vacaciones son tan importantes como el dormir para los que estudian y laboran.

La falta de dormir disminuye la habilidad para pensar claramente y actuar acertadamente, la falta de tiempo de descanso evita que uses de manera efectiva la información recibida.

La falta de dormir y el no disfrutar de tiempo de descanso tienen un impacto negativo en el tiempo de reflexión y en la disminución de las defensas del sistema inmunológico.

Las vacaciones escolares son un período en el cual los niños necesitan recuperar fuerzas para continuar sus estudios. Desde el punto de vista biológico la única forma de descansar, comprobado científicamente, es un período mínimo de diez días. Es apropiado que el niño se recargue, conviva con su familia, comparta con sus amigos, haga lo que habitual-



mente no le está permitido mientras está estudiando: salir, ir al cine, recrearse, hacer vida al aire libre, quedarse descansando en casa, durmiendo más, visitando familiares, amistades u otros lugares acordados por sus padres o representantes.

Las vacaciones son ideales para prevenir estrés, incrementar la productividad en el resto del año.

El objetivo de las vacaciones, es que el trabajador se recupere física y mentalmente, la única forma de garantizar la recuperación, es mediante un descanso efectivo, que implique dejar de realizar labores habituales de su trabajo. Por costumbre, quienes toman vacaciones realizan actividades recreativas alejadas de las ciudades donde viven. Sin embargo, quienes no pueden salir por cualquier motivo, toman sus vacaciones localmente, visitando parques, museos, entre otros. Felices Vacaciones.

Cultura del ahorro

Electricidad



Utiliza lámparas fluorescentes compactas en sustitución de focos incandescentes; éstas proporcionan el mismo nivel de iluminación, duran diez veces más y consumen cuatro veces menos energía eléctrica.

Pinta el interior de la casa con colores claros, la luz se refleja en ellos y requiere menos energía para iluminar - El horno de microondas, el horno eléctrico y el tostador, mantenlos siempre limpios de residuos, así durarán más tiempo y consumirán menos energía - Los filtros y los depósitos de polvo y basura de la aspiradora saturados hacen que el motor trabaje sobrecargado y reduzca su vida útil. Cámbialos cada vez que sea necesario - Evita dejar encendidas lámparas, radios, televisores u otros aparatos eléctricos cuando no los estás utilizando - Una licuadora que trabaja con facilidad dura más y gasta menos; comprueba que las aspas siempre tengan filo y no estén quebradas.

radadora saturados hacen que el motor trabaje sobrecargado y reduzca su vida útil. Cámbialos cada vez que sea necesario - Evita dejar encendidas lámparas, radios, televisores u otros aparatos eléctricos cuando no los estás utilizando - Una licuadora que trabaja con facilidad dura más y gasta menos; comprueba que las aspas siempre tengan filo y no estén quebradas.

Agua

Es muy importante ahorrar y no contaminar el agua.

Una de las formas más frecuentes de contaminar el agua es vertiendo residuos contaminantes por el fregadero, inodoro, los productos o elementos que con más frecuencia se vierten son: Aceite, Productos de limpieza, Disolventes, Restos de alimentos, Pinturas.

Los desagües no son vertederos, limpia bien los platos de residuos sólidos antes de lavarlos.

Los aceites sobrantes elimínalos colocándolos dentro de un frasco de vidrio, no por el desagüe.

Antes de pintar, reflexiona sobre cuánta pintura necesitarás para que no te sobre y no sepas qué hacer con la sobrante. Las pinturas poseen elementos muy tóxicos y contaminantes.

Abre el grifo del agua sólo cuando la necesites.



AL COLECTIVO

La dirección de este medio de participación popular, les presenta la 34ava edición del periódico LA FUENTE. Espacio de participación para nuestras comunidades, consejos comunales, organizaciones sociales, culturales, ambiente, críticas, denuncias y logros.

El impreso LA FUENTE se ha comprometido a sostener el espacio, y corresponde a todos verter su contenido. Queremos que sea una prensa de participación ciudadana, nos pertenezca y la usemos, que nos una y nos comunique. Te invitamos a participar activamente en este esfuerzo informativo como representante de tu comunidad. Contáctanos por nuestro correo: Lafuente.periodico@gmail.com.

Directora: Morella Báez – **Sub-Director y Diagramador:** Oscar Velásquez – **Relaciones Públicas:** Antonieta Báez, Michael Vargas, María Alejandra Guevara – **Cultura:** Alberto González, Magda de González, Félix (Felito) Arocha - - **Salud:** Yesenia Nuñez, Alumn@s del C.U.R. Adriana Piñate, Sasha Acosta, Yngrid Martínez, Katherin Arcas, Celymar Mesa, Mariana Noguera, Sugei Yáñez, y Ronald Pizoferrato - **Colaboradores:** P. Pablo Urquiaga, Prof. Freddy Hurtado, Consejo Comunal La Majada. **Corresponsales del Estado Miranda:** Yepsenia Berroterán, William Torres, Parroquia Paparo – Ramón Becerra, Parroquia San Fernando – Celeste Otazo, Ysonia Alcalá, Parroquia El Guapo – Aníbal Vargas, Parroquia Tacarigua de la Laguna, Keiser Santamaría. Dirección: Esq. Esmeralda a Pueblo Nuevo, edif. Jamarco, piso 6 Ofic- 6 -C, La Candelaria. Teléfonos: 0212-4930732 - 0416.3068103 – 0414.1022010
Correo: lafuente.periodico@gmail.com

Agosto en la historia

1ª semana Agosto
Semana Internacional de la Lactancia Materna.



Protección, fomento y apoyo a la lactancia materna.

02 de Agosto de 1775
Nacimiento de José Ángel Lamas

Músico y compositor, autor de la inmortal pieza Popule Meus, compuesta en 1801 para ser estrenada expresamente en la catedral de Caracas. Lamas murió a los 39 años el 10 de diciembre de 1814. Fue enterrado en el templo de San Pablo, que luego fue derrumbado por Antonio Guzmán Blanco para construir el Teatro Municipal. Sus huesos nunca fueron hallados.

03 de agosto 2.006
Día de la bandera

El Presidente de la República, Hugo Chávez



Frías el 3 de agosto de 2006, decretó esta fecha como el Día de la Bandera, en justicia para el Generalísimo Francisco de Miranda y los mártires que llegaron hace 200 años a La Vela de Coro para izar por primera vez el tricolor nacional. Miranda fue, algo más que un Precursor. Alfonso Rumazo González lo califica de Protolíder, es decir, el primer líder de nuestra independencia. En efecto, mucho antes de que Bolívar naciera, mucho antes de las insurrecciones de Chirino y de Gual y España, ya Miranda luchaba por la libertad.

6 de agosto de 1.819
Batalla de Boyacá

La culminación exitosa de la Campaña de los



Andes, cuando Bolívar apenas contaba 36 años.

El Libertador, que había comenzado la Campaña con unos 2.500 hombres, llegó a Boyacá con un ejército exhausto.

Esta Batalla fue uno de los combates decisivos de las guerras de emancipación de América Latina (1810-1825), emprendidas por los criollos y patriotas sudamericanos.

El 6 de agosto de 1824
Batalla de Junín

Bolívar gana la Batalla de Junín, donde no hubo



disparos, la batalla se libró enteramente a punta de sables, bayonetas y las lanzas de los llaneros venezolanos, que también brillaron en los Andes peruanos. La batalla duró una hora, fue un combate cuerpo a cuerpo. La batalla levantó la moral del Ejército de Bolívar. El general Sucre, que iba con la infantería, cuando llegó al campo de Junín escuchó los gritos de alegría por el triunfo.

11 Agosto
Día del Nutricionista.

Este día se conmemora en toda América Latina



el nacimiento de Pedro Escudero, médico argentino pionero de la nutrición en el mundo. Sus lineamientos sirvieron para el desarrollo de planes similares a lo largo del continente.

15 de Agosto de 1805
Bolívar y el Juramento en Roma

En compañía de Simón Rodríguez y Fernando



Toro, Bolívar asciende a la histórica colina romana del Monte Sacro y allí, en el solemne templo de la naturaleza, el futuro Libertador, de apenas 22 años de edad, jura por la libertad de Venezuela.

La exaltación acumulada durante días anteriores en el corazón de Simón Bolívar y la angustia que le produjo el recuerdo de su país natal explotaron violentamente. Con los ojos encendidos como dos llamas, se puso en pie, se aferró con frenesí a las manos de Rodríguez, cayó de rodillas y dio rienda

suelta a sus pensamientos con una emoción incontenible. "Juro delante de usted; juro por el Dios de mis padres; juro por ellos; juro por mi honor, y juro por la patria, que no daré descanso a mi brazo ni reposo a mi alma, hasta que haya roto las cadenas que nos oprimen por voluntad del poder español". El hermoso cielo romano, teñido con las luces rojas del atardecer, recogió y guardó amorosamente aquel gran juramento histórico que un joven criollo acababa de hacer en la cumbre del Monte Sacro y que iba a ser la divisa de toda su vida.

El 16 de agosto de 1888
Fundación del Hospital Vargas de Caracas.

El Presidente Juan Pablo Rojas Paúl había ordenado la fundación de «un hospital nacional para



hombres y mujeres que contenga por lo menos mil camas, debiendo tener una construcción análoga y régimen semejante al del Hospital Lariboisiere, establecido en París».

19 de agosto del 2.000
El presidente de Venezuela Hugo Chávez Frías, se juramentó nuevamente el 19 de agosto de 2000 como primer mandatario, en el marco de una nueva Constitución Bolivariana. A la ceremonia de la toma del poder, asistieron dignatarios y



funcionarios de gran relevancia en Venezuela, pero, a pedido del presidente, no fue invitado ningún mandatario extranjero. El Presidente Chávez, que triunfó abrumadoramente en los comicios nacionales del 30 de julio en los que puso en juego su investidura, representa una nueva oportunidad para seguir materializando la revolución social en favor de los pobres. "comienza un tiempo nuevo, una nueva esperanza para Venezuela, atrás hemos dejado las tormentas, el huracán. Venezuela se levanta sobre bases nuevas", manifestó el primer mandatario de la República Bolivariana de Venezuela.

26 Agosto
Día Nacional de la Solidaridad.

Este día, declarado de interés cultural, se instituyó en el año 1998, tomando como fecha simbólica la del nacimiento de la Madre Teresa de Calcuta. La propuesta fue promover la solidaridad, la responsabilidad social y la participación ciudadana. **31 Agosto**

Día de la Obstetricia y de la Embarazada.

El 31 de Agosto de 1240 muere San Ramón Nonato, quien debe su nombre al hecho de que fue extraído de las entrañas de su madre muerta. En relación con ello, fue elegido patrono de las obstétricas, parturientas y embarazadas.

La influencia de la luna en la agricultura

Luna Nueva	17 Agosto 16 Septiembre
Cuarto Creciente	24 Agosto 22 Septiembre
Luna Llena	02 Agosto 31 Agosto 30 Septiembre
Cuarto menguante	09 Agosto 08 Septiembre



Las fases de la luna son las diferentes iluminaciones que presenta nuestro satélite en el curso de un mes.

La famosa "Luna Azul", es llamada así cuando se produce una segunda Luna Llena en un mismo mes, esto sucede, cuando coincide una el primer o segundo día del mes y la segunda en el último o viceversa. El nombre, "Luna Azul" no tiene que ver con su color en sí, aunque a veces, puede producirse este raro fenómeno.

Los agricultores utilizan las diferentes fases lunares para plantar y recoger cosechas. Los jardineros también observan las fases de la luna para trabajar con sus plantas. -

Luna Nueva: Favorable para abonar y arar el suelo, óptimo para la siembra de grama si se acompaña de tiempo lluvioso. - **Cuarto Creciente:** Las plantas que crecen encima del suelo, cuando son abonadas y cuidadas en esta fase crecen rápidamente. También es favorable para plantar cualquier variedad de flor. - **Luna Llena:** Ideal para la colecta de plantas medicinales y frutas en general, en especial cerca de la madrugada. - **Cuarto menguante:** El Transplante de las plantas dará mejores resultados en esta fase, así como el exterminio de insectos y malas hierbas. Las plantas que crecen debajo de la tierra deben ser plantadas en Luna Menguante

El limón



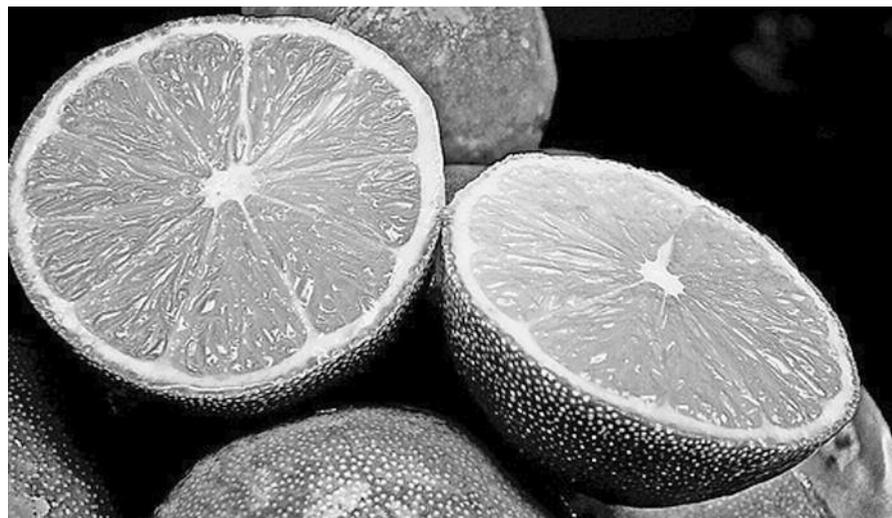
El limón no presenta requerimientos importantes en cuanto al tipo de suelo. Sin embargo, se da excelentemente en suelos ricos en materia orgánica, con buen drenaje y profundos. La floración del limonero, y posterior producción de frutos está muy relacionada con la disponibilidad de agua y las temperaturas del ambiente. Por lo tanto, el riego de este árbol juega un rol importantísimo en la producción de limones. Una práctica muy habitual para estimular la floración de esta especie consiste en dejar sin riego al árbol de limón por unos 35 a 40 días, pasado el tiempo sin agua, se riega abundantemente. Esto generaría una estimulación de la inducción floral del limonero, la cual ocurre en gran abundancia dando paso a excelentes frutos. La reproducción del limonero se puede realizar a partir de semillas. Sin embargo, el proceso es muy lento. Lo ideal es plantar el limón a partir de pequeñas ramas de este árbol.

Uso del limón sin desperdicio: Lavarlo bien y congelar. Una vez que el limón se congela, rallarlo sobre alimentos y bebidas, consumirá

todos los nutrientes y será más saludable. Todos los alimentos y bebidas tendrán un sabor exquisito. Las cáscaras de limón contienen 5 a 10 veces más vitaminas que el jugo de limón en sí.

Contra el cáncer, merengada de Guanábana con rallado de la cascara del Limón congelado.

El limón es un producto milagroso para matar las células cancerosas. Es 10.000 veces más potente que la quimioterapia. Esta planta es un remedio probado contra el cáncer de todo tipo. Se considera también como un espectro antimicrobiano contra las infecciones bacterianas y hongos, eficaces contra los parásitos internos, regula la presión arterial y combate los trastornos nerviosos. Los compuestos del limón demostraron que es 10.000 veces mejor que el producto Adriamycin fármaco quimioterapéutico normalmente utilizado en el mundo para frenar el crecimiento de células cancerosas. Y lo que es aún más asombroso: la terapia con extracto de limón, sólo destruye las células malignas del cáncer y no afecta a las células sanas.



Caracol Africano. Medidas para erradicarlo



Hacer la recolección de los ejemplares adultos y sus huevos con las manos protegidas con guantes. Luego, colocar el animal y sus huevos en un recipiente con tres litros de agua y un kilo de sal, tapar el recipiente y esperar mínimo cuatro horas. También en 3/14 de agua por una de cloro, o agregarle cal al agua Posteriormente, sacar el caracol del recipiente, enterrarlo en una fosa de 50 centímetros de profundidad y añadir cal. Si en un lugar existe una gran cantidad de caracoles es necesario comunicarse con las autoridades sanitarias, o la Oficina Nacional de Diversidad Biológica del Minab, teléfonos 4084803 y 4084777

Salud

Lactancia materna



Científicamente está demostrado que los bebés alimentados con leche materna reciben más elementos beneficiosos que los bebés alimentados con leche de fórmula. Algunos de los beneficios de la lactancia materna son:

Es la más completa a nivel nutricional, es bacteriológicamente segura y está siempre fresca. - Contiene gran variedad de facto-

res anti infecciosos y células inmunitarias. Produce menos riesgo de alergias que cualquier otro alimento para bebés. - L@s bebés corren un menor riesgo de alimentación excesiva si toman leche materna. Favorece el adecuado desarrollo de la mandíbula y las demás estructuras de la boca del bebé.

Desarrollo del (la) bebe a los cuatro meses

El estómago del bebé ha crecido y debido a esto ya no necesita que lo alimentes tan seguido. Si es alimentado a pecho sólo de 6 a 8 veces diarias serán suficientes. Pero notarás que comerá mucho más y debido a esto aumentará de peso más rápido. La alimentación en esta etapa se hace más difícil ya que se distrae con más facilidad por su entorno. Te recomendamos que l@ alimentos cuando estés sola y en un lugar tranquilo. Muchos padres comienzan a incorporar alimentos sólidos en esta etapa, aunque todo el alimento que necesita hasta los 6 meses se encuentra en la leche materna. Únicamente se pueden dar jugos cítricos (naturales, colados y sin azúcar) como para que pueda degustar nuevos sabores. Pero el hecho de que su tracto digestivo esté más maduro no quiere decir que sea necesario comenzar en esta etapa. Algunos pediatras recomiendan

esperar hasta los 6 meses, ya que en esta etapa pueden generarse reacciones alérgicas debido al cambio en su dieta. Si pones a tu bebé boca abajo se levantará sin problemas con ayuda de sus brazos. De esta forma sus brazos se fortalecen cada día más y puede ver más su entorno. También comienza a girar sobre sí mism@, dándose vuelta cuando está de espaldas y viceversa. De esta forma podrá alcanzar objetos que antes no podía agarrar. Puedes acercarle un juguete para que de esta forma lo pueda agarrar y te darás cuenta cuán content@ y segur@ de sí se pone. Felicita sus logros ya que de esta forma tendrás a un bebé segur@ de lo que hace. Con sus manitos puede agarrar objetos y son motivo de juego constante y además ya puede llevarse los juguetes a la boca luego de haberlos estudiado. Esto es un movimiento totalmente coordinado y

voluntario, y el bebé disfruta de poder alcanzar y agarrar todo lo que le llame la atención y está a su alcance. Es importante que tenga juguetes u objetos de diversos tipos. Los sonajeros o juguetes simples con sonidos son ideales, ya que en esta etapa descubre lo que es causa y efecto. Esta etapa de investigación y descubrimiento l@ lleva a concentrarse tanto que es posible que por momento no l@ escuches y lo veas divertirse sol@. En esta etapa de causa y efecto el bebé nota que lo que dice genera una reacción. Cuando intenta decir algo hay alguien que responde. De esta forma se da cuenta que su primitivo lenguaje es algo importante y entonces comienza a ejercitarlo. Intentará repetir los que le dices y las morisquetas que le haces. Según algunas investigaciones los bebés de 4 meses entienden los sonidos básicos del lenguaje. Su risa es muy sonora y manifiesta su alegría con sonrisas y movimientos de todo su cuerpecito. Comienza a darse cuenta que puede emitir otras letras diferentes, como la "F", "V", "S" y la "Z".

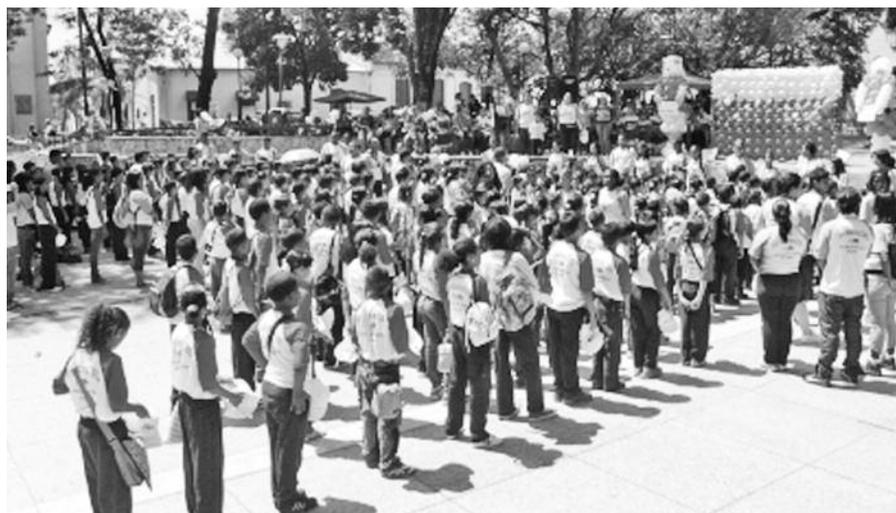
Con estas nuevas letras trata de llamar la atención de los demás y sus sonidos son mucho más intensos. De ahora en adelante tu bebé puede distinguir la mayoría de los colores. Antes podía distinguir aquellos de mucho contraste como el blanco y el negro, pero ahora puede distinguir entre un azul y un violeta por ejemplo. De más está decir que los juguetes ideales en esta etapa son aquellos que son muy coloridos. A los 4 meses el bebé se pone "desconfiad@" con la gente que no le es familiar, aún así habrá personas que le resultarán familiares pero necesitará un poco de tiempo para entregarle su confianza. Es importante en estas situaciones no forzarl@ a participar con alguien, ya que primero deberá familiarizarse con él, ella. Solit@ va a demostrar cuando quiera estar y participar con otras personas. Tu bebé sigue disfrutando de los masajes. Si aún no le has hecho ninguno, comienza a dárselo. También pueden empezar a hacer actividades en conjunto, muy importantes para su estimulación como la gimnasia.



Lo que acontece en miranda

Mil 500 niñ@s de los sectores populares de Guarenas

Disfrutan del Plan Vacacional 2012 "todos juntos por un buen trato"



El Plan Vacacional 2012 "Todos juntos por un buen trato", que la Alcaldía de Plaza organiza para niños de los sectores populares de la ciudad, con una agenda dedicada a hacerlos reír y disfrutar de dinámicas recreativas donde el tema central es el rescate de valores ciudadanos, espera favorecer a 1 mil 500 niños en total durante el lapso de 4 semanas.

"Nos encontramos hoy lunes 20 de agosto en las instalaciones de la Plaza Bolívar, ejecutando la tercera semana del plan vacacional 2012, "Todos juntos con un buen trato", beneficiando a los niños y niñas de los sectores populares, para de alguna manera dar o ejecutar lo que dice nuestro presidente Hugo Chávez Frías que la prioridad absoluta y el relevo del futuro de nuestros pasos

son los niños, nosotros aquí en la alcaldía revolucionaria que encabeza nuestro camarada Freddy Rodríguez, estamos ejecutando esta política pública de lo que es el plan vacacional, la recreación, o el esparcimiento de los deportes, para nuestros niños en esta temporada vacacional". Manifestó Nadia Moreno

"Este proyecto, se lleva a cabo por cuarto año consecutivo, gracias al apoyo del Comandante Presidente Hugo Chávez Frías, en aras de contribuir con el buen vivir de las familias guareneras". Cada semana durante todo el mes de agosto son atendidos niños y niñas de diferentes sectores. "La programación vacacional comprende: el lunes bienvenida en la plaza Bolívar y actividades de integración en la Laguna de Casarapa, el martes conocerán el "Museo de los Niños", el miércoles se recrearán de un día de sol y playa en el balneario Los Totumos de Higuero, el jueves paseo por el parque Los Caobos y el Museo de Ciencias; y para finalizar, el viernes disfrutarán de piscinadas, perros calientes, golosinas y la presentación del "Teatro Negro Musical de Valores". La información fue suministrada por la Primera Dama de la jurisdicción y Directora del Consejo Municipal del Niño, Niña y Adolescente de Plaza (Cmdnna), Nadia Moreno de Rodríguez, quien se encuentra al frente de las actividades.

Fueron dispuestos 12 recreadores especializados, formados por el profesor Harry Guerra y personal de



apoyo de otras dependencias como: la Gerencia de Gestión Social, la Dirección de Cultura, Instituto Autónomo Municipal de Deporte y Recreación.

La primera dama y presidenta del Consejo Municipal de Derecho del Niño, Niña y Adolescente, Nadia Moreno, es quien organiza el Plan Vacacional, donde se han cuidado todos los detalles desde la elaboración de la agenda hasta la seguridad y protección de los pequeños participantes acompañados todos los días por funcionarios de Protección Civil y de las clínicas móviles de la dirección de Salud.

SOS para el puente Las Adjuntas

Construido bajo el gobierno de Eleazar López Contreras en 1.940, debajo de este puente nace el río Guaire de la confluencia de los ríos San Pedro y Macarao.

Este puente es el enlace entre la carretera vieja, parroquia Macarao y Caricuao hacia el centro de la ciudad.

Camiones y Gandolas de grandes toneladas lo cruzan diariamente con el agravante de largas colas que se hacen a diario desde y hacia la redoma de Ruiz Pineda

Rosa Galindez Vecina de Macarao manifiesta "Es mejor prevenir que lamentar una desgracia, imagínese que en una de las largas colas que se hacen a diario por acá uno de esos pesados camiones o Gandolas derriben el puente como sucedió en Cupira, creo que ya finalizó la vida útil del puente, la solución definitiva es la vía alterna por las instalaciones del Metro"

Por su parte Carlos Méndez dice "se previene una fatalidad a tiempo evitando el paso de tantos camiones y Gandolas por la vía, mas de 50 vehículos pesados pasan al día por el puente, demasiado bien ha salido, en 72 años nunca se le ha hecho mantenimiento"

El deterioro del puente es visible, exigimos a las autoridades competentes pronta solución. (M.B.)



Cultura, Arte y Espectáculos

Niños de Macarao participan en Plan Vacacional del Buen Vivir



240 niños de la parroquia Macarao, municipio Libertador de Caracas, visitaron este miércoles el Parque El Pinar, ubicado en El Paraíso, como parte del Plan Vacacional del Buen Vivir, impulsado por el Gobierno Nacional en todo el país. Yoeisdi Guardia, coordinadora del plan en la localidad, informó que desde hace cuatro semanas están atendiendo a niños de bajos recursos en los nuevos espacios públicos recuperados por el Estado venezolano. Expresó que todos los recreadores pasaron por un proceso de formación de tres meses y están en capacidad de brindar atención y felicidad a estos infantes. "Este plan es totalmente gratuito y le da la oportunidad de disfrutar a niños que no cuentan con los recursos para pagar un plan vacacional privado", expresó. Guardia dijo que semanalmente atienden alrededor de 840 niños, lo cual consideró "un logro, gracias a que hemos visitado las comunidades

para que bajen los niños al plan comunitario". Resaltó que los infantes aprenden nuevos valores a través de canciones y juegos didácticos. "No sólo es cantar canciones sino divulgar mensajes ecológicos para que ellos sepan la importancia de cuidar el ambiente. De hecho, cuando hacemos un compartir ellos mismos recogen la basura y la ponen en su lugar", sostuvo. Por su parte, Katerine Gerardo, 13 años de edad y residente de la zona, resaltó la importancia de participar en este plan vacacional, y expresó que los recreadores enseñan a divertirse, además aprenden nuevos valores de una manera muy sana. "Tengo nuevos amigos y nos recreamos en un espacio sano. De verdad, me gusta mucho estar participando en el plan", agregó. Yoskei Fariás, también habitante de la parroquia Macarao, destacó que ha aprendido a compartir con nuevos compañeros en un ambiente de paz. (AVN)

Inglés Fácil (6ta. entrega)

TO BE

SER – ESTAR. Presente Simple Interrogativo

AM I? Soy yo? Estoy yo?

ARE YOU? Eres tu? Estás tu

IS HE? Es el? Está el

IS SHE? Es ella? Está ella?

IS IT? Es (animal)? Esta (cosa)

ARE WE? Somos nosotros? Estamos nosotros?

ARE YOU? Sois vosotros? Estáis vosotros? Son Uds? Estais Uds.?

ARE THEY? Son ellos, as? Están ellos, as?

Para convertir en pregunta, escribes el verbo EI TO BE al comienzo

YOU ARE = Tu eres

ARE YOU? = Eres tu? Ves?

Es simple. Por que te enrollas?

Prof. Luis García Telf. 0212-2275564 - 2275564

Dirección: Biblioteca de Macarao

CNE y Unasur firmaron acuerdo de Acompañamiento Internacional para elección presidencial



El Consejo Nacional Electoral y la Unión de Naciones Suramericanas (Unasur) firmaron acuerdo de acompañamiento internacional electoral para la elección presidencial del 7 de octubre

La presidenta del Consejo Nacional Electoral, Tibisay Lucena, y el Ministro de Relaciones Exteriores de Perú, Rafael Roncagliolo, como representante de la Presidencia Pro Tempore de la Unión de Naciones Suramericanas (Unasur), firmaron este miércoles el Acuerdo de Acompañamiento Internacional Electoral para la elección presidencial del venidero 7 de octubre.

El acto protocolar se realizó en la sede principal del Consejo Nacional Electoral en presencia del Ministro del Poder Popular para las Relaciones Exteriores, Canciller Nicolás Maduro, representantes diplomáticos de las naciones miembros de la Unasur, de los rectores principales y suplentes del Consejo Nacional Electoral y representantes de tres organismos electorales constitucionales de países de América Latina.

Durante el acto, el Canciller Roncagliolo dijo que el acuerdo permitirá iniciar el acompañamiento internacional electoral del mecanismo de integración suramericano en la región.

Destacó que el acompañamiento electoral que se llevará a cabo en las elecciones del 7 de octubre en Venezuela será el primero que realice Unasur, como parte de la creación del Consejo Electoral de la Unión, como una instancia de consulta técnica, cooperación e intercambio de experiencia para el desarrollo y perfeccionamiento de las capacidades de la región en materia electoral.

Roncagliolo consideró que los organismos y las autoridades electorales latinoamericanos han alcanzado un nivel técnico y profesional de primer orden, "lo que ha contribuido, entre otros factores, a que se hayan realizado en las últimas décadas procesos electorales eficientes, imparciales y de la mayor transparencia de acuerdo a los estándares internacionales".

Por su parte, la presidenta del Consejo Nacional Electoral, Tibisay Lucena, destacó la

importancia histórica del acto y "la hora buena de la integración latinoamericana para fortalecer las instituciones y conquistas democráticas", así como el orgullo del Poder Electoral venezolano de ser la primera institución que recibe la primera delegación de acompañamiento internacional de la Unasur.

Dijo que la firma del acuerdo se había orientado por el principio de la diversidad y el debate respetuoso, impulsados por un profundo sentimiento de solidaridad entre pueblos hermanos. "La definición, desarrollo y concreción real de un programa de acompañamiento electoral es una victoria de todas y todos, quienes desde la diversidad de los organismos electorales de la región hemos puesto de nuestra parte para crear una nueva forma de mirarnos, cooperar y fortalecer la democracia latinoamericana".

Indicó que se mostrará, a quienes vengan a acompañarnos el 7 de octubre, un sistema electoral que es uno de los más confiables de la región, transparente y seguro, reconocido nacional e internacionalmente, "construido desde aquí, con los técnicos, las organizaciones políticas, los electores y las electoras, blindado contra la oprobiosa historia del fraude electoral".

Agregó que el Consejo Electoral de Unasur "es la muestra de lo que es posible hacer si se mantiene firme la consigna del trabajo colectivo en un tema que es fundamental para el desarrollo de la nación latinoamericana".

Lucena aseguró que la firma de este acuerdo constituye "una victoria compartida por todas las instituciones que constituyen el Consejo Electoral de Unasur y un paso gigante para los demócratas de América Latina. Sólo por la voluntad política de los países miembros de la Unión suramericana ha sido posible la firma de este acuerdo y el inicio formal de actividades de la unión".

Indicó que la experiencia que se obtenga de esta primera misión de acompañamiento será un aporte para todos en el Continente. "Este pueblo enseñará el valor más importante de este acuerdo y celebraremos, como se ha hecho costumbre, la vida y la democracia venezolana".

Casona La Estancia un espacio para compartir



Brazo social y cultural de la industria petrolera, cuenta con un inmenso jardín con más de 120 especies botánicas, es el lugar perfecto para que cientos de personas de las más diversas edades disfruten de sus espacios. En recorrido por sus instalaciones, algunos usuari@s manifestaron:



Eulises Omaña

Junto a su hermosa familia declara: "Venimos del Mirador en el 23 de enero y de Parque Carabobo, La Estancia es un lugar muy bello, donde uno viene a distraerse con diferentes actividades todos los días, pasar un rato diferente de la ciudad capital, lejos del bullicio y el estrés, me encuentro acá con mis padres, sobrinos, suegra, Tía, invitamos a que vengan a disfrutar de estas hermosas instalaciones"

Es importante contar con el compromiso social de todos los visitantes, para cuidar y mantener en buen estado las instalaciones de PDVSA La Estancia y zonas recuperada



Natasha, Daniel, David y Samanta

Niños, niñas y adolescentes de los Teques y Caricuao, manifestaron su agrado de estar en un lugar tranquilo, donde pueden respirar aire puro, jugar, con seguridad total, buenas instalaciones, baños limpios y agua suficiente para tomar"



Jimmy

Vecino de Casalta III, Comenta: "Acá la distracción es sana, hay seguridad para niños, y adultos, me encuentro disfrutando de estas instalaciones junto a mi hijo."

José Reinar Roa

Habitante de Simón Rodríguez. Expresa: "La estancia es un lugar maravilloso, todo me parece muy bueno, esta es una de las tantas obras rescatadas por la revolución en beneficio del pueblo, esto no se veía antes"



Magda y Alberto 51 años de amor y tolerancia



Los apreciados amigos Magda y Alberto acaban de celebrar 51 años de feliz unión, familiares y amistades estuvimos compartiendo una tarde agradable en su compañía. Pareja ejemplar que han demostrado en el tiempo su fortaleza en el amor, comprensión, paciencia, tolerancia y respeto. Alberto y Magda gracias por el privilegio de su amistad. Papá Dios los siga bendiciendo en salud y amor.

Dojo Otsuki Kan inicia actividades en Los Teques



El 18 de agosto se llevó a cabo exhibición de Karate Do y Fit combat en Los Teques

En la demostración estuvieron el Shihan Noé Rodríguez 5to. Dan, representante oficial de la organización Seigokan en Venezuela, los Senseis Miguel Landaeta, Juan Alborno, Néstor Rondón, Asly Perdigón, Elvis Perdigón, entre otros, el organizador del evento fue el Kohai Michael Vargas

Abiertas las inscripciones para todas las edades. Información Teléfonos: 0212-3228056 - 0412-3886347

Clases martes y jueves, en el salón de fiesta del Edificio Turpial 3era. Etapa Conjunto residencial El Encanto

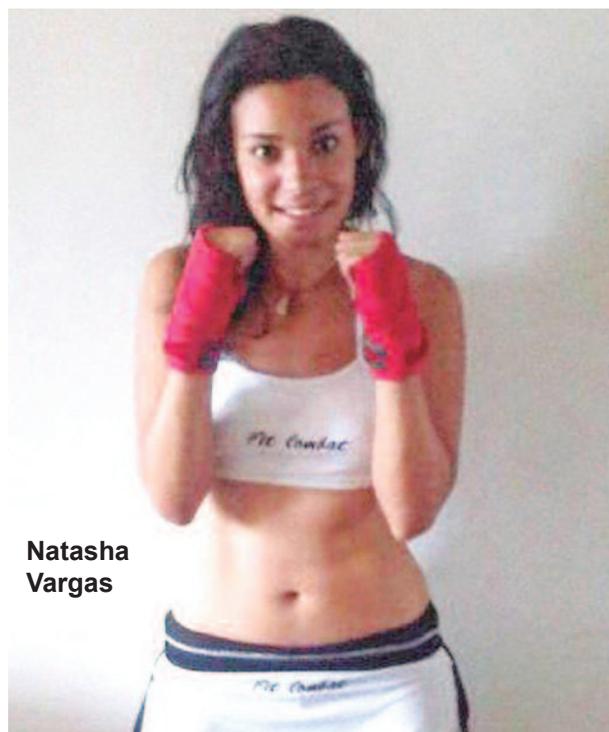
Karate-Do

Sistema de lucha basado en el impacto que alcanza su máxima efecti-

vidad en enfrentamientos de distancias medias. Generalmente se basa en una fuerte acción muscular para desarrollar fuerza y por tanto se considera "duro". Su significado parte de lo que el maestro Gichin Funakoshi introdujo "Arte marcial que permite la defensa personal sin utilizar armas, sólo el cuerpo humano. Cuerpo y espíritu aprenden uno del otro en la medida en que transforman uno al otro. Así mismo, la sociedad es modificada por el individuo al mismo tiempo que lo modifica, el karateka debe entender que el conocimiento que adquiere en el Dojo es para aplicarlo en su vida, en su ambiente para transformar la realidad y construir un mundo nuevo. El karate do, más que un deporte, es una herramienta para entender la realidad, establecer los objetivos y conducir la vida.

Fit Combat

Método de entrenamiento aeróbico que combina movimientos de diferentes artes marciales o deportes de contacto, como el kárate, el boxeo, el tai chi, utilizando un soporte musical muy motivador, se crea una fusión de movimientos y posiciones de diferentes disciplinas marciales, sin contacto. Beneficios: Mejora la resistencia cardiovascular y la resistencia muscular, contribuye al consumo calórico y reduce el porcentaje de grasas. Intensidad media/alta.



Natasha Vargas



3er Festival ZONA CREATIVA 2012

homenaje a Paul Gullman

AGOSTO

31 V 6:00PM
REGGAE
DJ KIRI SELECTIM
PERFORMANCE CONVENCION INTERNACIONAL DE CIRCO
UNA RAZA
JANKOGBA (MABACIBO)
GONDWANA (CHILE)

9 D 6:00PM
HIP HOP
LA KIMAWKA
CANDELABRA FAMILY
TRUKO

1 S 6:00PM
REGGAE
DJ IWBRO
ADJA MALA (IMBACANT)
JUNIOR SAMBO (COLOMBIA)

8 S 1:00PM
HIP HOP
CONCURSO DE RAP
PDVSA LA ESTANCIA
SOURCES NAES

16 D 6:00PM
SKA
DJ SIRA - SHAKA
HOMENAJE A LA TOKYO SKA
PARADISE ORCHESTRA

21 V 6:00PM
ELECTRÓNICA
CADABET CRENSE
CONVENCION INTERNACIONAL DE CIRCO

13 J 6:00PM
SKA
YURIBASS SELECTOR
DUB NATTY SESSIONS
BIG LANTUN ORQUESTA
THE SKATALITES (JAMAICA)

2 D 6:00PM
REGGAE
SELEKTOR LION
CULTO ABOGUEA
SALINAS REGGAE

27 J 6:00PM
ROCK
DJ MELANORBAR
PERFORMANCE CONVENCION INTERNACIONAL DE CIRCO
RECHILAJE
LOS REINCIDENTES (ESPAÑA)

28 V 6:00PM
ROCK
DJ BARRACUDA
ASHES
PAUL GULLMAN
(HOMENAJEADO DEL MES)

2 D 6:00PM
REGGAE
DJ TRACKNERS
VERDE TOWN
YOVER & LOS PIRADOS

9 D 6:00PM
HIP HOP
NK PROFETA
EL NIGGA

15 S 6:00PM
SKA
QUINTA AVENIDA SKA JAZZ
MR. SWING AND THE BONGO
CLAN (BARROISMETO)

22 S 6:00PM
ELECTRÓNICA
SEÑOR MÉNDEZ
(MÉRIDA)
QUINTA LARVA

23 D 6:00PM
ROCK
"CONCIERTO CON ALMA PARA UN MUNDO SIN ARMAS"
PRESENTACION DEL DISCO DE LA COMISION PRESIDENCIAL PARA EL CONTROL DE ARMAS, MUNICIONES Y DESARME

PLAZA VENEZUELA

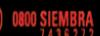
PDVSA LA ESTANCIA

SABANA GRANDE

14 V 6:00PM
SKA
DJ / DJ RUDE ROCKER
LUSSA
BIG MANDRAKE

16 D 6:00PM
SKA
DJ TOSTONI
NTN A.K.A
PARO CIVICO (MÉRIDA)

PROGRAMACIÓN **SEPTIEMBRE 2012**





Gobierno Bolivariano de Venezuela
Ministerio del Poder Poblacional
de Parques y Miras

Fondo de Responsabilidad Social aprobó más de 18 millones que impulsan la producción nacional

En la sesión N° 201 del Directorio de Responsabilidad Social efectuado este jueves 16 de agosto fueron aprobados cuatro nuevos proyectos por un total de Bs. 18.233.368 financiados por el Fondo de Responsabilidad Social para tres producciones audiovisuales y una de infraestructura, con el fin de seguir dando cumplimiento a lo que establece la Ley de Responsabilidad Social en Radio, Televisión y Medios Electrónicos. Los programas de televisión aprobados fueron «Cine Crónica (segunda temporada)», «A Destiempo», «Sembrando un país», además de la consolidación de un «Centro de Producción de Contenidos Multimedia Fundación "Jorge Rodríguez Padre" en el estado Zulia. Estas obras se suman a los otros 37 proyectos financiados por el Fondo de Responsabilidad Social en lo que va de año, los cuales suman un monto de Bs. 77.884.412,31. "La Gerencia del Fondo de Responsabilidad Social de Conatel realiza un trabajo constante en el acompañamiento técnico y financiero, la optimización de los proyectos, hasta el punto que estos son elevados al Directorio de Responsabilidad Social para su aprobación", así destacó el gerente del Fondo de Responsabilidad Social, Jorge Roper. Este Fondo que depende de la Comisión Nacional de Telecomunicaciones financia diversos tipos de proyectos entre los que se destacan: Producción de TV, Infraestructura, Capacitación, Producción de Radio, Investigación y Mixto. "Es uno de los días más hermoso de mi vida", expresó el joven estudiante de Comunicación Social y Filosofía, Fidel Madroño, al enterarse de que fueron aprobados los recursos para la creación de la sala de generación de contenidos que estará ubicada en la comunidad de Manzanillo, municipio San Francisco de la entidad zuliana —justo al lado del Puente sobre el Lago—, el cual llevará ade-



Fina Torres, cineasta

lante junto con los demás miembros del colectivo "Jorge Rodríguez Padre". "Esto será un avance del 100%. Estaremos enfrentando a los medios privados que no responden a los intereses del pueblo y hacen cada día de la comunicación un negocio", señaló Madroño.

La reconocida directora y productora de cine venezolana, Fina Torres, también recibirá recursos para la ejecución de «A Destiempo», producción que aborda el tema del embarazo precoz, desde el punto de vista de cuatro madres adolescentes. El objetivo: detectar el problema y buscarle una solución.

"Me siento muy contenta. Hemos trabajado mucho en estas historias que son muy humanas, conmovedoras y de alto contenido social". La Gerencia del Fondo de Responsabilidad Social seguirá recibiendo solicitudes para apoyarlas e impulsarlas en función de que el producto pueda ser difundido a través de los servicios de radio y televisión en el país en beneficio de todos los venezolanos y las venezolanas.

Wi-Fi Gratuito podrán disfrutar usuarios de la Biblioteca Nacional de Venezuela

Se trata de una prueba piloto de CANTV con una duración de tres meses iniciales a fin de evaluar la necesidad real del servicio. La Biblioteca Nacional de Venezuela resultó ser una de las instituciones públicas seleccionada por la CANTV, con el objeto de desarrollar una prueba piloto para ofrecerle conexión gratuita de Internet al público en general, así lo dio a conocer su Directora de Tecnologías de la Información, Samyra Handam. El servicio gratuito de Wi-Fi que permite, tanto a los usuarios y usuarias, como a los funcionarios del área de Servicios de Atención al Público, conectarse a Internet con un ancho de banda de 4 Mega bps, se ha incorporado en la Sala de la Colección Bibliográfica del Cuerpo de Servicios Bibliotecarios de la institución, ubicada en el nivel AP-0, permitiéndoles revisar el Catálogo digital a través de sus computadores portátiles,

mientras permanecen en dicha sala consultando las bibliografías, entre otras ventajas que ofrece el acceso inalámbrico para el estudio y la investigación. Esta prueba piloto tendrá una duración de 3 meses, con posibilidades de extenderla, en la medida en que la CANTV evalúe la necesidad y utilidad del servicio; la cual se mide por la cantidad de personas conectadas diariamente. En tal sentido, invitó a todos los usuarios de los servicios que ofrece la Biblioteca Nacional, y al público en general a hacer uso de la conexión gratuita, y a acceder a nuestra página web www.bnv.gov.ve desde donde podrán visitar el Catálogo Digital, el Portal Bicentenario, la Sala Andrés Bello, la página de Historia Contemporánea de Venezuela, entre otros enlaces; así como enterarse de las distintas actividades culturales y de formación académica por realizarse. (Prensa BNV)

Directora de La Nueva Conferry anuncia 10 zarpes diarios para temporada alta

Puerto la Cruz, 12 de agosto de 2012 (Prensa La Nueva Conferry).- Hasta 10 zarpes diarios, con el objetivo de atender la demanda de usuarios en esta temporada alta, fueron anunciados por la directora de La Nueva Conferry, CA. Rosana González. Del mismo modo, González anunció nuevas medidas para garantizar la comodidad de los pasajeros que quieran visitar la región insular, el estado Anzoátegui y la Isla de Coche.

Entre dichas medidas, destacó la continuidad de la Ruta Popular Ferry Bus, que traslada a los usuarios desde el Terminal de Punta de Piedra hasta Porlamar por tan sólo 5 bolívares, la puesta en marcha de los expendios de alimentos y bebidas en los buques, los cuales en un futuro funcionarán en los terminales de pasajeros y la implementación del servicio de atención médica y ambulancias. Asimismo, la Directora de La Nueva

Conferry hizo público que desde el 1 de agosto hasta la fecha, la empresa ha trasladado 44 mil 741 usuarias y usuarios y 8 mil 249 vehículos, cifras que incrementaron en un 26 % el flujo de temporadistas, en comparación con el mismo período del año pasado, en un esfuerzo por reafirmar el carácter operativo de todos los buques de la flota. En relación a los horarios e itinerarios, quedó establecido que desde la terminal de Puerto la Cruz, los ferrys zarparán a las 2 y 7 de la mañana, 2 y 4 de la tarde y 8 de la noche.

En el caso de la ruta Punta de Piedra - Puerto la Cruz, los zarpes tendrán los horarios de las 7 y 9 de la mañana, 12 del mediodía y 9 y 10 de la noche. Con el fin de recibir comentarios, sugerencias y reclamos, González puso a la disposición el 0501-CONFERRY (26633779) y la cuenta Oficial de Twitter @lanuevaconferry.

INTT en busca de la "Seguridad Vial 100"



En aras de fomentar la conciencia ciudadana, el Instituto Nacional de Transporte Terrestre, realiza jornadas de educación y seguridad vial en las avenidas y calles de la ciudad de Caracas; con la intención de que el mensaje de prevención llegue directamente a los usuarios y usuarias.

La avenida Urdaneta frente al Ministerio del Poder Popular para las Relaciones de Interiores y Justicia, fue el escenario para que Plaquin en compañía del talento humano del INTT se encargaran de dar a los transeúntes y conductores que circulan por esta arteria vial, material informativo promoviendo las ventajas del uso del cinturón de seguridad, del casco, del rayado y el respeto a las señales de tránsito.

Las personas opinaron que este trabajo es positivo, la señora Victoria Barraza resaltó que "me parece excelente para que tomemos conciencia de resguardar nuestras vidas y del cinturón de seguridad, me llevo el mensaje que hoy recibí para mis hijos, ya que uno

de ellos usa moto". Asimismo, Alejandro Aguilar expresó "este tipo de acciones que cumple el INTT son muy buenas para que la ciudadanía aprenda a respetar las normas a través de estas campañas de concientización".

"Seguridad Vial 100". En este sentido, el presidente del Instituto Nacional de Transporte Terrestre, geógrafo Dante Rivas, indicó que "todas estas actividades son para crear conciencia en los venezolanos con la finalidad de que los conductores tanto de vehículos públicos, privados y motorizados aprendan a cuidar sus vidas y las de sus acompañantes, respetando las señales de tránsito. Es una cultura de respeto mutuo que caracteriza a la Revolución. En materia de transporte siempre hay mucho por hacer y como nosotros priorizamos la vida haremos todo lo que sea necesario, en nuestro ámbito INTT, para que este logro de seguridad VIAL 100 sea una realidad".

(Prensa INTT)

Qué hacer antes, durante y después de una inundación



Las inundaciones normalmente se producen por desbordes de ríos, debido a intensas lluvias.

La mejor protección en caso de una inundación grande es abandonar el área y buscar refugio en una zona alta. Una inundación puede ser extremadamente peligrosa, 15 centímetros de agua moviéndose velozmente es suficiente para botar a una persona. Un auto puede ser arrastrado por 60 centímetros de agua en movimiento. Por eso, las personas deben abandonar un auto rodeado por las aguas, y buscar refugio en un lugar alto. Hay casos en que las inundaciones se producen en forma casi instantánea, llegando a su nivel más alto en sólo algunos minutos, por ejemplo cuando hay intensas lluvias en un breve período de tiempo. Estas aguas pueden ser muy rápi-

das, es factible que alcancen una altura de hasta 6 metros y que su fuerza arrase con árboles, puentes y otras construcciones. La mejor opción es buscar refugio rápidamente en un lugar alto.

¿Qué hacer antes de una inundación?

Identifique una ruta de evacuación, y otras vías alternativas. Tenga ubicada la ruta más segura para llegar a algún albergue. Investigue si su propiedad está en una zona de posibles inundaciones o si se ha inundado con anterioridad. Si es así, tenga un stock de materiales de construcción para emergencias. Esto incluye madera terciada, láminas de plástico, clavos para madera, martillo y serrucho, palas y bolsas de arena. Instale válvulas de control para evitar el flujo de agua hacia el interior del



edificio. Como último recurso, use tapones para sellar los desagües de artefactos. Tenga a mano el kit para emergencias. Establezca un punto de reunión, por si la familia se encuentra dispersa. Todos en la familia deben saber cómo actuar, cómo cortar el suministro de gas, luz y agua, y los números de emergencia a los que pueden llamar de ser necesario. Ubique los elementos tóxicos (venenos) en gabinetes cerrados y fuera del alcance del agua.

¿Qué hacer durante la inundación?

Llene pipotes con tapa y otros recipientes con agua limpia, por si acaso el agua de la llave llegara a contaminarse. Si el tiempo lo permite, mueva al segundo piso o a un lugar alto los elementos de más valor. Si está dentro de su casa: Escuche radio a pilas para estar informado de la emergencia, y posibles instrucciones de la autoridad a cargo. Corte la luz, agua y gas y evacue su hogar si la situación así lo amerita o las autoridades así lo indican.

Si está en el exterior: Suba a un lugar alto y permanezca allí. Evite caminar por aguas en movimiento. Hasta 15 centímetros de agua en movimiento pueden hacerle caer. Si está en la calle, tenga precaución al

caminar sobre agua, ya que las tapas de las cámaras de agua suelen salirse debido a la presión, y usted puede caer en dicha apertura.

Si está en un vehículo: Si llega a un área inundada, dé la vuelta y tome otra dirección. Si el auto se detiene o se atasca, abandónelo de inmediato y suba a un lugar alto.

¿Qué hacer después de la inundación?

Escuche la radio para obtener información sobre la emergencia, y posibles instrucciones de la autoridad a cargo. Vuelva a su hogar sólo cuando sea seguro o las autoridades así lo indiquen. No entre a los edificios si todavía hay agua alrededor.

Cuando entre a un edificio, hágalo con cuidado: Use zapatos gruesos y linterna a pilas. Revise las paredes, suelos, puertas y ventanas para asegurar que el edificio no está en riesgo de colapsar. Tenga cuidado con los animales que puedan haber arrastrado las aguas. Esté atento a planchas o pedazos de techo que puedan caer

Inspeccione los cimientos para detectar grietas u otros daños.

Efectúe una revisión de la luz, agua, gas y teléfono tomando las precauciones indicadas en inspección de servicios básicos. Esté atento a riesgos de fuego: Cañerías de gas rotas o con escapes. Circuitos eléctricos inundados. Electrodomésticos sumergidos. Líquidos inflamables o explosivos que traiga la corriente. Bombee gradualmente el agua de los subterráneos inundados gradualmente (aproximadamente un tercio del agua por día) para evitar daño estructural Repare las instalaciones sanitarias lo antes posible, ya que dañadas son un riesgo para la salud. Deseche la comida, aunque sea enlatada, que haya estado en contacto con el agua de la inundación. Hierva el agua que va a beber. Ayude a las personas heridas o que han quedado atrapadas. Si hay lesionados, pida ayuda a los servicios de emergencia. Ayude a los vecinos que tengan familiares de edad, impedidos o niños pequeños.

Tramites de permiso de viaje para menores

Según lo establecido el artículo 231 de la Ley Orgánica de Protección, al Niño y del Adolescente (Lopna), quien viaje con menor de 18 años de edad, sin la debida perisología, será sancionado con una multa que va desde 60 a 120 unidades tributarias (UT). Aquí los paso a paso para realizar el trámite sin complicaciones.

Diríjase a las sedes de los registros civiles según su jurisdicción, o al Terminal de La Bandera para solicitar permisos a niños, niñas y adolescentes residentes en la entidad que vayan a viajar al interior

del país. Si el viaje es al exterior sólo puede tramitarlo en el terminal de La Bandera. Para solicitar los permisos a niños, niñas y adolescentes que vayan a viajar al interior solos o en compañía de alguna persona distinta a sus padres se requiere: consignar fotocopia de la partida de nacimiento del menor de edad, fotocopia de la cédula de identidad del padre o madre, fotocopia de la cédula del acompañante, una foto tamaño carnet del menor, copia de algún recibo de servicio donde habita o en su defecto constancia de residencia.

Para gestionar permisos de viajes al exterior, deben llevar todos los requisitos antes mencionados, así como los pasaportes (original y copia) del niño o adolescente y del representante. Señalar datos sobre el destino y lugar donde permanecerá él, la menor de edad. Le entregarán de manera inmediata y gratuita el permiso solicitado.

Mayor información comuníquese con el Instituto Autónomo Consejo Nacional de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes (Idena) a los teléfonos (0212) 287.00.05 - 287.07.57.

Deportes

Juegos Olímpicos 2012

Rubén Limardo nos trajo Oro Olímpico



El pasado 1 de agosto el esgrimista Rubén Limardo hizo historia en el deporte nacional al ganar la medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Londres 2012, tras vencer en la final al noruego Bartosz Piasecki, con marcador final de 15-10. Limardo comentó que desde pequeño la esgrima formó parte de su formación deportiva pero no fue sino hasta padecer una fractura en el brazo derecho que decidió tomarse la espada como un asunto serio y "volverse" zurdo tras el incidente. El campeón olímpico reiteró que su presea dorada es de toda Venezuela. "Comparto mi medalla con todos ustedes, que sintieron, que me enviaron todas esas energías positivas durante la competencia, y derrocharon lágrimas de victoria".

El joven de 27 años recordó también la labor de su madre Noris Gascón, fallecida hace dos años y quien fuera no sólo su entrenadora en el aspecto mental y psicológico sino también una gran impulsora de la práctica de la esgrima. "Esta medalla vale 20 años de trabajo, de sacrificio y esfuerzo, y ahora que estoy aquí delante de ustedes la comparto especialmente con mi madre que está en el cielo, que fue el principal motor para yo conseguir esto". Limardo, quien entrena en Polonia dirigido por su tío Ruperto Gascón, agradeció el apoyo que ha brindado el gobierno del presidente Hugo Chávez para el desarrollo del deporte venezolano. "Hay que reconocer, 8 años viviendo en Polonia, y Venezuela: esto se debe al apoyo que le ha dado el Presidente al deporte, y de verdad hay que agradecer eso porque yo lo hice posible gracias a él". Asimismo, envió un mensaje al pueblo bolivariano para que luche por alcanzar sus metas. "Si de todas maneras vamos a soñar, soñemos en grande, y hay que soñar con los pies sobre la tierra, porque sabemos que mientras más tenemos, más tenemos que ayudar a los que están abajo". "Gracias a toda Venezuela y a todo este equipo deportivo, los quiero mucho y estoy muy orgulloso de ser venezolano, corazón venezolano", dijo para cerrar su breve discurso

Grandes Ligas

El rey Félix primer venezolano en lanzar juego perfecto

Nuestro lanzador venezolano, Félix Hernández, se convirtió oficialmente en el primer venezolano en lanzar un juego perfecto en las Grandes Ligas. Éste sería además el quinto "no hit no run" para un lanzador venezolano en las ligas mayores.

Hernández logró abanicar a doce bateadores en 113 lanzamientos, para dejar su efectividad en 2.60. Con esta proeza se convierte además en el primer lanzador de los Marineros en conseguir un juego perfecto en la historia de la franquicia. "He estado trabajando tan duro, lo hice por ustedes. Todo el juego estaba en mi mente, fue un juego increíble", dijo el pitcher de Los Marineros de Seattle al ser interrogado por la prensa sobre cómo logró esta marca. "Todos los días pensaba en esto: Félix, tienes que lanzar un juego perfecto", comentó el venezolano en rueda de prensa tras realizar la perfección desde la lomita, según reseñó un medio capitalino. "En el último out lo único que pensaba era: lánzala encima del plato. No quería saber más nada", expresó Hernández sobre el momento en que cayó el out 27 y lograr el juego perfecto número 23 en la historia de las Grandes Ligas. Tras este juego, Félix Hernández se une a Wilson Álvarez (1991), Aníbal Sánchez (2006), Carlos Zambrano (2008) y Johan Santana (junio de 2012), en el club de venezolanos que han alcanzado juegos sin hits ni carreras



en las Mayores.

El Primer Venezolano en hacerlo extraoficialmente fue Armando Galarraga

Por una mala sentencia arbitral se le negó a Galarraga el reconocimiento de ser el primer venezolano en lanzar un juego perfecto en Grandes Ligas, para ese entonces jugaba con los Tigres de Detroit, y a dos outs del noveno inning fue protagonista de una decisión polémica por parte del umpire, Jim Joyce, quien cantó un quieto al jugador Jason Donald, de los Indios de Cleveland, sentenciando así el único hit del partido, que no lo reconozcan en las mayores, allá ellos, yo como Venezolana sí lo reconozco.

La actuación de estos campeones es motivo de orgullo para tod@ venezolan@. Felicitaciones.

Talento deportivo Cantv se prepara para el Mundial en Francia

Irú Balic participa en los Nacionales de Playa en Vargas



La especialista en apnea toma parte en los Juegos Nacionales de Playa que se iniciaron este fin de semana en el estado Vargas y que se prolongarán hasta el 2 de septiembre.

Irú Balic, integrante de los talentos deportivos Cantv, participa en la cita varguense mientras se mide en la disciplina de apnea en piscina; modalidad que si bien no es su especialidad, le sirve como parte de su preparación con miras al Campeonato Mundial de Apnea por Equipos que se efectuará próximamente en Francia.

La cita mundialista está pautada del 8 a 16 de septiembre en la Costa Azul de Francia, en Niza, de allí que el evento del litoral varguense le servirá a Balic para continuar su entrenamiento. La acción se desarrollará en la piscina del Club Orcaeo.

"Recibí la invitación directa de los organizadores del Campeonato Mundial por Equipos de Apnea que este año se hará en Niza,

Francia. Originalmente pensaba asistir junto a un equipo femenino de Venezuela, pero no conseguimos armarlo y estaba resignada a no participar cuando recibí la grata noticia de que podré hacerlo incluso como abridora en las distintas modalidades, apnea estática, dinámica y peso constante", confirmó Irú Balic

Las actividades subacuáticas serán parte del cronograma de competencias previstas en el estado Vargas en los I Juegos Deportivos Nacionales de Playa, disciplina que acompañará a voleibol de playa, balonmano, fútbol, aguas abiertas, rugby, surfing, triatlón.

La especialista en el buceo a pulmón Iru Balic es la poseedora del récord nacional en la modalidad de inmersión libre femenino al alcanzar 42 metros, atleta que cuenta con el auspicio de Cantv, ente adscrito al Ministerio del Poder Popular para Ciencia, Tecnología e Innovación.

La Columna del Padre Pablo



Educar para la libertad

"Cristo nos liberó para que fuéramos verdaderamente Libres... Manténganse firmes y no se sometan de nuevo al yugo de la esclavitud... ¿Porqué dejaron de obedecer la VERDAD? Uds. Hermanos fueron llamados para vivir en LIBERTAD pero no hablo de esa "libertad" (libertinaje) que encubre los deseos carnales; más bien háganse SERVIDORES los unos a los otros por AMOR. "La VERDAD OS HARA LIBRES". (GAL.5, 1.7.13) (Jn.8, 32)

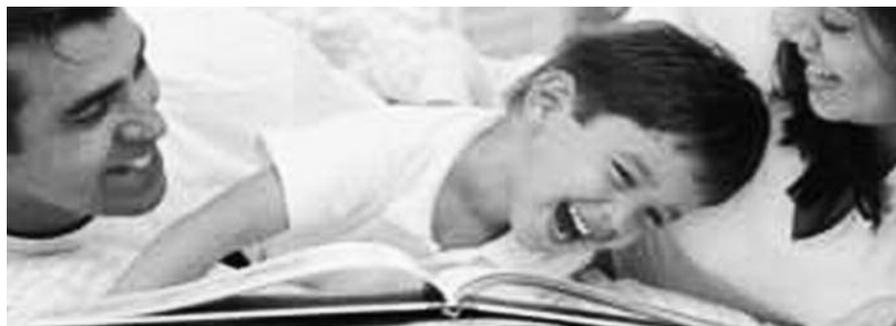
Deseo comenzar mi reflexión parafraseando unas frases del Ilustre Apóstol Boliviano JOSE MARTI: "La EDUCACION COMIENZA EN LA CUNA Y TERMINA EN LA TUMBA" y "SER CULTOS PARA SER LIBRES". Yo diría que la EDUCACION comienza "antes de la cuna" y termina más allá de la tumba, ya que siempre estaremos APRENDIENDO. Hay que EDUCAR LA CULTURA para PURIFICARLA y que ella nos LIBERE DE VERDAD. Debemos EDUCARNOS PARA LA LIBERTAD. La educación es un PROCESO DE APRENDIZAJE que tiene que garantizar la CALIDAD, la RESPONSABILIDAD, y la CAPACIDAD de TODOS los que se dedican a la DOCENCIA; empezando por los "progenitores". Se enseña lo que se VIVE. Instructores habrá muchos; EDUCADORES solos los que son TESTIMONIO VIVO.

Uno de los aspectos más importantes en la Educación es sin duda la LIBERTAD. Hay que educar para ser LIBRES. De nuevo acudo a la ayuda del insigne Apóstol: "La Libertad es el DERECHO que tiene todo hombre a SER HONRADO y decir con HONESTIDAD lo que piensa sin hipocresía". Ser "honesto"; es decir, que RESPETE a los demás y que diga siempre la VERDAD; que sea JUSTO, que no abuse ni manipule a nadie con ese derecho; que sea LEAL y trate a todos por igual, sin discriminar a nadie; es decir, que la LIBERTAD VERDADERA es un DERECHO para SERVIR y hacer LIBRES a los demás.

La cita bíblica con la que he querido encabezar ésta reflexión expresa RADICALMENTE éste concepto de LIBERTAD VERDADERA, que se distingue del "libertinaje", el cual nos lleva a la peor de las esclavitudes que es la de uno mismo. Por tanto es un "falsa libertad". La LIBERTAD además de ser un DERECHO implica también un DEBER. Su uso egoísta y libertino puede transformarla en germen de la más espantosa esclavitud, la cual nace del "mal uso" DE NUESTRO LIBRE ALBEDRÍO. La Biblia desde sus comienzos nos enseña de las ter-

ribles consecuencias del "mal uso" de éste maravilloso DON DE DIOS. El nos creó para que fuéramos LIBRES pero el mal uso de esa Libertad nos puede destruir a nosotros mismos, a los demás y hasta la Naturaleza que nos rodea. Estamos llamados a ser SEÑORES Y DUEÑOS de la Creación y no depredadores de ella. Por eso hay que EDUCAR para el USO de la Libertad. Debemos aprender a ser LIBRES. Así lo hizo Yahvé con su pueblo esclavo de los Egipcios. A través de Moisés, su caudillo, los liberó de aquella horrible esclavitud y los condujo a un inmenso DESIERTO y allí en un monte les mostró sus LEYES (el Decálogo) para que cumpliendo aquellas "guías" jamás fueran esclavos de nada ni de nadie. Fue un largo PROCESO de Educación PARA LA LIBERTAD y la SOBERANIA. La LIBERTAD NO ES "libertinaje"; es decir, no es "hacer lo que me dé la gana". A modo de ejemplo aprovecho la algarabía que se formó hace unos años en los Medios de Comunicación Social sobre el tema de la "INFORMACION VERAZ". Ellos reclaman el derecho que tienen a informar "lo que les da la gana" o lo que le conviene al dueño de la emisora o de sus intereses políticos, económicos o de cualquier índole sin importarles las consecuencias de sus "manipulaciones". El Pueblo tiene derecho a una información objetiva y VERAZ; es decir, FIEL a la realidad de los hechos acaecidos. Otra cosa es la "libertad de opinión" y de "interpretación de los hechos" que debe RESPETARSE pues nadie tiene la interpretación de la verdad absoluta, pues solo DIOS la posee y que humildemente debemos abrimos todos a ella.

No se puede ser verdaderamente LIBRE esclavizando y explotando a los demás y mucho menos engañando y manipulando. El que es LIBRE, libera y respeta ese derecho en los demás- Por eso el "libertinaje" es in-moral al igual que las leyes que lo amparan como sucede en los sistemas Neo liberales. Nosotros como educadores debemos ser TESTIGOS de esa LIBERTAD VERDADERA para poder ser MAESTRO DE VERDAD, que es lo que necesita con URGENCIA el País, ya que "informadores" tenemos muchos. La Libertad también es un DEBER, la cual debemos aprender a usarla correctamente y hasta que no nos eduquemos en ella no debiéramos ejercerla ni tenerla. La LIBERTAD tiene LÍMITES; ella debe terminar donde comienza la del otro; por lo tanto, no se debe usar para dañar, esclavizar ni hacer mal. Si es para eso no deberías tenerla ni usarla; es mas, si la usas "mal", la perderás sin remedio. No eres DIGNO.



CON LO MEJOR DE VENEZUELA

Parque Nacional Morrocoy



El Parque Nacional Morrocoy en el estado Falcón, está ubicado al noroeste de Venezuela, entre las poblaciones de Tucacas y Chichiriviche. En el Parque Nacional Morrocoy se encuentra una formación de islotes de poca extensión llamada Los Cayos, son un total de 11 más una playa Mayorquina que no es propiamente un cayo, la única forma de llegar es por la playa, aparte de la espectacular belleza de Los Cayos tenemos hermosas playas, grutas donde se aprecian petroglifos indígenas que describen el modo de vida de los primeros venezolanos, su vegetación está conformada por manglares, uvero de playa y botoncillo y por supuesto la palmera. Además de disfrutar de sus excelentes playas, en Los Cayos se puede practicar el snorkeling (Buceo con Snorkel) gracias a sus playas cristalinas y de poca profundidad la hace perfecta para contemplar las formaciones coralinas y toda la diversidad de fauna que en estas formaciones viven. Para disfrutar plenamente de Morrocoy, se requiere ir a los cayos en lancha. Puede ser una lancha privada o en una tipo "peñero" de pescadores que puede ser compartida con otros pasajeros o contratada para que lo lleven y lo recojan a uno en la playa preferida y en el horario indicado. Estas lanchas pueden ser tomadas desde el mismo parque, cerca de Tucacas o también desde Chichiriviche, por lo cual uno se puede alojar en cualquiera de las dos poblaciones.

Boca Seca: Playa bien protegida y muy buena para hacer snorkeling, tiene un caney restaurant administrado por uno de los hoteles más grandes de la zona, abundantes palmeras.

Cayo Muerto: Es la isla más cercana a Chichiriviche y con mayor abundancia de palmeras. Las playas de Morrocoy son espectaculares. Pero también debajo de ellas los corales y los peces ofrecen todo su esplendor a los submarinistas.

Cayo Pelón: Es una pequeñísima isla, ubicada en la zona de Chichiriviche, como su nombre lo indica, son arenas blancas sin vegetación rodeadas por abundantes corales, sin servicios.

Cayo Peraza: Isla paradisíaca y muy pequeña, ubicada en Chichiriviche, abundante vegetación, rodeada de corales. Sin servi-

cios.

Cayo Sombrero: Cayo sombrero es uno de los cayos preferidos por la gente. En efecto, cuenta con dos playas bastante grandes. Un bosque de palmeras ofrece sombra natural. El snorkeling es fácil y muy gratificante. En esta isla se puede acampar. Tiene 2 pequeños restaurantes y servicio de alquiler de toldos y sillas.

Los Juanes: También conocido como "la piscina", es un sitio muy frecuentado por las lanchas deportivas, no tiene playa de arena, las lanchas se anclan o amarran unas a otras y algunos se bajan de la lancha con el agua por la cintura, otros se quedan sobre la lancha. Pequeños botes vendiendo ostras, vuelve a la vida, paella, langosta, a estos pequeños botes se les puede pagar con tarjetas de crédito.

Mayorquina: A diferencia de casi todos los lugares dignos de visitarse en Morrocoy, Mayorquina no es un cayo sino una playa en tierra firme. Sin embargo, su acceso debe hacerse por mar, al igual que todos los cayos.

Paiclás: Isla ideal para niños, ya que el agua se va haciendo profunda bastante gradualmente, tiene restaurante, palmeras y es de tamaño medio, es una de las islas más cercanas a los puertos de Morrocoy y Tucacas.

Pescadores: Es la isla más lejana, normalmente no muy concurrida, bastante área poco profunda, lo que permite mucha libertad para los niños, zona protegida del oleaje por barrera coralina, hace que tenga abundancia de peces, de allí su nombre, poca vegetación, no tiene servicios.

Playa Mero: Una de las playas menos concurridas. Para llegar a la playa, hay que caminar unos 200 mts., vegetación de palmeras, pero no abundante, servicios escasos, ideal para el que prefiere un sitio con poca gente.

Playuela: Después de Cayo Sombrero es la isla más visitadas, tiene un pequeño restaurante, servicio de sillas y toldos en alquiler, vendedores ambulantes, una de las ventajas, es que Ud. Tiene 2 opciones de playa: Playuela, la más grande y por la cual se llega; Playuelita, más pequeña y muy usada para cursos de buceo. Ambas playas con abundantes palmeras.

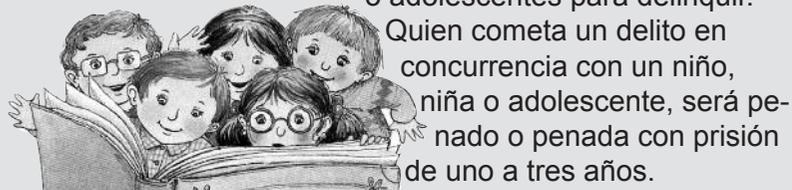
Punta Brava: Es la playa más cercana a Tucacas, a esta isla le construyeron un puente, por lo que hoy día se le puede llegar en automóvil, playa muy concurrida los fines de semana, pocas palmeras, vendedores ambulantes. En la laguna tiene servicios de botes de pedal y kayak. Tiene alquiler de toldos y sillas.

Tucupido: Es una pequeñísima isla con palmeras y muy poca concurrencia, ningún servicio, para llegar hay que conocer bien la zona y levantar el motor de la lancha, pues hay que pasar zonas de aguas muy poco profundas. Un pequeño paraíso. Acceso Se puede acceder por automóvil tomando la vía de Tucacas y Chichiriviche.

EL TREN DE LOS CHAMOS

Vagón de Los Derechos de los niños, niñas y adolescentes

La Lopna en el Artículo 264 nos dice: Uso de niños, niñas o adolescentes para delinquir.



Quien cometa un delito en concurrencia con un niño, niña o adolescente, será penado o penada con prisión de uno a tres años.

Al determinador o determinadora se le impondrá la pena correspondiente al delito cometido, con el aumento de una cuarta parte.

Vagón de los trabalenguas



1.- Corazón de chirichispa y ojos de chirichispé:

Tú que me enchirichis-paste, hoy desenchirispame.-

2.- Doña Panchívida se cortó un dévido con el cuchívido del zapatévido.

Y su marívido se puso brávvido porque el cuchívido estaba afilávvido.

Vagón del humor

1.- ¿Me da una habitación con baño?

- Le damos la habitación, pero el baño se lo tiene que dar usted.

2.- ¿Qué le dice Tarzán a un ratón? ¡Tan pequeño y con bigote!

¿Y qué le dice el ratón a Tarzán? ¡Y tú tan grandote y con pañal!

3.- ¿Cómo se dice lluvia en árabe? Tevamoja.

4.- Llega un chamo a la farmacia, nervioso, le pregunta al personal del mostrador.

¿Tiene desodorante de bolitas? No, solo para las axilas.-



Vagón de las adivinanzas

1.- Nazco de un padre luminoso apenas nacido, porque desprecio a la Tierra, me elevo hacia el cielo.

Mi padre es muy amado, pero en cambio, yo no encuentro las simpatías de los hombres

¿Y sabes por qué? Porque en mi presencia,

hasta las personas más felices se ven obligados a llorar.

(omuh le)



2.- El cangrejo es negro cuando está vivo, y después de muerto, enrojece, en cambio, yo, rojo en vida, soy negro en la fosa. Pero no se acerquen a mí cuando enrojezco, pues puedo morderlos aunque no tenga dientes. (nóbrac le)

3.- Lleva corona en la cabeza y no es rey; lleva espolones y no es caballero; Canta por la mañana y no es sacristán. (ollag le)

Vagón del Juramento Estudiantil ante la Bandera Nacional

¡Bandera Mía! ¡Mi Patria eres tú! Y la Patria es la tierra: ¡Venezuela!

Es el llano, son los andes, es el mar que nos rodea.

Es la selva y sus riquezas. Son sus ríos. Son sus hombres, sus mujeres y sus niños.

Es su música. Es la lengua castellana en que te hablamos.

Es la historia de Bolívar. ¡Son mis padres, mis hermanos, mis amigos, y maestros!

Aquí vengo reverente, el cariño, el respeto y la adhesión que te debemos

Porque eres, mi Bandera, todo eso y mucho más.

Te prometo, cada día, ser mejor, estudiar con dedicación. Ser honesto y capaz.

Contribuir a tu grandeza y elevar, hasta el cielo, esas franjas amarilla, azul y roja

¡Y entregarle ocho estrellas que le faltan!

Frigorífico Flor del Metro



**Frescas carnes,
pollo, charcutería
víveres en general**

**Preparamos su
carne de parrilla
aliñada al momento**



Las Adjuntas, carretera vieja de Los Teques
Teléfono: 0212-4340246

ACEPTAMOS SU CESTA TICKETS, TARJETA DE DÉBITO
CRÉDITOS Y CHEQUES CONFORMABLES RIF.: J-00241200-3

RIF.: J-31190687-8



**PANADERÍA PASTELERÍA
CURUCAY
CHARCUTERÍA**

Donde degustarás
el exquisito sabor al pan
Como le gusta a la gente



Lunchería y frescas charcuterías

Exquisita delicatesses
Variada dulcería, ricas tortas
para bautizos, bodas o cualquier
evento, pasapalos, víveres
en general

Como Curucay no hay

Redoma de Las Adjuntas frente a la estación Terminal
del Metro Las Adjuntas. Teléfono 0212-433.9803

Aceptamos Tarjetas de Crédito, Débito y Cesta Ticket

Comercial Janyell C.A.



**Productos de belleza, tocador y
limpieza de tu preferencia, para
Damas Caballeros y Niños**

Tarjetas telefónicas

Aceptamos tarjetas de débito,
crédito y cesta tikets

Inicio Carretera Vieja Los Teques, al lado parada
Las Lomitas, a pocos metros de la estación Metro Las Adjuntas
Teléfono: 0212-4336513

Panadería y Pastelería La Gran California

Espacialidad en pan siciliano Campesino, pan de perro



MAYOR Y DETAL

**Charcutería y víveres
en general**

Todo de primera calidad

Carretera Vieja de Los Teques, Km 8, sector La California
Teléfono: 0212-4339954 RIF.: J-30818892

Auto Acrílicos San Juan

Todo para el latonero pintor



**Preparación de colores automotrices
Crhomasytems, imron, acrílicos**

Servicio de motorizado

Puente Nuevo a Quebrados, Residencias
Torre San Pablo, local 6, P.B. Parroquia San Juan
Telf: 4813317-4814963 Fax: 4848852

Email: Sanjuan@telcel.net.ve
RIF.: J-00221767-7

Panadería y Pastelería PERIBECA



Delicioso pan Gran variedad de Dulces
caliente a toda hora Delicatesses y Charcutería

DELICIOSO CAFECITO CALIENTE A TODA HORA
Atendido por su dueño y un selecto personal

Esperamos por el cliente, no el cliente espera por nosotros

Calle Real de Las Adjuntas, frente al Metro. Telf. 4339801



Más de 20 mil beneficiados por Nodos de Nueva Generación



Sector Punta de Mangle, municipio Tubores estado Nueva Esparta

Punta de Mangle, en Nueva Esparta; Mesa Bolívar, en Mérida; Arrecife, en Vargas y El Cercado, en Lara, son sólo algunos de los poblados históricamente excluidos, que desde abril de este año cuentan con acceso a los servicios de Cantv gracias a la instalación de nodos de nueva generación y a la modernización de centrales telefónicas.

Seguimos trabajando para construir el futuro de Venezuela

www.cantv.com.ve



RIF J-00124134-5