

"Si dejas salir
tus miedos,
tendrás más
espacio
para vivir tus
sueños".
Marilyn
Monroe



EL FARO

Universo de Opiniones

Edición N° 120

Febrero 2020

Año 13

3000 ejemplares

ISSN 2322-6188

Santa Rosa
de Cabal

Contribución
Vr. \$2.000

opiniones@periodicoelfaro.co

f Periódico EL FARO @periodicoelfarosrc

www.periodicoelfaro.co



Risaralda “Turismo con Sentimiento” Santa Rosa de Cabal presente en ANATO 2020

Con la presencia del Dr. Víctor Manuel Tamayo, gobernador del departamento, del alcalde Rodrigo Toro y con la coordinación de la Cámara de Comercio de Santa Rosa de Cabal, Risaralda se hizo presente en la Vitrina Turística

más importante de Latinoamérica, donde se promovió como destino a los 14 municipios de forma articulada, siendo Santa Rosa de Cabal protagonista de primer orden gracias a sus bondades paisajísticas, gastronómicas y al ca-

risma de su gente. El evento promovido por FONTUR, fue instalado por el presidente de la República Dr. Iván Duque Márquez, en el recinto de Corferias en Bogotá.

Ver pág. 4

E.S.E. Hospital San Vicente de Paúl Inauguró Obras de Optimización de Servicios

El Dr. Gabriel A. Grisales Giraldo, gerente de la institución, entregó a la comunidad las obras de mejoramiento de la infraestructura y adquisición de equipos, los cuales permitirán mejorar ostensiblemente los servicios integrales de salud a todos los santarrosanos.

El acto se realizó el 21 de febrero y contó con la presencia del señor alcalde Rodrigo Toro, autoridades del departamento, concejales, Asociación de Usuarios y ciudadanía. Con



recursos de la nación, el departamento y el municipio por un valor de \$4.167 millones se pudo realizar

tan importante gestión que viene desde la administración de Henry Arias.

Ver pág. 6

Escuela Apostólica – Inauguración Museo Eclesiástico



Con la asistencia del señor alcalde Rodrigo Toro, del director de Comfamiliar Risaralda Maurier Valencia, de los miembros de la Academia de Historia de Risaralda, altas personalidades de la región y santarrosanos, el presbítero Carlos Albeiro

Velásquez Bravo, director de la Apostólica, dio apertura al nuevo Museo Eclesiástico, un lugar que educa a través de los testigos mudos de la historia. Una propuesta cultural que engrandece a Santa Rosa de Cabal como destino turístico.



Mayor General Mario Augusto Valencia Valencia Agregado Militar en EE.UU

El Presidente de la República destinó al Mayor General Valencia en comisión diplomática como Agregado de Defensa a la Embajada de Colombia, ante el gobierno de los Estados Unidos de América, con sede en la ciudad de Washington, durante el lapso comprendido entre el 15 de febrero y el 29 de diciembre de 2020. Éxitos a este santarrosano en su nuevo cargo diplomático.



Cafetiemos



- El 21 de febrero, se realizó la inauguración obras de optimización y reforzamiento estructural del Hospital San Vicente de Paúl, una gestión adelantada por el gobierno anterior y el gerente Gabriel Grisales.
- Fue despejado de vehículos el parque de Santa Rosa de Cabal luciendo espacios coloridos que nos recuerdan el no parqueo para disfrutar de un sitio más amable y acogedor para propios y visitantes.
- Intervención de la carrera 14, una iniciativa de urbanismo táctico para mejorar el espacio público reduciendo el estacionamiento de vehículos, generando espacios más habitables.
- El alcalde Rodrigo Toro con su grupo de trabajo han estado recorriendo las veredas de Santa Rosa de Cabal, para escuchar los campesinos y construir una ruta de gobierno incluyente, participativa y ajustada a la realidad de las comunidades.
- En convenio con la alcaldía de Pereira el alcalde Rodrigo Toro logró mejorar las condiciones del paradero de buses en frente de supermercados Éxito.
- Habrán puntos de información turística tanto en el terminal de buses, como en el aeropuerto Matecaña, lo que conlleva a una gran difusión de nuestro destino.
- La Cámara de Comercio de Santa Rosa de Cabal en convenio con los organizadores de Anato y la Gobernación de Risaralda se encargó de la logística de participación de Risaralda en Corferias – Bogotá en la vitrina turística más grande de Colombia.
- Presidente de la República Iván Duque en la apertura de la versión 39 de la Vitrina Turística Anato 2020 destacó como prioridad del Gobierno Nacional la modernización y optimización de la infraestructura del turismo responsable en articulación con las regiones. El Gobernador de Risaralda y el
- Alcalde asumieron el compromiso de acompañar y gestionar esta estrategia nacional para posicionar el ecoturismo, la economía circular y defender la biodiversidad.
- El Departamento Nacional de Planeación, tiene presupuestados recursos por el orden de los 4.000 millones para estudios de factibilidad y diseños del Hospital Regional. Los dineros se consiguieron por la gestión conjunta de los Gobernadores Caldas, Quindío, Chocó y Risaralda; la banca de congresistas de la región y el apoyo del Contralor General de la República.
- Gracias al apoyo del sector privado y a las donaciones de decenas de ciudadanos que se unieron a la campaña “Todos a la Escuela”, se está llegando a los barrios más vulnerables, compartiendo con los niños, y apostándole a la única herramienta para superar la pobreza, la educación.

Empocabal - Alcaldía ARTE AL PARQUE



Parques embellecidos, limpios y para la familia

Con un acto artístico en el *hall* exterior del Palacio Municipal fue lanzado el programa Arte al Parque con el que Empocabal y la Alcaldía buscan mejorar y cambiar la cara de los parques de Santa Rosa de Cabal y además llevar oferta cultural a todos los ciudadanos.

Arte al Parque es la estrategia con la que la que Empocabal en convenio con la Alcaldía Municipal esta embelleciendo, mejorando y generando apropiación en los parques del municipio.

La apuesta de la nueva administración municipal es recuperar y transformar los espacios urbanos para que los ciudada-

nos puedan disfrutar de ellos en familia, por lo que personal de la empresa Empocabal viene realizando labores

de embellecimiento, poda, pintura, limpieza, mantenimiento de juegos infantiles, entre otras acciones.



A este programa de recuperación se suma la estrategia de oferta cultural, para los santarrosanos, música, teatro, danza, fotografía serán llevados a los diferentes parques de la ciudad para que los ciudadanos puedan disfrutar del arte en familia y amigos.





PINTURAS ARCO IRIS BL

La Alegría del Color!
SERVICIO A DOMICILIO GRATIS

Cra. 13 N° 15-20 Tel. 365 7970 312 8501304

¡Embellendiendo el progreso de Santa Rosa de Cabal y su gente!



PARADOR LOS PAISAS

LO MEJOR EN LA COMIDA PAISA

VEN A DISFRUTAR DE NUESTRA DELICIOSA COMIDA TÍPICA
COMIDA PAISA Y CON UNA BUENA ATENCIÓN



LA NUEVA VÍA A CHINCHINA A 200 METROS
ANTES DEL PEJE TARAPACA
TELS: 322 276 2003-313 6486334

ATENDEMOS TODA CLASE DE EVENTOS SOCIALES



Fonda Mi Tierra

Restaurante / bar



WILMAR ARANGO G.
ADMINISTRADOR

Info y reservas **311 748 4976** Visítanos **KM 3 VÍA TERMALES**



EL BODEGON

CARRERA 14 No. 26-02 ESQUINA, SANTA ROSA DE C.

Domicilios: 364 1560 - 314 852 5338



ChORIZADAS

Chorizo 100% Santarrosano

Km. 2 vía Termales
Tel 3634878 - 315 5900445
Santa Rosa de Cabal



Zen Zación

ALMACÉN

Moda al mejor precio

Solicite su CRÉDITO, es muy fácil!

Calle 14 No.14-18
Tel (6) 365 9240 · SANTA ROSA DE CABAL



PIQUETEADERO Y RESTAURANTE DON LOLO

ASADOS AL CARBÓN - PLATOS CUBANOS
COMIDA TÍPICA DE LA REGIÓN
CHORIZO SANTARROSANO
ESPECIALIDAD EN TRUCHAS
SANCOCHO EN LEÑA

Cels: 316 886 1227- 314 382 6765

KTRO.5 VÍA ECOTERMALES SAN VICENTE

AVÍCOLA SANTA ANA

KILOMETRO 3
Vía termales Santa Rosa de Cabal

CELULAR 3187117486

Huevos al por mayor y al detal
Gallinaza seca y molida



Quitamos el Dolor Sin Cirugía Quiropráctico Jorge Barón

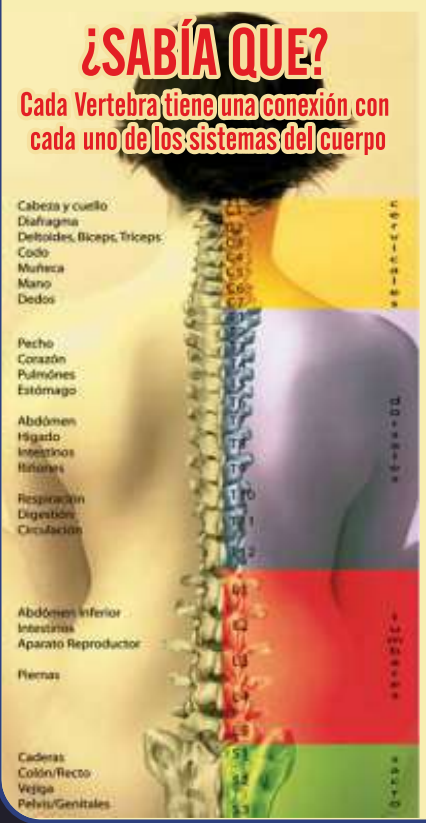
Alineación de columna
Hernia Discal
Nervio Ciático
Tensión Muscular
Calambres
Venas Varices
Dolor de Cabeza y Migraña
Terapia Anti-stress
Electroacupuntura

SANTA ROSA DE CABAL
Cra 14 # 10-14

315 3205483

¿SABÍA QUE?

Cada Vertebra tiene una conexión con cada uno de los sistemas del cuerpo



- Cabeza y cuello
- Diaphragma
- Deltoides, Biceps, Tríceps
- Codo
- Muñeca
- Mano
- Dedos
- Pecho
- Corazón
- Pulmónes
- Estómago
- Abdomen
- Hígado
- Intestinos
- Riñones
- Respiración
- Digestión
- Circulación
- Abdomen inferior
- Intestinos
- Aparato Reproductor
- Piernas
- Caderas
- Colón/Recto
- Vejiga
- Pelvis/Genitales



ALMACEN EL PINTOR

GRANITOS - GRANIPLAST - SICOPLAST
TODO LO RELACIONADO CON LA PINTURA
EN LAS MEJORES MARCAS
ALQUILER DE ANDAMIOS

SERVICIO A DOMICILIO

Cra. 12 No 15 - 61 Tel.: 364 5518 Cel.: 312 7877706 - Sta. Rosa de C.





FAMA LA 27

Carne Calidad Extra

SERVICIO A DOMICILIO
365 8951

DIRECCIÓN
Cr 14 # 27-01



Con la coordinación de la Cámara de Comercio de Santa Rosa de Cabal mediante convenio de operación y logística con la gobernación de Risaralda, su director ejecutivo Cristian Marcel Londoño y su equipo de trabajo presentaron con lujo de detalles el stand turístico del departamento. El evento se llevó a cabo del 26 al 28 de febrero en Corferias (Bogotá). Allí, Santa Rosa de Cabal hizo presencia como parte de los 14 municipios de Risaralda y dio a conocer su gama turística a nivel nacional e internacional, convirtiéndose en la “joya de la corona”, como referente, gracias a sus cualidades paisajísticas únicas que incluyen sus aguas termales, su gastronomía con el chorizo santarrosano como plato típico del departamento; además de la variada propuesta de cafés temáticos especiales, fincas de descanso, turismo religioso, avistamiento de aves, senderismo, nuestra plaza de mercado “Los Fundadores”, entre otros. El evento resultó todo un éxito y contó con la alianza **Departamento de Risaralda – Alcaldía de Santa Rosa de Cabal - FONTUR y Cámara de Comercio** como operador.

El alcalde, Rodrigo Toro refiriéndose a nuestra tierra como destino manifestó: “*Tenemos grandes fortalezas en el turismo de naturaleza y termalismo, pero también somos pioneros en el turismo del Paisaje Cultural Cafetero, aquí, por ejemplo, los turistas pueden ver todo el proceso que se lleva a cabo para obtener una taza de café.*”

Empresarios santarrosanos como Hotel y Centro de Eventos Finca del Café, Asoturismo, Termatours con su aplicación Vamos Pal Eje, Hotel Hacienda Santa Clara, Organización Don Julio, Termales Santa Rosa y el Hotel Bariloche se hicieron presentes en esta 39 edición de la Vitrina Turística de ANATO, dando un parte de satisfacción y posicionando el nombre de Santa Rosa de Cabal a nivel nacional e internacional.

RISARALDA UN DESTINO LLENO DE VIDA

Cinco nuevas rutas turísticas de Risaralda, fueron promovidas en la Vitrina ANATO 2020, donde el departamento participó con 30 operadores y 25 expositores, quienes vendieron el destino, destacando 90 actividades como aviturismo, agroturismo, senderismo, cultura, gastronomía, salud y bienestar, turismo de reuniones, aventura y ecoturismo.

Turismo con sentimiento Risaralda y Santa Rosa de Cabal presentes en ANATO 2020



Risaralda un destino lleno de vida, que se mostró en ANATO junto a los 14 municipios articulados desde la gobernación, por directriz expresa del Dr. Víctor Manuel Tamayo Vargas con el lema “Turismo con Sentimiento”. Cafés especiales, aves endémicas, biodiversidad, etnias hicieron presencia en esta vitrina para darlos a conocer con una oferta integral, haciendo más atractivo al departamento verde como destino de toda Colombia y a nivel mundial. Políticas afines al Plan de Desarrollo “Risaralda Sentimiento de Todos”.



Organización Don Julio
presente en ANATO



Los ingenieros Julio César González y Daniela González, padre e hija, hacen presencia en la vitrina turística de ANATO, en la ciudad de Bogotá, en el hermoso stand de Risaralda a nombre de la importante organización Don Julio de Santa Rosa de Cabal. Ellos llevan la representatividad de sus productos: Restaurante, Fábrica de Chorizos, Procesadora de Café, Cascaricafé, Ruta de los Sentidos y Salón de Eventos. Todo bajo la sombrilla de la marca Don Julio. Santa Rosa se engrandece con la presencia de nuestros empresarios en ANATO.

Finca del Café
Círculo de Experiencias – ANATO 2020



Luz Nelly Díaz Giraldo continúa destacándose como una de las empresarias más activas de Santa Rosa de Cabal en el contexto internacional. En esta ocasión participando de la vitrina de ANATO 2020 en Bogotá tuvo la oportunidad de posicionar aún más el Centro de Eventos Mirador del Café y su propuesta rural Hotel del Café. Presencia de nuestra tierra en el mundo.

App Vamos pa'l Eje
Factor de promoción turística en la vitrina de ANATO

Termatours con el liderazgo de Sandra Badillo se hizo presente con su grupo de trabajo en el stand de Risaralda en Bogotá con motivo de la feria turística ANATO 2020.

La **App Vamos pa'l Eje** fue seleccionada como invitada especial, ya que reúne todos los requisitos exigidos por la ley y el gremio bajo la operación de **Termatours**.



Reserva Natural Termales San Vicente
Celebró sus Bodas de Plata

Con una gala que incluyó presentación artística, cena, pasabocas y una magistral conferencia sobre las bondades del agua mineral a cargo de su gerente emérito don Lisbo Justo Serna, que contó además con la asistencia de invitados especiales, Termales de San Vicente celebró sus 25 años de actividad turística promoviendo el desarrollo del termalismo en la región a través de sus fuentes de agua termal, la hidroterapia y spa naturales, generando progreso y desarrollo en Santa Rosa de Cabal, promocionando nuestro municipio como destino turístico de bienestar ante la comunidad internacional. La ocupación de mano de obra local se constituye en un factor diferenciador, es así como anterior a esta celebración la empresa realizó una integración con todos sus empleados. Periódico EL FARO se hace partícipe de estos festejos deseándole éxitos a Termales de San Vicente a través de las políticas de mejoramiento continuo donde se integra al común de la población.



ATENCIÓN

NOS TRASLADAMOS

A partir del

24
Marzo

lo atenderemos en la Carrera 13 N° 18-46



NUEVAS INSTALACIONES

AMPLIAS, COMODAS Y MODERNAS



Cientos de productos
de excelente calidad



Autoservicio para
mayor comodidad

Una MONTAÑA de
posibilidades para
construir, pintar,
decorar y remodelar



Canaima
La Montaña

El amigo de tu obra

¡SEGUIMOS
INNOVANDO!

6 3641375

317 288 2400

ferreteriacanaimalamontana
www.almacencanaima.com



Gerente Gabriel Antonio Grisales
Entregó un positivo balance de gestión



Con el proyecto de “Optimización funcional y estructural de la infraestructura hospitalaria existente”, el Dr. Gabriel Grisales presenta a la comunidad santarrosana los avances logrados durante su gestión al frente de los destinos de la institución de salud pública a su cargo.

La E.S.E. Hospital San Vicente de Paúl de Santa Rosa de Cabal, ha sido el primer hospital del departamento de Risaralda en terminar las obras de infraestructura en mención. Dentro de las políticas institucionales está el contar con personal idóneo y calificado que presta servicios humanizados a toda la población y unos espacios modernos y cómodos que le garanticen a la comunidad en general, la seguridad en la atención en los

servicios en salud. La E.S.E. terminó las obras de infraestructura, donde se intervinieron 1.590 metros cuadrados y se amplía su capacidad física en 11 modernos consultorios médicos, 7 unidades de odontología e higiene oral, mejoramiento y ampliación de los servicios de laboratorio clínico, imagenología, farmacia, mantenimiento, archivo y bienestar laboral. Con estas obras el Hospital mejora su capacidad instalada en un 40% en consultorios médicos y en la prestación de servicios para toma

de ecografías e imágenes diagnósticas en un sitio confortable que cumple con todos los estándares de calidad. Además con la ampliación del servicio de laboratorio clínico, la E.S.E adquirió equipos de alta tecnología que permiten optimizar los procesos, mejorar la producción y ampliar el portafolio de servicios con unas tarifas asequibles, para que nuestra población no se tenga que desplazar a otras ciudades.

RECURSOS GESTIONADOS E INVERTIDOS EN EL PROYECTO

COOPERANTES EN EL PROYECTO	VALOR
Recursos Ministerio de Salud y la Protección Social	\$ 2.920.000.000,00
Recursos Hospital	\$ 97.117.394,64
Recursos Municipio 2019	\$ 550.000.000,00
Recursos Gobernación de Risaralda 2019	\$ 600.000.000,00
TOTAL GENERAL	\$ 4.167.117.394,64

NUEVA PLANTA ELÉCTRICA EN LA ESE HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL DE SANTA ROSA DE CABAL:

Debido a la obsolescencia de la planta que tenía más de 30 años, se adquirió una planta eléctrica moderna, con capacidad de 100 Kva y especificaciones técnicas que satisfacen las necesidades de la institución.

UNIDAD MÓVIL Y AMBULANCIA QUE CONTRIBUYEN A UNA MEJOR PRESTACIÓN DEL SERVICIO:

Para la vigencia 2017-2018, se gestionó una unidad móvil y una ambulancia a través del departamento de Risaralda, lo que facilitó el acercamiento del equipo de salud a sectores accesibles del área rural (veredas) del municipio de Santa Rosa de Cabal y mejoró la calidad y seguridad en el traslado de pacientes a otros municipios.

INFORME DE PROYECTOS EJECUTADOS VIGENCIAS 2016 – 2020
ESE HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL

Durante la vigencia 2016-2019, la E.S.E. Hospital San Vicente de Paúl de Santa Rosa de Cabal, bajo el liderazgo del gerente Gabriel Antonio Grisales Giraldo, presentó, en beneficio de la entidad, 21 proyectos por un valor de \$29.397.844.452,93, de los cuales 6 fueron ejecutados alcanzando un valor \$6.748.897.157,64; los restantes 15, se encuentran formulados por un estimado de \$22.648.947.295,29.

PROYECTOS EJECUTADOS VIGENCIA 2016-2019	VALOR ASIGNADO
Mejorar el acceso a los servicios de consulta Externa de la E.S.E. Hospital San Vicente de Paúl de Santa Rosa de Cabal.	\$ 4.167.117.394,64
Mejoramiento del sistema de información de la E.S.E tanto en software como Hardware	\$ 1.800.000.000,00
Adquisición planta eléctrica en la ESE Hospital San Vicente de Paúl de Santa Rosa en el Departamento de Risaralda	\$ 108.000.000,00
Dotación de elementos requeridos para la estimulación adecuada de niños de 0 a 5 años de la población de Santa Rosa de Cabal	\$ 180.564.000,00
Contratar con la Secretaria de Salud Municipal el plan de Intervenciones colectivas para la vigencia 2019	\$ 391.854.578,00
Contratar con la Secretaria de Salud Departamental el plan de Intervenciones colectivas para la vigencia 2019	\$ 101.361.185,00

PROYECTO MEJORAMIENTO DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN DE LA E.S.E, SOFTWARE COMO HARDWARE POR VALOR DE \$1,800 MILLONES:

- Componentes:
- 77 Equipos de escritorio
- 1 Servidor
- 7 Portátiles
- Licenciamiento para S.O del servidor
- 16 Licencias de Office Profesional
- Licenciamientos motores de base de datos SQL Server.
- Implantación de 21 módulos del Software Integral Dinámica Gerencial Hospitalaria.
- Actualización de la Red de Datos a categoría 7ª.
- Soporte técnico de mantenimiento preventivo y correctivo por 3 años
- Licenciamiento sistema antivirus.



ODONTOLOGÍA



IMAGENOLOGÍA

Maestro Armando García Inmersión Virtual en 360°



A primera vista se observa un ser humano sentado frente a una gran pantalla de televisión de última generación.

Por Ramiro Osorio J.

Lo particular del asunto consiste en que su rostro esta semi-cubierto por un inmenso antifaz, aparentemente podría decirse unos binoculares o tal vez unas gafas inmensas. Pero ahí no termina todo, por el contrario, llama la atención que ambas manos sostienen controles que calzan perfectamente entra sus palmas y sus dedos, manipulando los botones instalados en cada uno, mas lo sorprendente había iniciado desde el primer contacto visual porque sus brazos se mueven de forma irracional, interactuando con la nada, algo difícil de entender para el observador desprevenido que asemeja estos movimientos como el de un autómatas o de un robot humano ya entrado en la locura, o a don Quijote en Campo de Cromptana bañándose ante los gigantes guerreros que en realidad eran molinos de viento.

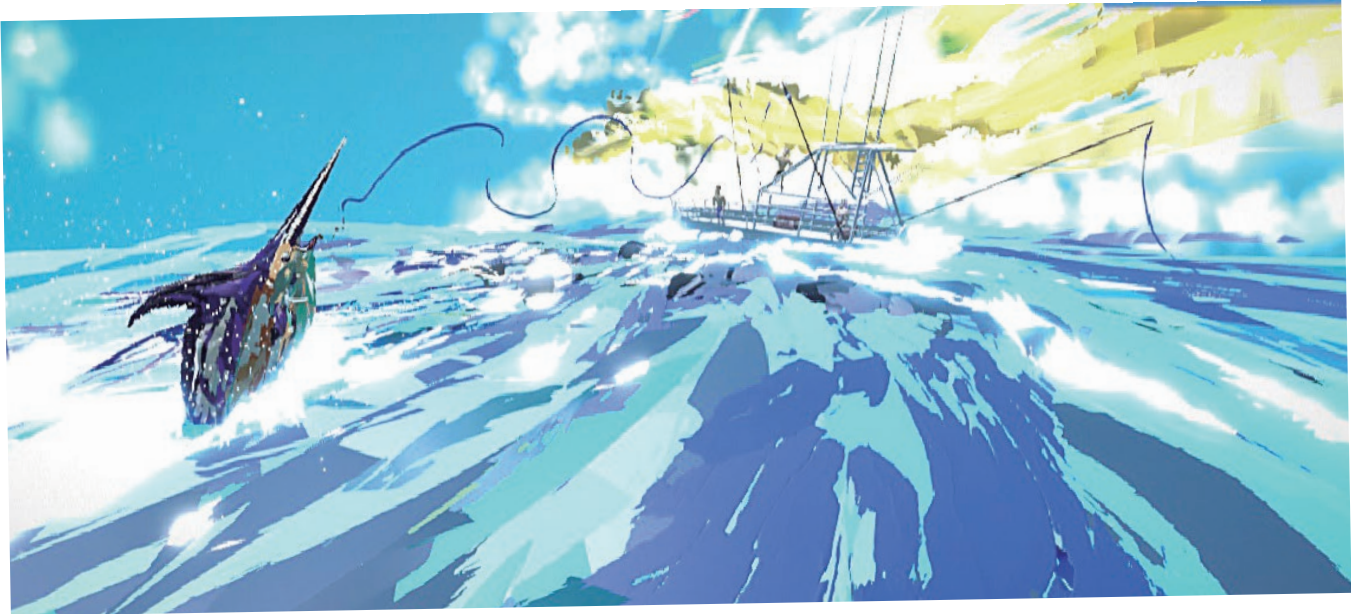
Recibir la explicación, estar atento a la primera experiencia, calarse las gafas, tomar los lentes y comenzar a visualizar una imagen en 3D que gira, que se aleja, se reduce o se aumenta, admirar el paisaje, inmiscuirse en él, disfrutar del movimiento, del color y ser protagonista, ya no solo es cosa de locos, es estar inmerso en una verdadera obra de arte, un mundo paralelo y ser actor; es disfrutar del futuro en vivo y en directo, con la increíble sensación que produce un encuentro imposible de haberlo vivido antes, ni siquiera algo que se le parezca, “es irrealmente increíble”, una experiencia necesaria para el público que quiere entender esta



novedosa propuesta, como en este caso, este humilde servidor para poder redactar esta crónica.
El hombre observado es el maestro Armando García Ramírez, el profe, el pintor, el escritor, el mismo que con su plástica ha ido evolucionando, pasando del realismo de paisajes, figuras con pincel o con espátula, acuarelas, oleos, acrílicos y lienzos al “Arte Digital” para elaborar sus obras en un computador, una tablet o un teléfono móvil e imprimirlas en espectaculares lienzo grafías, dándole paso al surrealismo y a la cromática aventura de la combinación, sin dejar de lado la estética y acentuando la belleza de sus obras que siempre han deslumbrado a un público expectante que visita su “Galería García” en el barro Villa Diana de Santa Rosa de Cabal, que ha tenido la oportunidad de verlas expuestas en varios eventos y experiencias artísticas a lo largo y ancho del país, e incluso

en New York, Miami o Texas. Murales y altos relieves también figuran en el palmarés plástico del recorrido artístico de Armando, el mismo que ahora da el salto al infinito para satisfacer su curiosidad y llegar al culmen de la creatividad artística en el insondable universo de las opciones que brinda la “Realidad Virtual”. Una verdadera revolución artística de vanguardia que encarna la rusa Anna Zhilyaeva y que el maestro García supo descubrir para estudiarla, ampliar su propuesta, perfeccionarla, hasta convertirse hoy por hoy en el pionero de este género en Colombia y uno de los pocos que la están haciendo en América Latina, construyendo mundos paralelos, impresionantes obras interactivas que en síntesis proyecta una pantalla de TV gracias a la conexión remota de las gafas VR y los controles con un programa llamado Plataforma Poly de Google, que le proporciona digitalmente

paleta, pinceles, borradores, espejos y multiplicadores, además del inacabado mundo del color. Pintar y crear sin ensuciarse las manos. Una inmersión artística total en 360 grados de realidad virtual.
Amplíemos los elementos tecnológicos para entender un poco más esta loca aventura artística, que ya comienza a desplazar las formas tradicionales del arte y se prepara para conquistar el mundo y monetizar sus creaciones: diapositivas con HDM, gafas de realidad virtual como Oculus Rift, HTC Vive, programadas como Tik Brush, Kingspray, PaintLab, MasterpieceVR y obviamente un PC de última generación.
En conclusión, adelantándose al futuro Armando García crea obras de arte en movimiento, una experiencia sensorial que pronto se masificará a través del perfeccionamiento y la minimalización de los accesorios para crear gigantes en un universo de ensoñación.



Gracias maestro García por atreverse. Nuestros más sinceros deseos de éxito para obtener muchas conquistas reales en este mundo disruptivo y virtual. ¡Bienvenido al futuro!

GALERÍA DE ARTE CONTEMPORÁNEO



El Concejo Municipal recupera la confianza

Al inicio del mes de febrero el Concejo de Santa Rosa de Cabal dio inicio a las sesiones ordinarias bajo el liderazgo de Carlos Montes como presidente, César Franco como I vicepresidente y Daniel Henao como II vicepresidente.

Durante estos días los diferentes Secretarios de Despacho, funcionarios e Instituciones invitadas han rendido informe de empalme que corresponde a la gestión realizada en la Administración saliente y el plan de trabajo para los primeros días de la actual Administración.

Después de escuchar a casi todos los funcionarios el balance general no ha sido positivo, por ejemplo, entre las intervenciones que ha preocupado a la Corporación ha sido los estados financieros de Empocabal y las 37 cuentas embargadas al Municipio por una suma cercana a los mil millones de pesos, según el actual Secretario de Hacienda. Otro de los temas que han sido prioridad para el "Gobierno del Cambio" ha sido el medio ambiente y la educación, donde varios concejales expresaron la preocupación sobre los pre-



dios de propiedad del municipio, las cuencas que no están siendo vigiladas ni preservadas por ninguna entidad, la recolección de basuras, especialmente en las veredas y la falta de presencia y apoyo a los procesos ambientales como el POMCA y la revisión del Plan de Ordenamiento Territorial por parte de la CARDER.

Por su parte, los Concejales plantearon varias preguntas referentes a la educación y las condiciones de la infraestructura de las sedes, la ejecución de los programas de alimentación, la atención y prevención psicosocial y los planes de atención a los estudiantes, tras varias problemáticas sociales que

están afectando los niños, niñas y adolescentes, repercutiendo en su salud mental y llevándolos a tomar decisiones no acertadas para su proyecto de vida, o peor aún, al suicidio. El presidente del Concejo Municipal Carlos Montes entregó la siguiente conclusión al terminar esta sesión: *"esta generación es mucho más frágil ante los problemas. Debemos identificar qué estamos haciendo mal como sociedad, qué necesitan los jóvenes y por qué están tomando esas decisiones. Nuestro objetivo es incidir en el plan de desarrollo para que todos los actores educativos tengan las herramientas para ayudar a los estudiantes"*.

También es de resaltar que en el recinto de la democracia también se conocieron noticias positivas, como que la Administración anterior entregó el municipio con cero deuda pública, que el Hospital San Vicente de Paúl inauguró las nuevas instalaciones para atender consulta externa, odontología, sala de Rayos x, y la labor en el sector agropecuario por parte de la asistencia técnica y apoyo a la comunidad campesina.

Por último, los Concejales de Santa Rosa de Cabal invitan a toda la comunidad a participar de manera activa en las sesiones de la Corporación y hacer parte del CAMBIO porque el "Concejo Municipal Recupera la Confianza".

Concejal Juan Manuel Martín Presidente de la Comisión del Plan

El concejal de EducandoAndo Juan Manuel Martín Ocampo fue elegido como presidente de la comisión tercera del concejo de Santa Rosa de Cabal, la cual será la encargada de hacer seguimiento, debate y aprobación al Plan de Desarrollo Municipal. "Hemos venido trabajando fuertemente en la construcción del Plan de Desarrollo aportando nuestras ideas, propuestas e iniciativas; pero también escuchando el sentir de las comunidades. Donde esperamos que nuestro alcalde municipal plasme en este Plan de Desarrollo las necesidades, sueños y anhelos para los próximos 4 años de todos los santarrosanos" aseguró el concejal.



Carnicería



El pabellón de carnes de la plaza de mercado cumple con todas las normas sanitarias. Carnicería Quiceno ofrece la mejor carne de calidad y selección del mejor ganado. La plaza de mercado Los Fundadores, continúa con la política de mejoramiento permanente ya que además de ser un centro de provisión de la canasta familiar, se constituye también en un referente turístico de nuestra ciudad.

Supermercados La Economía

Entregó automóvil Kia Picanto 2020

Con la presencia del presidente ejecutivo de la Cámara de Comercio de Santa Rosa de Cabal, Cristian Londoño, del secretario de gobierno Harold Andrés Vélez y los directivos de la empresa, quienes en conjunto auditaron y garantizaron la transparencia del proceso del sorteo, el cual fue transmitido en directo por las redes sociales de Supermercados La Economía y de Periódico EL FARO, incentivando a

los seguidores a través de la entrega de regalos.

Como la gran ganadora de este fabuloso vehículo resultó favorecida la profesora Lucy Zapata Alarcón, quien minutos después del sorteo se hizo presente en las instalaciones de Supermercados La Economía para recibir las llaves del automóvil Kia picanto 2020 0km. Un gran evento por y para los santarrosanos cargado de premios, música y sorpresas.



En foto el Sr. Vladimir Cañas representante de Supermercados La Economía y la feliz ganadora del automóvil cero kilómetros Lucy Zapata Alarcón el día 19 de febrero del presente año.



Fotos: Juan Camilo Aguirre G.

Carlos Garzón, Especial para EL FARO

A 15 kilómetros de las cerca de 10 bases instaladas, de cualquier centro poblado y por ende de cualquier otro ser humano, en un paraje tan inhóspito como agresivo para el ojo que no está habituado a semejante inmensidad y majestuosidad, y con temperaturas que rondan y traspasan los cero grados centígrados, las huellas en hilera de un joven solitario van quedando estampadas en el suelo blanquecino del paisaje antártico, en un continente lejano que dista algo más de 7500 kilómetros de Santa Rosa de Cabal, y que es considerado la reserva de agua más grande y el mayor depósito de recursos naturales del planeta azul. Allí, cámara en mano en busca de buenas tomas e instantáneas, y con pensamientos cruzados e interrogantes inquietantes de cómo contar con su Canon lo que un ser humano puede apreciar y experimentar, ver y vivir en ese momento solitario y único en la Antártida, deambuló el pasado mes de enero, entre el 20 y el 25, el santarrosano Juan Camilo Aguirre Garzón, al tiempo que hacía su trabajo como realizador y productor del periodista colombiano Federico Benítez, para la nota que emitió el programa Los Informantes, del canal Caracol, el pasado 16 de febrero, titulada El Fin del mundo, que puede ser vista en youtube en el canal Los Informantes capítulo 306 - Canal Caracol.

Toda esta aventura, de la que hace parte menos del 1% de la población mundial que puede afirmar haber estado en el continente que no tiene sur y donde todo queda al norte, comenzó desde el pasado 20 de



diciembre, cuando la Fuerza Aérea Colombiana (FAC) les notificó a los dos periodistas que sus nombres habían sido incluidos para conformar la expedición 2020 a la Antártida, junto con otras 38 personas, 19 de tripulación y 17 científicos, y que el país viene llevando a cabo anualmente al continente blanco, como resultado de la inclusión de Colombia en el Tratado de Madrid (1989), y que para el presente año es la sexta (cuarta de la FAC), cuyo propósito es adelantar investigaciones de interés para la humanidad, especialmente en cuanto a mapeo continental, fenómenos climáticos y sobre las especies vivas que habitan el lugar más remoto y extremo del planeta.

Sobre la experiencia, Juan Camilo le contó a El Faro, que el continente austral es considerado tierra de nadie, pero a la vez tierra de todos, condición que lo convierte en una especie de santuario muy organizado, en un ejemplo de sociedad y colectividad, con normas de comportamiento humano superiores, porque allí prima el respeto por el entorno, lo que conduce a que quienes allí arriban o habitan, deben

cuidar y conservar los recursos del continente (no existe la pesca, la caza o el uso de vegetales ni árboles de la región), por lo que todas las provisiones deben ser llevadas y las basuras retiradas del sitio, por citar solo un ejemplo del orden social que allí impera. Igualmente, todos los que pisan suelo antártico, tienen el compromiso, más que la obligación, de ayudar y velar sin distinción por el bienestar de los demás, algo impensable en otras latitudes y sociedades del mundo.

Juan Camilo Aguirre Garzón es un comunicador social y periodista santarrosano egresado de la Universidad Católica de Pereira y candidato a Magister de la Universidad de Caldas (Manizales) en Diseño y creación interactiva, que trabaja actualmente para el canal Caracol, desde hace 17 meses, como productor para el programa Los Informantes, tras haber pasado por Telecafé (2 años y medio) y por Señal Colombia (7 meses). Es un joven que gusta del montañismo y del buen café, con una amplia trayectoria y una magnífica hoja de vida en materia audiovisual y periodística.

La vivencia única de ir a la An-



tártica, afirma Juan Camilo, lo abstraído, empujándolo a un encuentro obligado consigo mismo durante los dos días que anduvo en solitario por las tierras más australes, porque es ineludible que la vastedad y belleza de esta aislada región, que es mucho más que un descomunal trozo de hielo blanco y tierras desprovistas ya de nieve a causa del calentamiento global, ubica perentoriamente al hombre, sin más, en la verdadera dimensión de fragilidad e infinidad que representa la presencia humana en medio de tanta inmensidad y gigantéz. A su regreso, solo anhela retornar al continente blanco en temporada invernal, para vivir allí otra gran y grata experiencia de vida que le reafirme su probada humildad, heredada quizá de su abuelo, el ilustre educador santarrosano Hernando Garzón Arroyave.



EDITORIAL

Organización EL FARO

Llegamos a la edición 120

con una propuesta innovadora

Por:
Miguel
Guevara



Editorialista invitado

Comenzamos a transitar el cambio hacia un periódico multimedia, para el disfrute de todos ustedes y llegar cada día a mayor número de personas a nivel mundial. Planteamos continuar con la presencia en la emisora Antena de los Andes con el *Magazín El Faro al Mediodía*, semanalmente y a corto plazo, crear otro espacio permanente de entrevistas a personajes de gran relevancia y actualidad para la región, por Facebook Live. Para ambos programas de la radio y el nuevo espacio en Facebook Live, ponemos a disposición puntos de publicidad permanentes.

Contamos con un nuevo y más completo portafolio de productos y servicios. Para esto ya estamos en el proceso de consolidación del equipo humano de alto desempeño, para continuar, ampliar, profundizar y expandir, lo realizado hasta ahora. Con las ediciones físicas del mensuario, estamos incluyendo nuevos tópicos de interés para la región, con una imagen renovada, fresca de vanguardia.

En cuanto a la presencia en las redes sociales Facebook e Instagram, hemos tenido un avance sostenido en los últimos 6 meses, con más de tres mil segui-

dores, publicaciones diarias y en vivos con gran cantidad de visualizaciones de hasta treinta mil en algunos casos, en crecimiento, con aumento permanente de comunidad online activa, del *engagement*. En esta nueva etapa, planteamos la consolidación de la presencia en redes sociales, creciendo en formatos, contenidos, publicaciones, seguidores, fans y fidelización de clientes. Desde ya ponemos a disposición de los empresarios y e instituciones públicas, nuestro servicio de divulgación por las redes, además de un nuevo servicio de gestión y administración de redes sociales para nuevos clientes, para lo cual le ofrecemos nuestro personal con gran entrenamiento en redacción, diseño, publicidad, evaluación de mercado, estilo, entre otros, de manera que su organización haga parte del creciente número de personas, emprendimientos, empresas, e instituciones, que contratan y muestran su satisfacción con nuestro servicio *freelance* de gestión y administración de redes sociales. Otro componente importante es la concreción de modernos entornos web, haciendo énfasis en diferentes campos como el sociopolítico, cultural, educativo, deportivo, de emprendimien-

tos, empresariales, institucionales, turismo, desarrollo humano sostenible, entre otros, siempre con la firme convicción de seguir cultivando una línea editorial que contribuya a resaltar los aspectos positivos de la región y el país.

Tenemos a su disposición un amplio portafolio de programas de asesoría, consultoría, proyectos, capacitación y entrenamientos académicos de diversa índole entre otras áreas seguridad y salud en el trabajo, gestión del riesgos, emergencias y desastres, salud, bienestar, gestión de proyectos, terapia de la conducta, *coaching*, crecimiento y desarrollo personal y organizacional, desarrollo comunitario. Estos programas se pueden realizar in *company*.

Una de las propuestas a desarrollar a mediano plazo por la Organización EL FARO, está enmarcada en cubrir una necesidad de la región de una editorial para el desarrollo de documentos y libros físicos y digitales para entornos virtuales, con el fin de enaltecer la cantidad importante de obras literarias que se fraguan en nuestra zona. Igualmente vincularnos con una línea de negocios en materia de *Marketing* y publicidad digital.

Apreciados anunciantes, usuarios, clientes institucionales y empresas públicas y pri-



Fundado en Santa Rosa de Cabal
el 21 de Diciembre de 2006

DIRECTOR
Ramiro A. Osorio Jaramillo
Tarjeta 2064 - Periodistas Asociados
de Colombia

JEFE DE EDICIÓN
Lida María Galeano S.

CONSEJO EDITORIAL
Maritza Rubiano G.
Lida María Galeano S.
Airamig Guevara A.
Ramiro A. Osorio J.

COLABORADORES
Hugo Toro Ocampo
José A. Hernández A.
Jesús Eduardo García T.

DIAGRAMACIÓN
Maritza Rubiano Gil
maritzareg_68@hotmail.com

Edificio Mirador del Parque of. 106
Carrera 15 Calle 12 esquina
Santa Rosa de Cabal, Risaralda

Tels. 314 672 8590 - 310 513 6369
opiniones@periodicoelfaro.co
periodicoelfarosantarosa@gmail.com

www.periodicoelfaro.co

Las opiniones, comentarios y expresiones, escritos o gráficos, contenidos en El Faro, son responsabilidad exclusiva de su autor, columnista, aportante o de quien lo firma, y no representa necesariamente el pensamiento del periódico.

vadas: queremos compartir con ustedes la alegría de transitar hacia una organización de gran nivel de compromiso y seriedad en pro de nuestra región.

Aires de Libertad

La prostitución mental no tiene género, ni todo es a cambio de beneficios económicos, también de satisfacción, de poder, de control, de henchir el ego. No ser fiel a ciertos principios que mantienen la armonía y el respeto entre la humanidad hace que haya fricción, incomodidad y descontento. Los antivalores como la deshonestidad, la intolerancia, la traición, la injusticia, la irresponsabilidad, la indiferencia; entre muchos otros; son producto de ese razonamiento erróneo de pensar y hacer la propia voluntad, de poner en función las propias reglas o peor aún creer que se puede vivir sin ellas. A estos individuos les llamamos “desadaptados sociales”, peor aun, los que se consideran más ilustrados tienden a caer en este error eludiendo la praxis del orden.

La influencia de los medios es evidente. Películas donde sobrecorren los tiroteos, la muerte, los vicios, el sexo desmedido, la vida loca, los viajes y los lujos.

Los videojuegos donde el manejo de las armas es algo natural y el gran victorioso es quien sepa sortear cada uno de los retos para pasar a otro nivel. Las redes sociales que nos conectan con el mundo y hacen vivir globalmente porque la influencia de otras culturas es palpable; nos mantienen en comunicación constante y desinhibe por cuanto no se enfrenta presencialmente; en apariencia todo es perfecto, porque solo se comparte lo suntuoso, lo más bonito, lo más sexi, bajo la utilización de las herramientas virtuales que embellecen, adelgazan, maquillan, disimulan las imperfecciones. Todo esto nos da a entender que no hay sino un tanto por ciento de realidad, lo demás es puro cuento. Llegando al punto de la dependencia de un “me gusta” y... estamos locos, Lucas!. La gente anda como borrego.

El ser humano viene siendo preso de sus creencias religiosas, que además le restringen realizar diferentes actividades por no

ir acorde con sus principios doctrinales; preso de sus compromisos laborales, de sus actividades ludopáticas, del ejercicio físico compulsivo, de la apariencia que debe mantener ante la sociedad, preso del sexo, de la moda, de la tecnología, de la rabia, del amor, de la amargura, del dolor intenso, de la política, del alcohol, de las drogas, del tiempo, de la enfermedad, de la incertidumbre, de sus ideas chovinistas, entre muchos otros. Prisiones oscuras, las sin salida, las del caos, las del sin sabor, de líneas interminables... malestar continuo, apego constante. Encarcelados, castrados mentales, expertos en meter la pata... “catrascas”.

Asumir la emancipación, recuperar nuestra autonomía, nuestra autoridad y autocontrol de todos los asuntos es la salida, volver a nuestra naturaleza, a disfrutar la vida, a asumir nuestros propios retos sin depender de un “cigarro”; entender que todo lo anterior estará allí, que los problemas

Por: Lida
María
Galeano S.



son ineludibles, que el mundo está como está, que estamos inmersos dentro de una sociedad, inmersos en la transmodernidad enmarcada en “*El modelo Frankenstein*”.

Es tiempo de cambio, de realizar una catarsis. Liberémonos de esas prisiones en las que nos encontramos, no permitamos que nuestro equilibrio mental se desestabilice sin darle el chance de una salida. La felicidad se teje de experiencias, de triunfos, de momentos. El día a día es un reto, la diferencia hace que nos mantengamos activos, las tristezas y golpes de la vida nos hacen más fuertes. El amor está en nosotros mismos. Siempre habrá aliados, verdaderos amigos, Dios y la familia.

1 Libro: El modelo Frankenstein. De la diferencia a la cultura post. Rosa María Rodríguez Magda.

OPINIÓN

Tiempo al tiempo

Comenzó esta década con nuevos gobernantes y por ende se respiran aires de renovación que infunden el optimismo a la mayoría de los colombianos, porque estrenando alcaldes y gobernadores, y teniendo en la memoria muy frescas sus promesas de campaña, es fácil comenzar a exigir, obviamente teniendo de presente que se requiere de muy buen tiempo para implementar los procesos que necesariamente deben obedecer a los lineamientos de sus respectivos programas de gobierno y a la consolidación, socialización y aprobación de los planes de desarrollo.

En el caso de Risaralda, el dr. Víctor Manuel Tamayo fiel a su vocación comunitaria y a su cercanía con la gente, recorre uno a uno los municipios escuchando de primera mano sus necesidades y anhelos más sentidos en cada uno de sus territorios e impartiendo directrices tan valederas, que desde ya se siente su presencia en todos y cada uno de ellos; tan es así que en la Vitrina Turística de ANATO 2020 por primera vez Risaralda construye su slogan “Turismo con Sentimiento” donde le apuesta a los 14 municipios del departamento

en una articulación tan valiosa que causa sensación y promete dar excelentes resultados para consolidar al departamento de Risaralda como destino turístico, holístico y de suma afluencia. Consecuente con ello la transversalidad del Plan de Desarrollo “Risaralda Sentimiento de Todos” contempla la ejecución de obras de infraestructura, tanto para mejorar la movilidad entre los municipios como en sus vías terciarias, servicios públicos y proyectos de ampliación de la oferta como miradores, parques temáticos, auditorios y demás planes que complementen la oferta turística donde se incluyen los sectores agropecuario, educativo y cultural.

En Santa Rosa de Cabal también se comienza a sentir la nueva forma de gobernar con orden y autoridad, es así como el parque de Bolívar presenta nueva cara y la carrera 14 entre calle 12 y 13 ya se encuentra libre de vehículos, bellamente decorada y priorizando la seguridad y el desplazamiento del peatón. Aunque las Zonas de Permitido Parqueo (zonas azules) dejaron de funcionar debido a inconvenientes de incumplimiento del conce-

Cantando la tabla

Ramiro A. Osorio J.
rossjaram2@hotmail.es



sionario con sus trabajadores, la apuesta de Rodrigo Toro es darle orden a la movilidad a través del ejercicio de la autoridad y al rediseño de sentido de algunas vías principales.

La cultura también tomará un papel relevante en el presente cuatrienio por parte de esta administración, pues con el programa Arte al Parque se integra la actividad artística con la vocación de embellecimiento y recuperación de espacios de convergencia y de los parques, en conjunto con Empocabal.

La invitación es por lo tanto a tener paciencia y darle “tiempo al tiempo”. Las cosas en Risaralda y Santa Rosa de Cabal se ven de otro color. Claro que ya hay gente inconforme porque siente que le están tocando sus intereses, otros criticando por desconocimiento, por costumbre y otros más por la inherente reacción al cambio; algo muy natural. ¡Sigamos adelante!

La peste del olvido

Gabriel García Márquez nos cuenta como los habitantes de Macondo fueron víctimas de “La peste del olvido”, cuya patología borró de la memoria del pueblo no sólo su historia, sino también el nombre de los objetos y bienes de uso cotidiano. Para contrarrestar los nefastos efectos de la amnesia colectiva fue necesario identificar con un rótulo cada utensilio y su respectiva función. Así, en la batería de cocina como se llamaba el ajuar doméstico de entonces, se leía: “esto es un pocillo y sirve para tomar café”, “ésta es una chocolatera”... y la lista continuaba sin omitir el más humilde de los trastos y trebejos. Parece contradictorio, pero algo parecido ocurre con la sociedad moderna ajena por completo a las lecciones de la historia, el conocimiento de nuestra geografía y la ignorancia de la importancia de la flora y fauna nativas. No en vano vemos como se omite y se desnaturaliza la realidad en provecho de oscuros intereses, desconocemos la trascendencia de una riqueza hidrológica y orográfica seriamente afectadas y vemos casi indiferentes

como las selvas y bosques desaparecen entregados al mejor postor o calcinados por el fuego siniestro provocado por “manos criminales”.

Pero no siempre fue así. La memoria histórica y la tradición fueron valiosos elementos para que las comunidades primitivas conservaran las gestas, hábitos, usos y costumbres necesarios para preservar la esencia de sus culturas: el libro Raíces, escrito por Alex Haley, narra la historia familiar a lo largo de siete generaciones desde el momento en que sus antepasados fueron apresados en África y aunque consultó documentos y otras fuentes auxiliares durante doce años para auscultar el drama de sus ascendientes, la visita a Gambia le permitió al autor conocer circunstancias de modo, tiempo y lugar de gran valor para escribir su historia. Por tradición oral, no obstante el tiempo transcurrido, aún la comunidad guardaba en la memoria como en un relicario, la época en que sus ancestros fueron encadenados y arrancados de sus hogares y lares nativos y otros hechos fundamentales para lograr contextualizar su obra, plasmando así, gracias a la memoria colectiva, las características de la

Por: Jaime
Fernández
Botero



ignominiosa esclavitud. La tradición ha sido un rasgo distintivo del ser humano en todas las culturas. Allende de las costas africanas, cruzando el inmenso mar, otro drama se desarrollaba en América y en particular en nuestra región, el territorio Quimbaya. Los aborígenes fueron sometidos por medio de “la espada y la cruz” a toda clase de vejámenes para, a costa de sus vidas, colmar la insaciable y enfermiza sed de oro y riquezas de los españoles También en el seno de esta martirizada etnia, la tradición se conservó de generación en generación aprovechando para ello las fiestas y mientras bailaban y bebían iban recordando los nombres de caciques, gestas y sus epopeyas más importantes. Pero su historia desapareció cuando literalmente fueron extinguidos. Otro pueblo, el colonizador antioqueño, vino con el tiempo a copar el territorio Quimbaya, atraídos muchos de ellos por las ricas tumbas de los hijos del viento desaparecidos. Producto del nuevo asentamiento surgieron las sementeras, el café, los abigarrados doseles

verdes formados por nogales, robles, yarumos, nísperos y fragmentos de selva que le servía de sombrío a la rubiácea convertida en un verdadero maná vegetal y aunque se disolvió la continuidad entre quienes se perdieron en la bruma del tiempo y la diáspora de antioqueños, también la memoria histórica afianzó las raíces e identidad de los hijos del maíz, pues por las noches después del rosario, todas las familias se reunían en torno al fogón a escuchar las andanzas de patasolas, jinetes sin cabeza, madremones y otros endriagos. Estas leyendas, además de cumplir el rol de control social, reafirmaban los valores y creencias de la comunidad. La entronización de otras especies del grano, la tala sin piedad del sombrío, la dependencia tecnológica extranjera con venenos e insumos y nuevas realidades desdibujaron nuestra cultura.

No es exagerado decir que hoy, la peste del olvido como en Macondo, borró nuestra memoria histórica y se requiere volver a las raíces para preservar identidad y valores; de lo contrario, la era digital y la avasallante globalización martillará el último clavo del ataúd en que se sepulta una valiosa cultura declarada patrimonio de la humanidad.

ROSA AMALIA CABAL Y ARAUCARIO LÓPEZ



OPINIÓN

AÑO BISIESTO...

A través de los tiempos, se ha tejido variedad de creencias, mitos, dichos o agüeros acerca del año bisiesto, dentro del cual se supone la ocurrencia de calamidades o acontecimientos infaustos. Esta aprensión viene desde la antigüedad a partir del nacimiento del calendario juliano, justificada y alimentada actualmente, entre otras conjeturas, en virtud de sucesos que, por mera coincidencia, han acaecido en el año de 366 días.

El desastre del RMS Titanic tuvo lugar en año bisiesto (noche del 14 al 15 de abril de 1912); el asesinato de Mahatma Gandhi (30 de enero de 1948), lo mismo que el del músico, cantautor y compositor John Lenon (8 de diciembre de 1980), uno de los fundadores de la banda de Rock The Beatles. En estos eventos, entre otros de permanente recordación, estriban también los temores de algunas personas (aunque para otras, esa particularidad del almanaque pasa inadvertida). Lo cierto es que no se ha encontrado base científica razonable para corroborar las sugerencias del imaginario popular.

Aparte de las investigaciones científicas, quienes somos profanos en la materia, sí podemos captar una elemental definición de año bisiesto, lo cual, de ser interpretado en lo esen-

cial, no suscitara enmarañadas prevenciones que, incluso, pueden restar la tranquilidad a quienes abrigan tales fantasías.

Me parece sencilla la parte básica: se ha demostrado, de manera incontrovertible, que el planeta tierra tarda 365 días, 5 horas, 48 minutos y 45,25 segundos en recorrer su órbita completa alrededor del sol. Ahora bien, si en cada año, sin solución de continuidad, se contarán solamente 365 días, se estarían marginando las horas, minutos y segundos adicionales, los que cada cuatro años suman 24 horas, lo que equivale a un día. Para solucionar este desfase y no dejar perdido ese tiempo en la historia del mundo y de la humanidad, se añadió ese día al mes de febrero que cada cuatrienio queda de 29, y esto es lo que, en términos elementales, entendemos como año bisiesto.

Esos estudios se remontan a la época del notable estadista, escritor y militar romano Julio César, creador del calendario que lleva su nombre, en el año 46 a. de C. Según las crónicas, ese mandatario (que no era emperador, como algunos le nombran, sino dictador), demandó los servicios de Sosígenes, filósofo e importante astrónomo de Alejandría, quien llegó a la conclu-

José A. Hernández A. Joselito hernandez1361@outlook.com



sión de que el año consta de 365 días y seis horas, lo cual dio origen al calendario con un día extra cada cuatro años (*)

No es de extrañar este cálculo poco fácil en aquel entonces, con instrumentos rudimentarios, si tenemos en cuenta que la astronomía es una de las ciencias más antiguas, y nació en el momento mismo en que el hombre contempló, absorto, la solemne bóveda celeste plena de deslumbrantes y misteriosas estrellas.

Ilustres pensadores fueron pioneros de esa ciencia en lugares como Mesopotamia, India, Grecia, Egipto, China. V.gr.: Aristarco de Samos (310 – 230 a de C.), cuyas profundas observaciones del cosmos le condujeron a anticiparse a la teoría heliocéntrica de Copérnico, es decir, el sol como centro del sistema planetario. Tales de Mileto (640? -547?), hijo de Examio y Cleobulina, matemático, filósofo y astrónomo griego, y el primero de los siete sabios, asignó al año 365 días, y además pronosticó un eclipse de sol. Anaximandro (610-547 a de C.), dijo que la tierra es esférica, lo cual también demostró Parménides de Elea

500 años a. de C., entre tantos eruditos que en la antigüedad se interesaron en el fascinante estudio de los astros, y que mucho aportaron a la ciencia moderna (**).

Posteriormente, el calendario juliano fue revisado por el papa Gregorio XIII quien consultó con sus astrónomos, y, tras indagación más avanzada, hallaron las imprecisiones que no percibió Sosígenes, por lo que instituyó el calendario Gregoriano, el que rige en la actualidad.

La parte científica, que es de otro nivel, se la dejamos a los expertos. Analizado lo anterior a la luz de la razón, apreciamos que este asunto no merece prestarse a confusiones, supersticiones o enredos causantes de temores injustificados en la comunidad.

*Cayo Suetonio, historiador latino-Los doce césares (Cayo Julio César), Sarpe 1985, pág. 44 comenta: "...distribuyó el año según curso del sol, y lo compuso de trescientos sesenta y cinco días, suprimió el mes intercalario y aumentó un día cada año cuarto...".
**D.Laercio, Los filósofos más ilustres. Aguilar (colección Crisol) 1965, págs. 36, 84.
**Heródoto en su magna obra Los nueve libros de la historia, en el libro primero, Clío, LXXIV, Porrua, pág. 26, refiere lo relativo al eclipse: "...Se originó entre lidios y medos una guerra...en las diferentes batallas que se dieron, una nocturna en el año sexto de la guerra que ambas naciones proseguían con igual suceso, porque en medio de la batalla misma se les convirtió el día repentinamente en noche; mutación que Thales Milesio había predicho a los jonios, fijando el término de ella en aquel mismo año en que sucedió...".

TRILOGÍA VITAL: *Tiempo, amor y muerte* ...Con ella, nuestro Sentir, Saber y Hacer.

“La ética no es más que el instinto racional de averiguar cómo vivir mejor”. (*)

Afirmación apropiada que motiva el propósito del tema. Es conveniente –por salud mental – reflexionar autógénamente sobre vivencias, experiencias y saberes que nos atañen; socializarlos es un acto solidario. En la trilogía referida subyace la razón de ser del género humano y su trascendencia. Su frágil condición cual hoja seca desprendida del árbol, caída y a la deriva, timoneada por el viento. Sentimos y sabemos que oscilamos entre el bien y el mal –singular dualidad de amor y odio; ansiamos el poder para subyugar al otro; tememos al miedo aterrador con sus amenazas, manifestaciones y consecuencias – pero lo generamos; filosofamos sobre la eterna duda de Ser o No Ser – nos decidimos por el Parecer-. El libre albedrío es tergiversado – con derechos pero sin deberes; lo material importa más que las personas; lo ético y lo moral van en la retaguardia; la libertad nos enajena: el necio la desprecia y el sabio la aprovecha...”No le preguntes a nadie qué es lo que debes hacer con tu vida: pregúntatelo tú mismo (...) interroga sobre el uso de la libertad a la libertad misma (...) una cosa es que hagas lo que quieras y otra bien distinta es que hagas lo que

primero te venga en gana (...) en cosas contradictorias hay que priorizar e imponer jerarquía entre lo que de pronto me apetece y lo que en el fondo, a la larga, quiero”. (*) Confundimos el valor de la vida –sus momentos, características y valores éticos-. “La vida está hecha de tiempo, nuestro presente pleno de recuerdos y esperanzas (...) de relaciones con los demás – somos padres e hijos que como dúo dinámico a diario se retroalimenta – experiencia y juventud enriquece...” ten confianza hijo, en tí mismo’, en la inteligencia que te permitirá ser mejor de lo que ya eres y en el mismo instinto del amor; somos hermanos, amigos o enemigos, herederos y heredados - (...) Ser humano consiste en tener relaciones con los otros seres”.(*) bajo el sempiterno y mágico encanto del amor que es voluntad, solidaridad, servicio desinteresado, con voces que motiven para crecer como personas, con hechos que inciten a que te muevas, toques, escuches, sientas, confíes, des, recibas en todo espacio y circunstancia - hogar, colegio, calle, trabajo-. Para quienes prevalece la muerte ante la vida...”El libre pensador en nada piensa menos que en la muerte

Por: Martín A. Mariño mam5104@hotmail.com



y su sabiduría no es una meditación de la muerte, sino de la vida”. (Spinoza-Ética). Que este momento, último del ciclo vital, de decisión final –no tuya, ni mía-, sea la instancia para valorar el verdadero sentido de la vida, no el instante en el que el homicida, suicida, genocida, hipnotizado o paralizado estropea el real querer vivir. Que este último tránsito por la vida no sea una fatalidad causada por el destino –determinador de vitales y de absurdas decisiones en contra de nuestra voluntad -. “El hombre libre es el que quiere sin la arrogancia de lo arbitrario. Cree en la realidad, es decir, en el lazo real que une la dualidad del yo y del tú. Cree en el destino y que éste nos necesita (...) pues lo que ha de acontecer no acontecerá si no está resuelto a querer lo que es capaz de querer”. (Martín Buber, Yo y Tú). Hoy y mañana –quizá- seguiremos interrogándonos sobre la existencia y propósito nuestro en el planeta, sin respuesta alguna; la hallaremos cuando busquemos en el lugar apropiado: Nosotros mismos.

(*) Savater, Fernando. Ética para Amador. (1991)

Las políticas fractales

Desde que leí por vez primera Los objetos fractales de Benoît Mandelbrot encuentro mucha relación de estos objetos geométricos con la forma en que nos comportamos en sociedad; parece, supongo, que existe una estrecha relación entre dicho efecto de la naturaleza y nuestra vida cotidiana. Hace poco volví sobre dichas teorías preparando un curso de filosofía analítica y no resistí volver a relacionarlas con el sentido práctico de la vida.

Antes que nada, creo necesario definir lo que entiendo por fractal para que el lector se haga una idea al respecto. Un fractal es pues una figura geométrica que se repite en distintas escalas. Para hacerlo más sencillo tomemos por ejemplo a un helecho y fijémonos cómo la figura de una de sus ramas se repite en cada una de sus hojas, así mismo si tomamos una de sus hojas veremos que se repite en dimensiones cada vez más pequeñas. Este efecto es mucho más común de lo que nos imaginamos, a veces se encuentra en alimentos tan cotidianos como el brócoli, la sábila, el repollo, la piña, etc. incluso en una gran cantidad de árboles y flores.

Me resulta siempre maravilloso quedarme a contemplar las geometrías tan exactas de la naturaleza y la indudable forma en que se repiten a escalas inimaginables, incluso hasta una dimensión microscópica imposible para el ojo humano. Sin embargo, me causa igual maravilla ver como el comportamiento humano -como si fuera un efecto fractal- se repite del mismo modo a diferentes escalas.

Esta vez quiero hacer un llamado de atención frente a la manera cómo se llevan a cabo las elecciones de voto popular en Colombia, a saber: primero hay un desorden por parte de los partidos tradicionales y alternativos frente a la elección de sus candidatos y la adhesión de los patrocinadores; luego, segundo, inician las campañas exponiendo sus “originales” ideas tratando de no “parecerse” unos a otros; tercero, recurren a chismes, escudriñan la vida de sus contrincantes, procuran sacarlos del juego con falsos testimonios que dañan la imagen de sus oponentes; y, finalmente, cuarto, compran a las bases que se adhieren a los bandos contrarios. Esta secuencia la vemos en campañas a la presidencia, al congreso, a las gobernaciones, alcaldías, asambleas, concejos, comunas, etc.

Lo triste de todo esto, es ver cómo se repite el fractal de la política dentro de los colegios, puesto que los estudiantes de grado undécimo que son candidatos a las personerías en sus instituciones siguen el modelo que ven en los adultos. Por si fuera poco, este comportamiento se extiende a las escuelas en las que igualmente los estudiantes de grado quinto colocan sus nombres para ser elegidos como representantes de sus instituciones. Sin duda, hace falta educar a los niños, niñas y jóvenes en los valores de la democracia, reforzar el sentido que tiene en nuestro país la participación ciudadana, puesto que, las Pruebas Saber califican Competencias Ciudadanas; sin embargo, a nuestro pesar, éstas no se aprenden siguiendo lecciones, sino básicamente por el ejemplo. Debemos entonces procurar ser un mejor modelo para aquellos que siguen nuestros pasos.



Por: Pablo Andrés Villegas

PARQUE ARTE

Un Auténtico Carnaval Santarrosano

La propuesta cultural Parque Arte, un espacio libre y espontáneo para exponer las originales propuestas artísticas de la sociedad cabaleña y sus alrededores.



Por Lida María Galeano S.

Se lució con la intervención de la Policía Nacional en cabeza de su comandante Jhonny Fernando Melo, quien se presentó a la comunidad ofreciendo sus servicios y buena disposición para atender las problemáticas de todo el municipio; el patrullero Isaza, y el dúo de trovadores “Pocholo y Piopolo”, demostraron un show dinámico con animación, temas de convivencia y amor por la vida e improvisación de altura.

Como homenajeadas estuvieron Luz Marina Valencia directora de La Casa de la Cultura a cargo del grupo de danzas “Renacer Folclórico” por su gran aporte cultural a nuestro municipio y la Señora Luz Nelly Díaz Giraldo empresaria de la “Finca del Café” por su propuesta turística que atrae a propios y visitantes de todas partes del mundo, generando empleos para la comunidad santarrosana; dejando en la memoria de los viajeros el mejor recuerdo de la región.

Las danzas fueron un derroche de belleza con sus vestuarios coloridos, ritmos variados, con la participación de



niños desde los 2 años en adelante, jóvenes de diferentes colegios y la alegría de los padres expectantes que además disfrutaron de todo el show.

Complementando la noche, el poeta mexicano Armando Zamora realizó su intervención reconociendo la majestuosidad de nuestra

tierra y la gracia de la gente amable que lo acogió brindándonos un poco de la idiosincrasia ancestral de nuestros vecinos del norte. El compromiso asumido por cantantes, poetas, escritores, músicos y demás artistas hacen de este espacio la actividad cultural más representativa de nuestra ciudad en el momento.



Total respaldo para la campaña “Los libros también visitan la cárcel”. Tanto el teniente Jesús Orozco del INPEC y Diego Barbosa del periódico Zoo y la promotora del evento en Santa Rosa, dieron un parte de satisfacción y gratitud.

DIVÁN

LÍRICO



El poeta santarrosano Luis Eduardo Londoño nos aporta este documento poético con la romántica intención de hacer sentir su amor y devoción por ellas, motivo de inspiración de sus versos en el mes especial de la mujer.

El elogio de la mujer

Estrofas sueltas

Por José María Ospina

José María Ospina: Jericó, Antioquia 1885- 1956. Profesor, periodista y poeta. Escritor regional y popular, improvisador afortunado, romántico y sencillo. Autor de los libros de versos: Poesías, Corazón a flor de piel y Perla del Ruiz.

-3-
Es ella la mujer, la rubia estrella
que el negro caos de la noche rasga,
el templo del amor donde se eleva
de la virtud la hostia pura y blanca,
el conjunto de todas las bellezas,
de la existencia la triunfal fragancia,
frases salidas de los labios sumos
de Dios cuando sonrió sobre la nada,
la última obra de la mano eterna
y de la vida la mejor palabra.

-5-
La hizo Dios para alegrar al hombre
en la jornada que el dolor amarga
y va con él de la mano por la vida,
endulzando las penas con su gracia,
con su poder regenerando al mundo,
con su dolor divinizado el alma
y haciendo que en los huertos del destino
viva siempre la flor de la esperanza.

-6-
Lleva rayos de sol en los cabellos,
lleva hilos de lucero en las pestañas,
una tarde de luz en las pupilas,
una aureola de amor en la mirada,
un perfume triunfal en la sonrisa,
y una fuente de paz dentro del alma.

-7-
La hizo Dios para mostrarse sabio,
la hizo así con intención sagrada
y le puso al hacerla lo más bello
de cuánto altiva la naturaleza guarda,
son dos rosas extrañas sus mejillas,
una lluvia de notas las palabras
que salen de su boca cuando se abre
cual piano encantador de teclas blancas.

-9-
Buscadla y la hallareis junto a la cuna
con un canto de arrullo en la garganta
o en el retiro del hogar a solas
haciendo un corazón, formando un alma.

-14-
Descubríos y puestos de rodillas,
besad la tierra que pisó su planta
porque ya Dios en redenciones sueña
y tiene en ella puesta la mirada.
Se estremecen los cielos y la tierra
cantan amor las aves y las auras,
sueltan las flores su sutil perfume

y el agua en su extensión le canta.
Dios ha mirado a la mujer perfecta
y el verbo en ella con amor se encarna,
es la mujer la hechura preferida,
es la mujer la hechura sublimada.

-15-
Se llama Luz cuando en el aula enseña,
se llama Amor cuando arrullando canta,
se llama Fe cuando consuela al hombre
en la jornada que el dolor amarga,
Esperanza se llama si nos mira,
se llama Caridad si unge las llagas,
Concepción cuando se alza hasta los cielos,
cuando Dios la contempla Inmaculada,
y en el drama sangriento del calvario
con la faz coronada por las lágrimas,
se llama Redentora de los hombres.
Dolores, Soledad, Tristeza blanca,
madre de Dios y de los hombres todos
cuantas veces queráis Inmaculada.

-17-
Volved vuestras miradas a la cuna,
viajad por los recuerdos de la infancia,
pensad en vuestra madre, como hijos,
como hermanos, pensad en vuestra hermana,
como padres, pensad en vuestras hijas,
como amantes, pensad en vuestra amada,
como esposo, pensad en vuestra esposa,
como varón en la ilusión humana.

-18-
Examinad lo dulce de la vida,
probad de la hiel de la existencia amarga,
preguntad a los hombres lo que saben,
de la historia leed todas las páginas,
suprimid la mujer del pensamiento
y el mundo sería nada entre la nada.



Silueta

Por: Miguel Ángel Marín Castaño

Inolvidable como nuestra existencia,
presume en la unión de almas terrenales
de una silueta con erótica y dinámica apariencia,
que con posiciones espectaculares,
disminuye mi cordura e inocencia.

Silueta tan tentadora como no hay manera,
me inspira plasmar su marcaje en el arte,
como un escultor esculpe sus pensamientos
en la madera;
y como sentimiento de venidera,
que inspira en mí olor a amarte.

Un cuerpo que imperativo escande,
con un coqueto sonrojo
y un pequeño gusto de ojo,
cual éxtasis mi pupila expande.

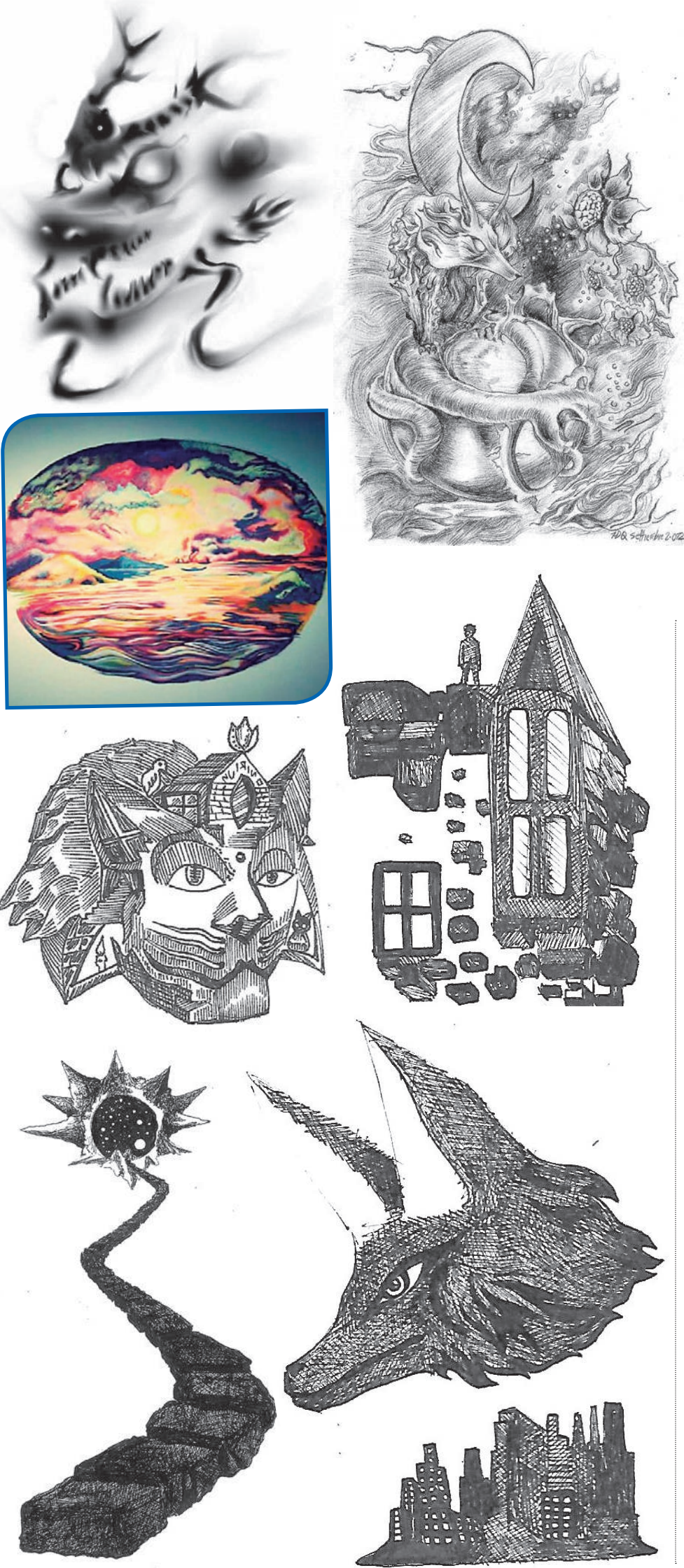
Feliz Día de la Mujer

GALERÍA
EL FARO

Harold David Quintero Restrepo
Figuras Flotantes

Por Lida María Galeano

El inmenso horizonte creativo hace que un artista navegue en las profundas aguas del imaginario, plasmando por medio de formas, líneas, colores, una gama de ideas que por más oníricas que se capten, contienen un mensaje implícito y una verdad en el imaginario espiritual del ser humano.



Llegar a una realidad física, requiere del discernimiento de la forma, del objeto, tan intuitiva y dinámica como abstracta y reveladora. Harold David Quintero ha logrado traspasar el umbral de lo etéreo y nos muestra por medio de diferentes técnicas la visión de las culturas antiguas, la metafísica, lo contemporáneo y la influencia del comic y los videojuegos en bellos dibujos flotantes que son más que una utopía, en una compilación llamada “Recapitulaciones”, estándar ideológico de la generación actual.

Harold, egresado de la UTP Licenciado en Artes Visuales, emprende su vida profesional con la idea de poder incursionar en el diseño gráfico, la animación en diferentes formatos, la ilustración y la pedagogía, revolucionando el arte mediante la implementación de nuevas técnicas. El periódico EL FARO se complace en presentar una galería de arte tan diferente como el mismo artista.

Contacto: 3136481354



La Pastelería
César Restrepo
Dinner & Drinks



Sede Pereira



Vicero Pastelería

**HISTORIA, CULTURA, ARTE Y SABOR
A TRADICIÓN EN UN SOLO LUGAR.**

- Panadería • Pastelería • Postres
- Bar • Café • Restaurante • Salón de Eventos

📍 Sta. Rosa de Cabal: Carrera 14 #13-55
☎ 366 1008 - 311 337 8047

📍 Pereira: Carrera 13 #12-28
Hotel Zi One Local 2 Av. Circunvalar
☎ 314 771 1279

📌 La Pasteleria Cesar Restrepo
📌 lapasteleriacesarrestrepo
📌 lapasteleriasrc@yahoo.es

Nuevas propuestas deportivas de los jóvenes

Breaking Move

Rompiendo movimientos



La práctica del deporte contribuye al desarrollo de la disciplina, la constancia, el esfuerzo, al buen uso del tiempo libre, previniendo involucrarse en vicios (droga y alcohol), enseña el respeto a la autoridad y a seguir las reglas.

Por Airamig Guevara

Breaking Move (rompiendo movimientos) es un equipo de jóvenes unidos por el amor al deporte, que invierte su tiempo libre en aprender y practicar diversas disciplinas como Parkour, Calistenia, Treking, Freerunning y Capoeira, que le permite a sus miembros “crear su propio camino, y no el que la sociedad impone”.

El grupo liderado por Juan Diego Osorio García “Gogo”; un joven de 19 años quien aprendió de manera autodidactica por medio de acierto-error-acierto; actualmente estudia “Entrenamiento de Alto Impacto” en el Estadio Municipal de Santa Rosa de Cabal Arturo Arbeláez. Cuenta en su equipo con 17 integrantes entre mujeres y hombres. Le acompañan en esta aventura, como colideres Víctor León y Roberto García. Miguel Ángel, Camilo Buitrago, Jhonier Patiño, Jo-



nathan Galvis, Juan Sánchez, Kevin Majin, Luisa Osorio, Manuela Tabares, Miguel Osorio, Mónica Osorio, Roberto García, Sebastián Sánchez, Valentina y Yuliana “dulce”, complementan este proyecto deportivo innovador.

Parkour (también conocido como el arte del desplazamiento) es una disciplina que consiste en desplazarse sobre todo tipo de obstáculos urbanos, artificiales y naturales de una manera efectiva, rápida y estética aprovechando las excelentes condiciones físicas del ser humano: fuerza, rapidez, distensión, agilidad, habilidad, coordinación y equilibrio. La ropa adecuada para la práctica debe ser elástica y los tenis de suela corrugada. El objetivo del **Parkour** es superar el obstáculo físico y mental, volviéndose seguro de sí mismo. Entre los movimientos principales están: Gato, pasar por el medio de las piernas un obstáculo usando las manos y generando impulso de un salto; Ladrón, saltar una barrera con una mano y buscar el apoyo en la otra.

ACTIVIDADES AFINES

Calistenia: es un sistema de entrenamiento que se vale principalmente del peso corporal, sin la necesidad de cargas o resistencias adicionales para lograr tanto un desarrollo muscular como un gran trabajo cardiovascular. En este sistema, el interés está en los movimientos de grupos musculares grandes y el objetivo de la adquisición de **no solo un cuerpo más armonioso**, sino que **busca la belleza y la armonía en el movimiento del cuerpo en cada ejercicio**. Normalmente se practica sin camisa, ni calzado. Sus movimientos principales son: Mass Could Up, subir lo más rápido posible en una barra; Front Level, acostarse en una barra; Plancha Básica y Full Plancha.

Treking: es la decoración del cuerpo por medio de patadas y saltos acrobáticos, con la intención de mover más las piernas que las

Las normas para pertenecer a este grupo son:

- ✓ Se debe tener buenas notas en los estudios.
- ✓ Es un deporte de igualdad.
- ✓ Consentimiento de los padres.
- ✓ Se prohíbe antes, durante y después el consumo de alcohol o drogas.
- ✓ Manejar un vocabulario adecuado.



manos, con gran flexibilidad. Entre los movimientos más destacados están: Patada mariposa, hacer un giro en el aire estirando las dos piernas y dar la ilusión de un cuerpo acostado; Be twist, girar en el aire.

Capoeira: es un arte marcial mixto que combina facetas de danza, música y acrobacias, así como la expresión corporal. Con la práctica de este deporte se desarrollan cualidades físicas: flexibilidad, fuerza muscular, así como, la coordinación y la agilidad, además de trabajar en gran medida la resistencia cardiovascular. También a través de sus enseñanzas se fortalece la coordinación mente-cuerpo, basándose en el trabajo del autoconocimiento, autoestima y deseo de superación. Un camino para llegar al equilibrio entre físico, mental y espiritual. Sus movimientos son: Makako, pasar de estar sentado y levantarse con el movimiento de una mano; Parada Ninja, acostado ponerse de pie utilizando la fuerza y la patada al levantarse.

Freerunning: el que más gusta, es una modalidad del parkour, su diferencia es que no solo se caracteriza por saltar obstáculos, si no por realizar movimientos más artísticos realizando diversas acrobacias, “desafiando la gravedad”. Los movimientos más practicados son: Back Flit, mortal hacia atrás; Side Flit, mortal de lado; Front Flit, mortal hacia delante.

Inspirado por el arte del deporte, Gogo, líder del equipo, tiene un grupo incluyente, pero con exigencias de compromiso y disciplina, intentando sacar lo mejor de todos. Realiza una gran labor social por estos jóvenes, brindándoles este servicio de manera gratuita para que tengan la posibilidad de avanzar en el deporte y ocupar el tiempo libre de una buena manera.



“El Súper Chorizo”

LA MEJOR COMIDA PAISA DE LA REGIÓN

MÁS DE 60 PLATOS

SERVICIO LAS 24 HORAS

Variante Santa Rosa de Cabal
Tel (6) 3640201

DEPORTISTAS DE ÉLITE

Oscar Garcés Franco y Juan Camilo Martínez López

“Dos Pesistas con la Tenacidad de Titanes”

Por: Lida María Galeano S

La práctica del deporte tiene la motivación implícita de ponerse en forma, dominar una disciplina, pertenecer a un equipo deportivo, tener un alto rendimiento, ser como los mejores; lo cual exige trabajo, dedicación, esfuerzo y decisión de sobrepasar los records impuestos anteriormente. Levantarse cada mañana con el ánimo y la disposición de entrenar varias horas seguidas, mantener una dieta alimenticia adecuada, mentalidad de ganador y la visión de enfrentar las competencias venideras con la seguridad de ir a ganar, es tener confianza de que lo que se está haciendo es lo correcto. La guianza de un entrenador deportivo competente no puede estar ausente pues la dinámica del deporte debe ser estricta.

El sueño de un niño puede estar enmarcado con diferentes anhelos como viajar, comer todo tipo de delicias en abundancia, practicar un deporte, adquirir una bicicleta (patines, juegos virtuales entre muchos otros); poder tomar decisiones y disponer de los tiempos según sea su acción, disfrutando aventuras con los amigos. Oscar Garcés inició su actividad deportiva en Hapkido, donde debía trabajar para costearse las salidas a competir en otros departamentos; se motivó por las pesas porque el hecho de competir le daba la posibilidad de viajar con todos los viáticos pagos inicialmente a Roldanillo, a Medellín que era uno de sus grandes anhelos, y por primera vez en avión a Bucaramanga. Luego, cuando se fue enfrentando a diferentes retos, encontró gran amor por un deporte exigente que lo ha llevado a la élite de los mejores pesistas del país. A Juan Camilo Martínez, le ocurrió diferente; se enamoró de este deporte y comenzó a practicarlo desde muy niño haciendo de este una disciplina y un estilo de vida que ha tomado muy en serio, después de haber sido motivado por dos primos y que además le ha permitido viajar a diferentes partes del mundo con excelentes resultados.

Por eso es significativo saber que “la halterofilia o levantamiento de pesas consiste en el levantamiento de una barra de acero en cuyos extremos se fijan discos que establecen el peso; exige gran destreza y una actitud mental excepcional. Intervienen fuerzas externas al deportista como son: la atracción de la gravedad, el propio peso corporal, la flexibilidad de la barra, entre otras; internas como son las fuerzas desarrolladas por la propia masa muscular. Estas fuerzas están relacionadas entre sí, ayudando o no e incluso interfiriendo la culminación de la técnica según la manera de aplicarlas.

Técnicas: arranque y envión. En la primera de ellas se trata de levantar las pesas, de una vez y sin interrupción, desde el suelo hasta la total extensión de los brazos sobre la cabeza. En la segunda se ha de conseguir lo mismo, pero se hace una interrupción



del movimiento cuando la barra se halla a la altura de los hombros.

La halterofilia se desarrolló en Europa durante el siglo XIX, aunque tiene antecedentes en épocas anteriores. En 1905 se fundó la Federación Internacional que regula este deporte. Formó parte de los Juegos Olímpicos de Atenas 1896 y en los de Saint Louis 1904. Aunque desapareció en 1908, se reincorporó en los juegos de Amberes 1920. La categoría femenina no entró en el programa hasta los Juegos Olímpicos de Sidney 2000¹.

Los dos deportistas, venían desarrollando su rutina competitiva en Santa Rosa de Cabal con una entrenadora, que fue reubicada en Pereira; entonces ellos debían trasladarse a esa ciudad para entrenar con la liga, lo que significaba asumir costos de movilidad, tiempo y otros gastos, por lo que decidieron seguir entrenando solos en Santa Rosa mientras les solucionaban otro entrenador para el municipio. Los dos jóvenes venían manejando un peso muy liviano con respecto al nivel mundial; fue entonces cuando se cambiaron de categoría subiendo de peso a punta de hamburguesas y papas rellenas; Camilo 7 Kg y Oscar 20Kg sobre su peso inicial; a la vez que emprendieron una preparación rigurosa obteniendo excelentes resultados en campeonato nacional; aunque muy criticados por haber cambiado de categoría. Ahora llevan una dieta muy estricta con mucha proteína, frutas, verduras y algunos carbohidratos.

Selección Colombia les comunicó que están preseleccionados para los siguientes campeonatos: Juan Camilo en el mundial de Rumania del 18 al 23 de marzo de 2020 y Oscar para el Suramericano en Cali, en la misma semana de competencias.

Actualmente el entrenador en el municipio Jean Pie Roca y del departamento Luz Adriana Soto, llevan un registro estricto de todas sus marcas, rutinas y dieta de estos dos pesistas de talla mun-



Oscar maneja el gimnasio del Coliseo municipal el cual tiene abierto desde las 6 a.m. hasta las 9 p.m con un entrenamiento semipersonal. Camilo tiene pensado estudiar Administración de Empresas desde el segundo semestre del año para no interrumpir el entrenamiento de las competencias venideras. Decisión que han tenido que tomar los dos para poder rendir en el deporte. Ambos coinciden en que en ocasiones salir a competir a otros países les ha causado molestias en la alimentación por la diferencia de menú que no apetecen por su presentación, olor y sabor y que no es fácil llegar al nivel óptimo sintiéndose gordo.

Juan Camilo Martínez a sus 19 años y Oscar Garcés a sus 21; dos jóvenes deportistas que parten de una realidad para continuar cosechando triunfos y enalteciendo el nombre de su tierra Santa Rosa de Cabal.

¹ Wikipedia



VIAJES ISA SAS
AGENCIA DE VIAJES Y TURISMO
RNT 4950
Pasajes Nacionales e Internacionales
Excursiones y Turismo Receptivo
Asesoría y Trámite para Visas.

☎ (57) 6 3643788 – 3642597 - Fax (57) 6 3641750
Calle 13 No. 13-71 Ed. Araucarias Local 101 B
Santa Rosa de Cabal - viajisa@hotmail.com

La familia de Café Símbolo está creciendo



311 7641781
info@cafesimbolo.com

☎ 311 7641781
@ info@cafesimbolo.com

☎ 311 7641781
@ info@cafesimbolo.com

☎ 311 7641781
@ info@cafesimbolo.com

SOCIALES

Cumpleaños con sabor a Fútbol David Posada

El 17 de febrero cumplió años David Posada, celebró con grandes amigos y dos figuras del fútbol profesional, Ferry Zambrano y Edison “El Gigo Mafla”, en la cancha sintética de La Hermosa. Es uno de los jóvenes que está incursionando en el deporte con grandes profesionales que han marcado el icono del fútbol nacional e internacional. Felicitaciones.



Raquel Castañeda Flórez Que los cumpla feliz

“Tu presencia es una fiesta para nuestras vidas” Astrid Márquez.
El 19 de febrero cumplió un año más Raquel Castañeda, quien disfrutó este festejo con su familia y amigos cercanos. Que cumpla muchos más.



Sofía Quintero Marín 3 Añitos

Con un emotivo encuentro familiar, el Comunicador Social-Periodista Óscar Andrés Quintero Aguirre y la Contadora Pública Claudia Lorena Marín Mosquera, celebraron el tercer año de vida de su hija Sofía Quintero Marín, quien disfrutó en compañía de sus primos y amigos. Larga vida y salud para Sofía.



OBITUARIOS

Profesor Jorge Orozco Forero

Falleció en Bogotá el reconocido profesor de educación física Jorge Orozco Forero, quien fue el pionero en la fundamentación deportiva en Santa Rosa de Cabal en las décadas del 60 y 70. Un abrazo de fortaleza para su señora Alicia, sus hijos María Alicia, Jorge Alonso y Patricia, y demás familiares. QPD.



Samuel Marín Jaramillo

La Vereda San Juan acompañó en su despedida a este gran agricultor. EL FARO envía un abrazo de condolencia a su esposa María de los Ángeles y a su hijo Alberto, familiares y amigos. QPD.



Sofía Franco Patiño

La comunidad educativa del Colegio Labouré lamenta profundamente la partida de una de sus alumnas. Enviamos a su señora madre Luisa Fernanda, familia y amigos. QPD.



José Cleóbulo Giraldo Valencia

Registramos su fallecimiento en la mañana del 4 de febrero. Condolencias a su esposa Olga Ospina, a sus hijas Martha Lucia, María Elena y Olga Inés, y demás familiares. QPD.

Dagoberto Torres Escobar

Partió al encuentro con la eternidad el 7 de febrero. Enviamos condolencias a su esposa Ana Inés Molina, a sus hijos Adriana, Patricia, Henry, Fredy, Clemencia y Fidelina, familiares y amigos.



Lilia Edith Ramírez Morales

Registramos su deceso y enviamos condolencias a toda su familia. Un abrazo solidario para nuestro gran amigo Dr. Carlos Alberto Ramírez. QPD.



María Cilia Ríos

Lamentamos su fallecimiento. Condolencias a sus hijos: Antonio, Diana, Laura, Diblain, Andrés Cardona Ríos, a nuestro amigo Guillermo Ríos, familiares y amigos.

Leonilde Flórez de Herrera Febrero 1 de 2020

Matrona santarrosana que acompañó a su familia durante 89 años llenándolos de amor y ternura; sentimientos que prevalecerán para toda la vida. Solo queda un vacío enorme y la certeza de volverla a ver en la eternidad junto al Gran Creador. Sus hijos, nietos, bisnietos y tataranietos agradecen a familiares, vecinos y amigos su solidaridad y acompañamiento.



CLASIFICADOS\$

FINCA RAÍZ • EMPLEOS • VEHÍCULOS • OFERTAS • SERVICIOS

FINCA RAÍZ



JUAN CARLOS BETANCURT
INMOBILIARIA

Dirección: Calle 13 N 11-84 Esquina.
Cel. 314 6545747. Tel. 3646947.
Página Web: www.juancarlosbetancurt.com
Santa Rosa de Cabal

OFERTAS

Terapia de la Conducta
(Depresión, bipolaridad)



María Auxiliadora Alfonzo Castillo
Coach en Bienestar
Asesoría de Parejas
Teléfono: 304 155 8906

SE VENDE ALMACÉN
CON 66 M², 6
PUERTAS, EXCELENTE
UBICACIÓN,
CLL 14 #13-03 ESQUINA,
ABARCA CALLE Y
CARRERA. DIAGONAL A
LA GALERÍA DE SANTA
ROSA DE CABAL.
INFORMES:
312 2007290



Ingrid Echeverry
Esteticista Cosmetóloga



*Maquillaje profesional y artístico
*Diseño de cejas
*Extensión de pestañas pelo a pelo

+57 319 4404696
in_echeverry



VIDRIOS NACIONAL
VIDRIOS PLANOS - GRABADOS - ESPEJOS
BRONCES - ESMERILADOS
MARQUETERIA EN GENERAL

NUEVA DIRECCIÓN
Carrera 14 #16- 70



Compramos la gasolina de nuestro vehículo en Santa Rosa. Las estaciones de servicio son confiables y de buena calidad.

CLASIFICADOS Y ANUNCIOS CEL. 310 513 6369 - 314 672 8590

Restaurante Los Fundadores
Plaza de Mercado
Alicia Nasarre - Chef y propietaria se consolida con su variada propuesta gastronómica.



Restaurante Los Fundadores

Plaza de Mercado local 094
Interior Galerías Santa Rosa de Cabal

MENU DEL DÍA \$7.000
Principio, Carne, Cremas y Bebida

DESAYUNOS DESDE \$ 4.000

Carnes

- Asadas y Sudadas
- Chuleta de Cerdo
- Pollo en Salsas Variadas
- Hígado en Salsa
- Pescado en Salsa de Perejil
- Chorizo
- Chicharrón
- Lengua en Salsa

Sopas

- Sopa de Mondongo
- Crema de Zanahoria
- Crema de Cebolla
- Crema de Tomate
- Caldo de pajarilla

Bebidas

- Jugos Naturales
- Mazamorra
- Agua
- Limonada

Postres

- Postres
- Brevas en Almibar
- Ensalada de Frutas

Principios

- Frijoles
- Verduras
- Papas a la francesa
- Espaguetis a la Carbonara
- Gratinados franceses

Restaurante Los Fundadores

Estamos en la Plaza de Mercado local 094 Interior Galerías Santa Rosa de Cabal



Chorizo



Huevos en Cacerola



Caldo de Pescado



Caldo de Costilla



Calentado



Carne Asada



Omelet



Arepas con Queso y Chocolate



Sandwich Jamón



Sandwich Queso

Disfruta de la mejor Comida Típica Colombiana... con un toque de frances

CLUB DE LEONES
Por la salud visual de los niños



Con la campaña “Prevención de la ceguera en Colombia”. El Club de Leones realiza visita de diagnóstico temprano para infantes de 6 meses a 6 años en los hogares infantiles y las instituciones educativas de la ciudad. El tamizaje de detección se realiza mediante el examen de la visión en un equipo de Ambliopía que permite obtener el resultado de manera inmediata, para que tanto los padres del menor como el sistema de salud al que pertenezca inicien el tratamiento necesario.

MULTI - HOGAR ARCO IRIS
¡La Alegría del Hogar!

Calle 14 No. 12-36 Tel. 365 7988 310 4302999

Haciendo más amable la vida en familia como símbolo de unión

DEPORTES

Kevin Velásquez Corredor santarrosano en equipo francés

Este deportista santarrosano fue presentado por el Team INCA de Francia como miembro importante para la temporada 2020; “es un corredor completo” aseguró el equipo francés. Kevin Alexander Velásquez Trujillo tiene 17 años, comenzó con el ciclismo de ruta a los 14 años, se formó en la escuela de la Alcaldía de Santa Rosa de Cabal y desde 2017 estuvo

vinculado a la Liga Risaraldense de Ciclismo, gracias al apoyo de la administración municipal, lo que le permitió representar a su patria chica y al departamento en carreras regionales y nacionales. Agradeció a su entrenador José Antonio Tobón, líder del Team Alcaldía de Santa Rosa de Cabal, por ser clave en su formación y evolución deportiva.



Disfruta en familia de un Partido de Fútbol entre GRANDES jugadores que dejaron huella en el

FUTBOL COLOMBIANO

NEIDER MORANTES
ELKIN EL-SULTAN SOTO
FERRY ZAMBRANO
GUIGO NAFLA
ARNULFO VALENTIERRA

SABADO 7 DE MARZO - 6:00 PM

Cancha Sintética Planet Soccer
Cra. 12 Cl 12 esquina (Frente al Col. Goretti) Santa Rosa de C.
Cover \$ 10.000 Adultos - \$ 7.000 niños

PRELIMINAR Selección Santa Rosa de mujeres VS Selección Manizales // A partir de las 6:00 pm.

INVITA

TALENTOS SANTA ROSA F.C.
SANTARROSANO

FERRETERIA EL FERRETERO

PINTURAS ARCOIRIS

PLANET SOCCER

HOTEL CENTRAL CABAL

ULTRA POLLO&PIZZA
SANDWICH • MALTS • BURGERS

364 5678
364 8810 • 365 8555
314 828 4044
Parque Bolívar Cra. 14 # 12-72 Santa Rosa de Cabal

POLLO APANADO
POLLO ENTERO 25.900
8 presas, 4 papas, 4 arepas
MEDIO POLLO 13.500
4 presas, 2 papas, 2 arepas

MENÚ DEL DÍA
Acompañado de sopa, arroz, ensalada, frijol y arepa

PARRILLA

& HAMBURGUESAS SANDWICHES

PIZZAS
Solo Queso - Hawaiana
Carnes - Pepperoni
Frutas - Vegetariana
Especial - Palsa
Napolitana - Ultra Extra

Chuleta de Cerdo 12.900
Chuleta de Pescado 12.900
Lomito Dorado 12.900
Carne Asada 12.900
Filete de Pollo 12.900

Filete de Pollo 15.400
Lomo de Cerdo 15.400
Chorizo Ultra 12.900
Trucha a la Plancha 18.900
Mojarra 18.900

Hamburguesa 10.200
Combo Hamburguesa 13.700
Arepas Burger 9.200
Quesadilla solo Queso 7.300
Quesadilla de Pollo 9.300

Sandwich de Pollo 10.200
Sand. Jamon y Queso 10.000
Sand. Filete de Pollo 10.200
Sandwich Cubano 13.200
Lasagna 13.200

Santa Rosa de Cabal - Medalla de Plata EN NACIONAL DE TENIS

Este equipo santarrosano con el entrenador Danie Morales y los deportistas Simón Vélez y Juan Pablo Ocampo, obtuvieron la presea de plata en el Torneo de Tenis de Mesa en Bogotá.

Las Brasas
POLLO AL CARBÓN - POLLO APANADO

Arroz con Pollo
Campesino • Oriental

364 2511
364 8511
364 3378
314 8286617

Cra. 14 # 14-86 Santa Rosa

VISA

100% **Cuero**

Bolsos • Billeteras • Accesorios

Saint Lazare
Siente la Estilo!

Calle 17 N° 4-44 • Tel: (6) 3251429 • Cel: 316 833 5746
Pereira- Risaralda - Colombia
ElCueroSaintlazare@gmail.com

www.saintlazare.co