

Macarao territorio de paz

P 4



La paz se siembra
en el hogar

P 2



Prevenir que tu
hij@ adolescente
consume drogas

P 5



Lactancia materna

P 5



Joropo en homenaje
al comandante en
CANTV

P 4



Cultura del ahorro

P 2



Apio española
o celery

P 2



Salud visual

P 5



Marzo
en la Historia

P 3

¿Guarimbas pacíficas?

P 6



Foto: Ccs



Cuida tu ambiente

La paz se siembra en el hogar

"Paz estado interior (identificable con los conceptos griegos de ataraxia y sofrosine) exento de sentimientos negativos (ira, odio). Ese estado interior positivo es deseado tanto para uno mismo como para los demás, hasta el punto

de convertirse en un propósito o meta de vida. Paz social como consenso: el entendimiento tácito para el mantenimiento de unas buenas relaciones, mutuamente beneficiosas, entre los individuos; y a distintos niveles, el consenso entre distintos grupos, clases o estamentos sociales dentro de una sociedad". (Tomado de Wiki pedia). Damos lo que tenemos. Si tengo amor y paz puedo darlo, y si no lo tengo puedo aprender a tenerlos. Cuán importante es amar y que te amen, al igual que la paz, que sensación tan agradable es estar en paz contigo y con los demás. En el hogar, en la familia es trascendente vivir en paz, inculcarle a los hij@s con amor este significativo valor. Debemos esforzarnos por encontrar caminos no violentos que nos conduzcan al entendimiento mutuo. Construyamos la paz rechazando la violencia, aceptándonos con tolerancia, escucha viva, respetando y defendiendo el derecho a la VIDA. Seamos creativos busquemos en conjunto soluciones, saquemos lo mejor de cada uno de nosotros, somos herman@s nacid@s en esta bendita tierra Venezuela. (M.B)



Cultura del ahorro

Electricidad



Para entender mejor el consumo eléctrico, este se mide en kilovatios por hora. El que más consume es el aire acondicionado corresponde a 2950 watts por cada hora que se utiliza, el microondas, la aspiradora y la plancha, consumen 1200 W cada uno. La nevera gasta 575 watts por hora, debe ser descongelada cada seis meses para evitar que esfuerce su motor. Evitar abrir muy seguido su puerta y no dejarla abierta.

Soy Consciente Consumo Eficiente

Agua

El agua está en muchos lugares, en las nubes, los ríos, la nieve y el mar. También está donde no la podemos ver, como en el aire, en nuestro cuerpo, los alimentos y bajo la tierra. Además, el agua cambia de un lugar a otro, es necesaria para la vida del hombre, los animales y las plantas. Es parte importante de la riqueza de un país. El agua es vida, no la malgastes.



La influencia de la luna en la agricultura

Luna nueva

01 marzo 2014

30 de marzo 2014



Cuarto creciente

08 marzo 2014

07 de abril 2014



Luna llena

16 marzo 2014

15 abril 2014



Cuarto menguante

24 marzo 2014

22 abril 2014



Apio España o Celery

Es una de las verduras que más propiedades medicinales posee. Se puede ingerir crudo, cocido o su jugo. Si se combina con otros vegetales como la zanahoria y el tomate, el jugo de apio ayuda a calmar los nervios y es un buen remineralizante. La ensalada de apio con un poco de sal puede usarse eficazmente para combatir el exceso de acidez del tubo digestivo y aliviar la colitis. La ensalada de apio y aguacate se recomienda en caso de enfermedades del estómago e intestino. Ayuda al cuerpo a deshacerse de impurezas a través de su función diurética (por su contenido en un aceite volátil, el apiol). Se caracteriza por ser carminativo, sedante, aperitivo, digestivo (que no implica digestibilidad fácil por su alto contenido en fibra), emenagogo, depurativo, regenerador sanguíneo y ligeramente laxante. Disminuye las enfermedades hepáticas, combate las infecciones, ayuda a la elimi-

nación de cálculos renales, mejora la memoria. El bulbo contiene, además del aceite etéreo, almidón, azúcares, colina, tirosina, glutamina, asparraguina y vitamina B-1 y B-2 que son necesarios para la función nerviosa y muscular. Por sus componentes, el jugo de apio restituye al cuerpo después de jornadas de ejercicio intenso o fiebres.



AL COLECTIVO

La dirección de este medio de participación popular, les presenta la 53ava 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, – **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 – Anibal Vargas, Parroquia Tacarigua de la Laguna, Keiser Santamaría. **Guarenas:** Jorge Gómez **Yare:** Angel Estrada, Pedro Cisneros **Dirección:** Esq. Esmeralda a Pueblo Nuevo, edif. Jamarco, piso 6 Ofic- 6 -C, La Candelaria. **Teléfonos:** 0212-4930732 - 0416.3068103 – 0414.1022010
Correo: periodicolafuente2001@gmail.com

Marzo en la historia

5 de marzo:
Muere Hugo Chávez.



El venezolano más importante del siglo XXI, el más popular de la historia de Venezuela, se convirtió en un líder mundial por representar el grito de rebeldía de las mayorías oprimidas. La influencia de Chávez trascendió nuestras fronteras al propiciar el surgimiento en Latinoamérica de dirigentes de izquierdas, opuestos al neoliberalismo económico y a las injerencias estadounidenses. Preocupado por las clases más desfavorecidas y las minorías indígenas. A un año de su partida, seguimos en victoria, su transitar por la Patria no ha sido en vano, sigue vigente su legado, así como su utopía junto a la convicción de construir el Socialismo Bolivariano. El país tiene la certeza de que el Comandante Supremo se sembró en la tierra fértil de nuestros corazones, de nuestras acciones.

Día del Campesino



El objetivo principal de este día es reconocer el trabajo del hombre y la mujer en el campo. El 13 de noviembre de 2001, con la entrada en vigencia del Decreto con Fuerza y Rango de Ley de Tierra y Desarrollo Agrario, desarrollado bajo el mandato del presidente Chávez, se establecen las bases para un verdadero desarrollo rural, integral y sustentable para el pueblo, se motiva a los trabajadores de la tierra a continuar trabajando en pro de fortalecer la seguridad y soberanía agroalimentaria.

8 de Marzo:
Día Internacional de la Mujer



Se conmemora la lucha de la mujer por su participación, en pie de igualdad con el hombre, en la sociedad y en su desarrollo íntegro como persona. La idea de un día internacional de la mujer surgió al final del siglo XIX, en plena revolución industrial y durante el auge del movimiento obrero. Se celebró por primera vez en Venezuela el 8 de marzo de 1944. La mujer venezolana es

sinónimo de entereza, constancia y superación, en todos los estratos de la sociedad, podemos ver en nuestro día a día como la mujer venezolana sale a resolver la situación de su hogar en la que muchos casos es único sostén de dicho hogar, es decir, el único ingreso del núcleo familiar y aun así ellas siguen siendo Madres y Esposas incluso en muchas ocasiones hasta de Padres también.



10 de marzo 1786:
Natalicio de José María Vargas,
Día del medic@.

Médico cirujano, científico, catedrático y rector de la Universidad Central de Venezuela, además político, escritor y Presidente de Venezuela.

13 de marzo:
Día Mundial del Riñón
(se celebra anualmente el segundo jueves de marzo)

Día Mundial del Riñón y "Envejecimiento y Enfermedad Renal" es el lema de la campaña 2014.

El Ministerio del Poder Popular para la Salud (MPPS), exhorta al pueblo a servir de portavoz en sus respectivas comunidades para concienciarlas sobre los riesgos de esta dolencia, sobre todo en la medida que se ganan años a lo largo de la vida, debemos crear conciencia, fomentar la prevención y la educación para luchar contra esta enfermedad y superar este problema de salud pública



14 de marzo 1902



Nace Luis Beltrán Prieto Figueroa

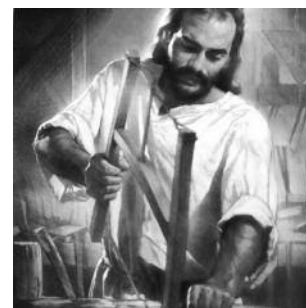
Personaje de una intensa y amplia labor en pro de la mejora de la educación venezolana en el siglo XX, motivo por el cual se le considerara como el "Maestro de Maestros". Prieto tuvo una destacada labor como pionero del gremialismo. En 1932 fundó la Sociedad de Maestros de Instrucción Primaria y en 1936 la Federación Venezolana de Maestros (FVM). El 10 de julio de 1947, transformó la vieja Escuela de Artes y Oficios para Hombres en Escuela Técnica Industrial. En 1959 creó el Instituto Nacional de Cooperación Educativa (INCE).

14 de marzo:



Día Nacional del Pescador y El Pescador Artesanal

Esta celebración fue decretada el 14 de marzo de 2010, por el presidente de la República, Hugo Chávez. Un año antes, el 14 de marzo de 2009, fue oficializada la prohibición



de la pesca industrial de arrastre.

19 de marzo:
Día de San José y Día del Carpintero

Este día se celebra la fecha de José Carpintero, el padre de Jesús. Por extensión, la celebración alcanza a carpinteros de manera especial pero también a los artesanos de la madera.

21 de marzo:
Día Mundial de la Poesía
"¿Qué es poesía?", dices mientras clavas en mi pupila tu pupila azul.

"¿Qué es poesía? ¿Y tú me lo preguntas? Poesía... eres tú" Gustavo Adolfo Bécquer:



22 de marzo:
Día Mundial del Agua

El Día Mundial del Agua para este año 2014, de mano de la ONU trae a colación la reflexión sobre la interrelación existente entre agua y energía, y la necesidad de un aprovechamiento efectivo y racional de ambos recursos. Se conmemora esta fecha con el objetivo de otorgar la debida importancia al agua dulce y a su gestión sostenible.



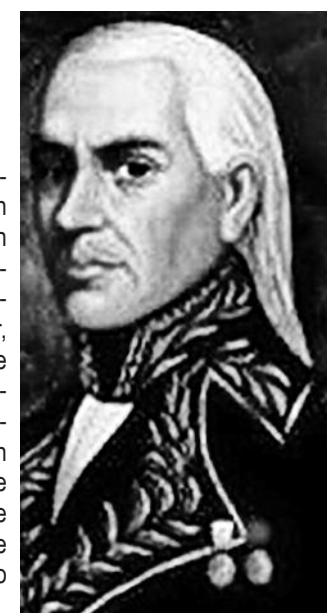
27 de marzo:
Día Internacional del Teatro

Honramos la profesión sobre las tablas que se ha adueñado con el paso del tiempo, de un espacio importante en el marco del entretenimiento y la cultura en nuestro país.

El teatro es muy importante en la vida de los venezolanos.

28 de marzo de 1750:
Natalicio de Francisco de Miranda

Conocido como "El Precursor de la Emancipación Americana" "El Gran Americano Universal" Político, militar prodigioso, diplomático, escritor, humanista e ideólogo, fue partícipe de la Independencia de los Estados Unidos, de la Revolución Francesa y posteriormente de la Independencia de Venezuela. Su nombre está grabado en el Arco del Triunfo de París.



Cultura, arte y espectáculo

Macarao territorio de paz



La estación del metro Las Adjuntas se sumó al movimiento por la paz y la vida con tardes llaneras, organizado por el colectivo Vamos Adjuntarte, participaron en el evento los cantantes Carlos Piñero conocido como Camarita, El indio de Pariaguan, Freddy Contreras el cantante cristiano, Luis Gue-

vara el jilguero, quienes hicieron disfrutar con su música a todos los presentes. María Ramos, quien se encontraba en el público asistente, destacó "hay que apoyar nuestra música llanera, nosotros queremos la paz, decimos un NO rotundo a la violencia".

Efrén Clavo El soldado de acero



Hombre de principios, cantautor de música criolla, nativo de Valle de la Pascua Edo. Guárico y Vecino en la parroquia Macarao. Sus canciones datan desde 1986 donde comenzó a escribir sus primeros temas en el seno de la Fuerza Armada. En el año 2005 formó parte como cantante de la representación venezolana que participó en la 6ta Feria Latinoamericana y del Caribe, celebrada en México. Se le conoce como el Soldado de Acero por sus temas de alto contenido con la patria. Ha realizado cuatro discos y más de 200 composiciones. Recientemente le dedico al Comandante eterno Hugo Chávez el tema Un sol que no se apaga, donde destaca el gran faro de luz de Chávez para Venezuela y el mundo, Efrén también está promocionando su segundo sencillo titulado La tierra está

sufriendo, una cadencia para que reflexionemos sobre el deterioro del planeta y las medidas a tomar para minimizar nuestro impacto negativo en el

ambiente. Pueden disfrutar del trabajo "Un sol que no se apaga" en <http://www.youtube.com/watch?v=iJtTVoxY1ws>

Joropo en homenaje al comandante



Cantv engalana su fiesta joropera con Antonio Armas y la estudiantina japonesa Komaba

El programa Conexión Continua Cantv prosigue su ciclo A punta de joropo. Homenaje al Comandante, el cual ha dedicado todo el mes de marzo a exaltar y difundir el joropo en sus expresiones llanera y central como parte de las actividades en tributo al presidente Hugo Chávez. Este domingo 23 el público de Cantv quedará perplejo y encantado con la participación de la estudiantina japonesa Komaba, demostrarán cómo la verdadera música sale del alma y la fibra de los pueblos y traspasa las barreras lingüísticas y culturales.

Junto a la estudiantina nipona, el mirandino Antonio Armas también llenará el escenario de la operadora de telecomunicaciones con el arpa,

maraca y buche característico del joropo central, en un concierto gratuito que promete poner a bailar a todo el público asistente, Antonio oriundo de Guatire, es hijo de Silvino Armas "el catire de Las Barrancas", uno de los más destacados cultores del canto central. Antonio Armas, tiene una poderosa y característica voz, le ha valido su participación en agrupaciones como Convencencia, 1,2,3 y Fuera, Un Solo Pueblo y Francisco Pacheco y su Pueblo, con los cuales se ha paseado por escenarios de República Dominicana, Colombia, Estado Unidos y Japón. Es así como el público del programa Conexión Cultural Cantv se deleitará con la fiesta joropera de la operadora en homenaje al Gigante de Latinoamérica, a partir de las 11:00 de la mañana, en un evento completamente libre para el deleite de toda la comunidad.

Apoyemos a nuestros artistas venezolanos



Salud

Lactancia materna



La leche de mujer es el alimento natural e indispensable para la cría humana.

Hay que iniciar amamantamiento apenas nazca el niño, niña. Si es posible en la misma mesa de parto. No es cuestión de que el niño o niña se alimente de inmediato, sino que establezca de manera firme el reflejo de succión al seno materno, de lo contrario con las horas podría empezar a disminuir el interés.

La leche de mujer lo tiene todo, inclusive agua. Además del agua en más de un 80% y de los nutrientes básicos: hidratos de carbono, proteínas y grasas ya se han determinado más de 200 componentes que benefician la salud del niño. Entre ellos los

anticuerpos que protegen contra muchas enfermedades como la poliomielitis y nucleótidos que refuerzan el desarrollo del aparato digestivo.

Las dos hormonas responsables de mantener la capacidad amamantadora de la madre, una de ellas, la oxitocina, que se encarga de facilitar la expulsión de la leche mediante la contracción de las fibrillas musculares que rodean a los lóbulos productores y, que, al mismo tiempo, lo hace también con el músculo uterino permitiendo que en menos tiempo la matriz regrese a su tamaño de reposo. Esto va a originar una sensación de pequeños cólicos durante el amamantamiento en las primeras semanas.

Desarrollo del bebe a los 23 meses

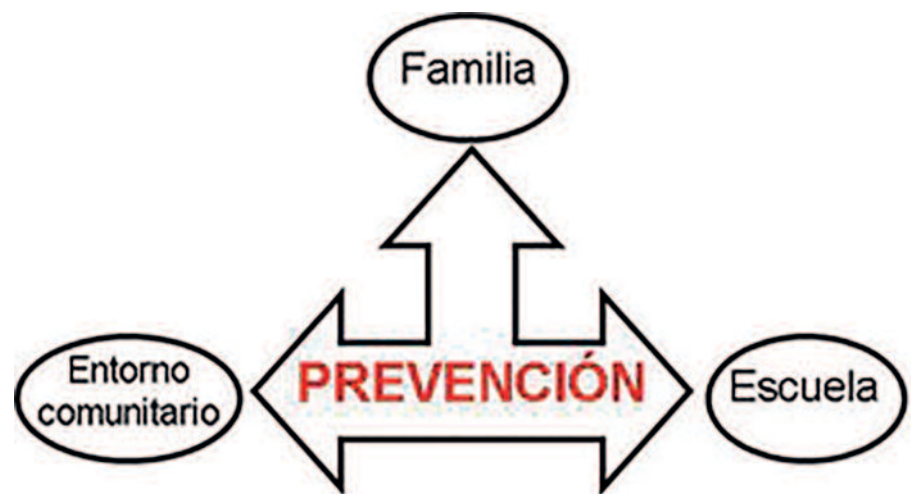


Va ganando en musculatura y definición. Cada niñ@ tiene un ritmo de crecimiento propio. Su gran energía y enorme curiosidad hacen que tengas que extremar la vigilancia tanto en casa como fuera de ella para evitar accidentes. Juega con sus juguetes de forma autónoma y con mayor facilidad. Puede hacer torres, realizar algún rompecabezas sencillo, repetir canciones, recoger objetos del suelo sin caerse o desenroscar tapones. Su vocabulario ha crecido en las últimas semanas. Ya puede decir alrededor de las cincuenta palabras y forma frases de dos o tres palabras. Es capaz de reconocer objetos, animales o partes del cuerpo. Puede nombrarlas y señalarlas. Se espera que repita palabras, reconozca nombres de personas, objetos y partes de su cuerpo. Hay que seguir leyéndole a diario, pues en la lectura encuentra nuevos sustantivos y verbos que no

encontrará en su vida cotidiana. Los cuentos con juegos de palabras y rimas ayudan a l@s niñ@s a crear

asociaciones entre palabras similares. Es muy importante que todos coman juntos en familia.

Prevenir que tu hij@ adolescente consuma drogas



Es importante que tu hij@ pueda confiar en ti. Subraya los daños que hacen ciertas drogas y cómo afectan de forma negativa la capacidad de concentración (muy importante durante la adolescencia), de razonamiento y de relaciones. Háblale de casos reales, de posibles amigos que lo perdieron todo por culpa de una adicción. Conviértete en aliad@ de tu hij@. Si no sabe cómo decir que NO, que te utilice a ti. "Mi padre (Madre) me mataría". Conoce las

amistades de tu adolescente y si es posible a los padres de ellos, esto te ayudará a seguirle la pista si está en una época evasiva o poco comunicativa. Si pasas muchas horas fuera de casa, no dejes a tu hij@ sol@ en casa sin nada que hacer. Búscale alguna actividad extraescolar, anímale a que aprenda algún instrumento musical. Estudios indican que los adolescentes que tienen intereses y una vida ocupada tienen menos probabilidad de consumir drogas

Salud Visual



Es la ausencia de enfermedad ocular, acompañada de una buena agudeza visual. En algunos casos (hipermiopía, miopía, astigmatismo), puede requerir la asistencia de lentes, eso no quiere decir que el ojo tenga una enfermedad. Cuidarse es tener hábitos saludables, una dieta sana, una ingesta adecuada de vitaminas (A, C y E), a tra-

vés de la alimentación, suplementos, y el consumo de antioxidantes (presentes en varias vitaminas y minerales) que parecen tener beneficios en la salud en general y la salud ocular. Para evitar la fatiga ocular con el uso del computador coloque la parte superior de la pantalla al mismo nivel de los ojos o apenas por debajo del mismo.

¿Guarimbas pacíficas?



Foto: Ccs

En estos días oí una entrevista que le hicieron a una joven “estudiante” que manifestaba a través de una “guarimba”. Ella contestó: “Sí, hacemos guarimbas pero pacíficas”. Eso es el colmo de la “disociación psicótica” en la cual se encuentran algunas personas (sobre todo jóvenes) en la Venezuela de hoy. Jamás se ha visto tanta confusión que provoca decir: “Padre perdónales porque no saben lo que dicen y hacen”. Eso es lo mismo que decir que hay “fuego frío”, o “lluvia seca”; etc. Si es “guarimba” es manifestación violenta e injusta porque atenta contra los derechos de los demás a la libre circulación y traslado de sus vehículos a sus lugares de trabajo, estudio, etc. Ustedes tienen derecho a manifestar su descontento y su desacuerdo pero tienen que hacerlo de forma tal que no viole los derechos de los demás. ¿Acaso es un derecho humano des-

truir vidrieras, oficinas públicas, incendiar las calles y dejarla llenas de basura; destruir unidades del Metro Bus y estaciones del Metro que han tenido que cerrar debido a la violencia extrema de las supuestas “guarimbas pacíficas”? Tenemos muchas razones para protestar y exigir nuestros derechos; el problema está en la forma que lo hagamos y en donde lo hagamos. Por ejemplo, si hay escases de los productos básicos, deberíamos ir a manifestar a las fábricas o distribuidoras que los tienen acaparados o han dejado de producir con la excusa de no tener divisas preferenciales y de no poder poner los precios que les dé la gana a esos productos; como lo hicieron un grupo de amas de casa allá en el Táchira cuando descubrieron en un gran almacén miles de toneladas de nuestros productos básicos (arroz, harina, aceite, margarina, etc.). Claro que hay escases y claro

que hay que protestar pero ¿a quién? ¿Acaso el gobierno es el que produce el “papel tóale” o la harina PAN, o el arroz, la azúcar, el aceite o la margarina? Si es así, debemos ir a los lugares donde están los responsables; ahora bien, si son empresas privadas, ¿por qué no le protestamos a esas empresas, sobre todo aquellas que recibieron “dólares preferenciales” para invertir en la producción de esas mercancías? ¿Acaso esas empresas no cuentan con un buen capital para producir aceptando una súper ganancia de hasta un 30% después de cubrir los gastos de la producción? En el único País del mundo donde los comerciantes ganaban el 100%, el 500% y en algunos casos hasta el 2000% era en Venezuela? Eso se llama saqueo y explotación descarada. ¿Qué no hay producción? Que me dicen de las miles de toneladas confiscadas en la frontera lista para llevarse a Colombia y allí venderse las al 1000% a nuestros hermanos colombianos? Gracias a Dios tenemos empresas prestigiosas como lo es la SAMSUM que aceptó las reglas de juego de los precios justos que el gobierno les ha ofrecido y que con el favor de Dios en Mayo de este año comienza a funcionar la primera de sus fábricas “hecho en VENEZUELA” para América Latina, el Caribe y a todo el mundo. Esperamos que vengan muchas de éstas empresas internacionales para demostrarle al mundo que en la Venezuela Bolivariana si se permite y se respeta la “PROPIEDAD PRIVADA” que acepta los límites razonables en las ganancias. Nuestros jóvenes tienen derecho a protestar pero deben ser asertivos en esa protesta y dirigirla a quienes están provocando ésta crisis o “guerra económica y mediática”, llena de mentiras y tergiversaciones; sea del gobierno o de la oposición. Hay mucha manipulación y demagogia; dobles discursos e hipocresía. Quitémonos las “máscaras” en éste CARNAVAL que ya se acerca; sincerémonos en un DIALOGO respetuoso,

sin chantajes ni amenazas por ningunas de las partes; no le tengamos miedo a la VERDAD que nadie la tiene completa. Seamos humildes para aceptar la verdad que tiene el adversario o el que piensa distinto; escuchémonos los unos a los otros y nos daremos cuenta que en muchos aspectos pensamos y queremos lo mismo. Discutamos nuestras diferencias sin agredirnos y demostremos al mundo que en Venezuela podemos convivir en PAZ a pesar de nuestras diferencias y que todo sea por la vía democrática y pacífica de verdad. No seamos “ciegos o necios”; no existe “guarimba pacífica”; eso es una contradicción o al menos una gran “hipocresía”. No hablemos de Paz y después actuemos con violencia. Rechazamos todo tipo de VIOLENCIA; eso no nos ayuda a buscar una salida PACÍFICA a ésta crisis en la cual estamos; los violentos son una minúscula minoría en comparación a los “pacíficos” de ambos lados que somos la inmensa MAYORÍA. Unámonos los PACÍFICOS y aislemos a los violentos de cualquier bando que sea, para ver si se convierten y se dan cuenta de que ese camino no conduce más que a la muerte y a empeorar la crisis. La “guarimba”, los atentados a nuestros servicios públicos (que no son del gobierno sino del Pueblo) como el Metro, los CDI, los Mercal; las calles, plazas y avenidas; la CANTV Y CORPOELEC que nos prestan un servicio básico esencial para nuestra vida diaria a todos y a todas, son ACTOS TERRORISTAS que no podemos aceptar ni justificar y que se deben combatir y no permitir ya que sería una nueva “impunidad” de las autoridades respectivas. Basta ya de “guarimbas” de cualquier tipo; digamos NO A LA VIOLENCIA DE CUALQUIER TIPO, VENGA DE DONDE VENGA y trabajemos todos(as) por la PAZ QUE ES FRUTO DE LA JUSTICIA Y LA VERDAD. Amén (Pbro. Pablo Urquiaga. Párroco Ruiz Pineda. Caricua 21 de febrero del 2014)

“Venezuela en llamas”

Tal parece que será el título de la nueva versión de la película de “ciencia ficción” que está preparando “Hollywood”; inspirado por los acontecimientos que enlutaron al País a partir del 12 de febrero del año en curso. Hollywood es especialista en películas de ciencia ficción y está ansioso para que nuestra Patria sea el escenario de una “nueva locura”. También se inspiran en aquel slogan: “Paris se quema, se quema Paris”. Las películas de “ciencia ficción” tienen como fin hacernos ver una realidad que no existe pero que nosotros podemos imaginar cómo real. La psicología moderna nos explica como ellos manejan los montajes de escenas virtuales y lo enlazan con realidades sacadas de contexto y crean una realidad “ficticia” que nosotros la procesamos como “verdad”. Así nos hacen vivir en un “mundo virtual ficticio” que nos sitúa fuera de la realidad. Los “minúsculos grupos terroristas” (guarimberos) que por un mes seguido han estado “incendiando” buses, patrullas, barricadas, centros de alimentación y de salud en lugares muy puntuales del país con sus respectivas cámaras de películas a su alrededor, han hecho ver de forma “ficticia” que el “País” arde en llamas. Las escenas de los guarimberos han

sido sacadas en los medios de comunicación social cómplices para dar la sensación de que así está todo el país. Nosotros sabemos que eso es falso; aquí en Caracas la vida sigue en PAZ, gente en sus casas y en sus calles, los estudiantes en sus liceos y los niños en sus escuelas. Han tratado de “paralizar” el país infundiendo terror en los habitantes y colmar la paciencia del Pueblo pero han salido derrotados. Este Pueblo ha resistido y resistirá mucho más antes de claudicar de sus convencimientos. Ellos no quieren DIALOGO, ellos quieren el poder; me refiero a los violentos y terroristas anti democráticos y no a toda la oposición. Estamos ante una “guerra mediática virtual” donde todo se desvirtúa y nos hace creer que vivimos en un “caos social, político y económico. —es cierto que tenemos problemas serios a nivel del abastecimiento, la escases en los productos básicos, la inseguridad, la impunidad, la corrupción, etc. Pero de ahí a que “estemos pasando hambre y que no hay “libertad” va un gran trecho. Aquí hay “reales como loco” y demasiada libertad que roza con el “libertinaje” que no es lo mismo ni se escribe igual. El camino de la guerra, la guarimba, y las “candelitas” no es la solución; el camino es



Foto: la Radio del Sur

el DIÁLOGO EN PAZ para que seamos capaces de enriquecernos y aprender de nuestras diferencias sin seguir enfrentándonos; debemos ser HUMILDES y aceptar que nadie es poseedor de la verdad y que no tenemos derecho a “imponer” al otros nuestros principios y maneras de pensar.

Libertad para opinar lo que pensamos respetando ese derecho a los demás para así construir un país “sin llamas” con Justicia y Paz. Con todos y para el bien de todos. Amén. Basta de “ficciones”, que Hollywood haga sus “show” en otra parte.

Pablo Caricua 17/03/14

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



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



Lunchería y frescas charcuterías

Exquisita delicadeses
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

RIF.: J-31190687-8

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 tickets

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 *Campechino, 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
Crhomasystems, 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 Delicateses 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

Somos más los que queremos paz

Desde Cantv hacemos un llamado a todas y todos los venezolanos para fortalecer el espíritu de unidad, compromiso y solidaridad en cada rincón del país, ratificando nuestro deber de mantener comunicada la Patria que soñó Simón Bolívar.



**¡No nos sacarán
del sendero de la paz!**

www.cantv.com.ve

cantv
mueve la fibra nacional

RIF J-00124134-5