

La Puerta de Oro:
BARRANQUILLA ES TU CIUDAD

APERTURA TRANSMUTADA EN
APERTURA



PRIMICIA

DIARIO

JUEVES
1

AÑO 4 - EDICIÓN 1071 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA JULIO DE 2021

50 grados centígrados:

OLA DE CALOR EN USA Y EUROPA



La histórica ola de calor que asfixia y que ha disparado los termómetros a niveles más propios de Oriente Medio está teniendo también un devastador coste humano. En la provincia de la Columbia Británica en Canadá se han registrado ya cerca de 140 muertes. Gráfica del Valle de la muerte en USA.

Museo Nacional:

DE PRISIÓN INDIGNANTE A LA MECA DE LA CULTURA

Covid-19:

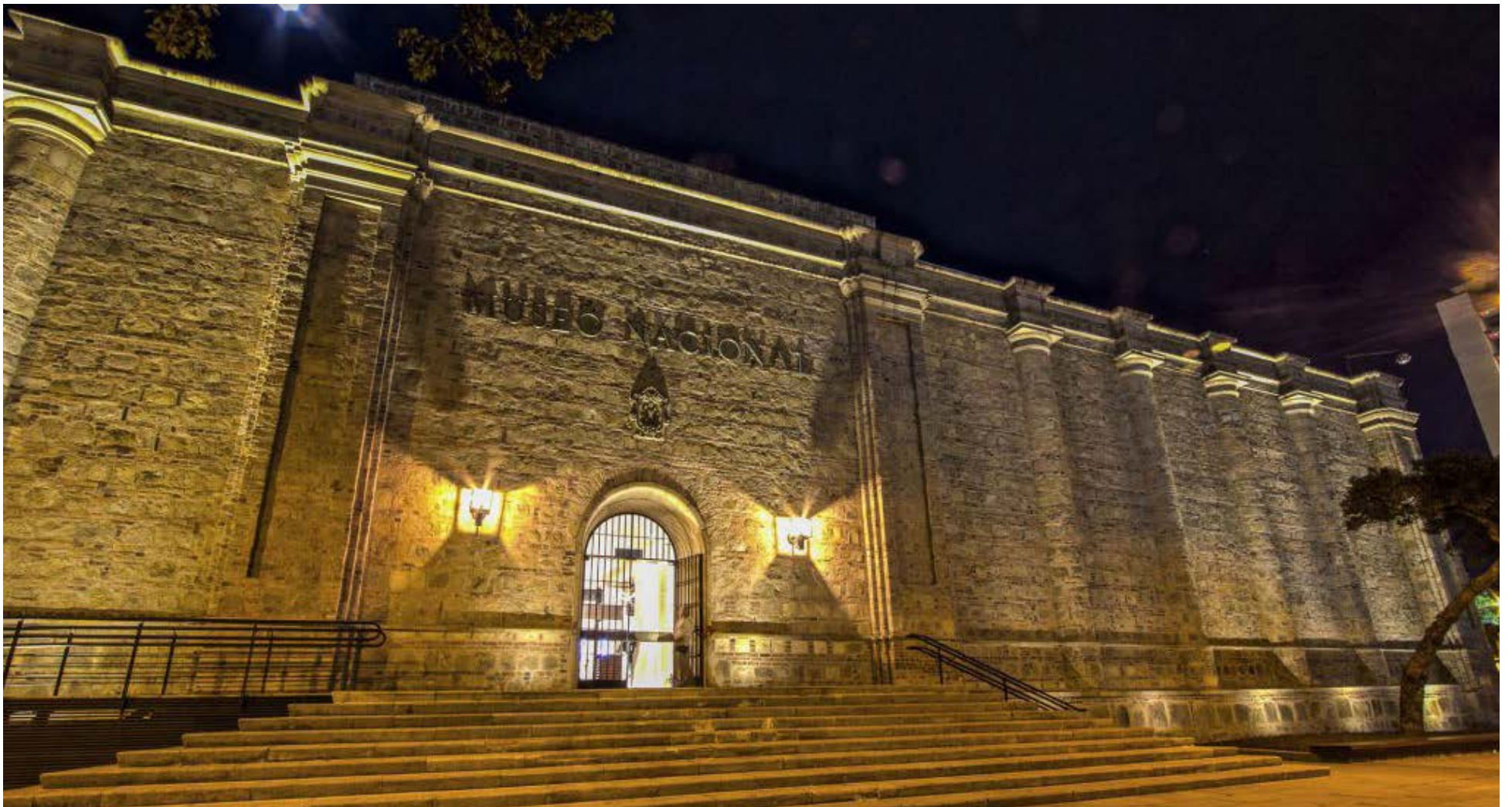
COLOMBIA SEGUNDO LUGAR MUNDIAL EN MUERTES Y CONTAGIOS



WWW.PRIMICIADIARIO.COM

Museo Nacional:

DE PRISIÓN INDIGNANTE A LA MECA DE LA CULTURA



La edificación declarada monumento del país, donde orgullosamente se levanta el Museo Nacional, es la meca de la cultura. Fue durante 72 años la Penitenciaría Central de Cundinamarca, que no por nada era símbolo de terror y arbitrariedad.

Adjetivos como emblemáticos, crueles y llamativos son los que han definido los muros que hoy componen al Museo Nacional.

Este espacio que se viste de arte y cultura, como actualmente se refleja, antes era la fachada de la Penitenciaría de Cundinamarca.

El lugar que, según su insignia, tiene 192 años de historia, ha sido testigo de anécdotas oscuras y dolorosas de cientos de presos que cumplían su condena dentro de la cárcel. Así fue como el

panóptico de Bogotá no tardó en convertirse en un edificio reconocido y emblemático.

Esta cárcel fue un proyecto de construcción de Tomás Cipriano de Mosquera, militar y expresidente colombiano, en 1847.

En principio, la idea era crear un centro penitenciario que permitiera resocializar a los presos de una forma diferente y poco vengativa a través de la reflexión. Por eso, se dispuso de una serie de capillas dentro de la prisión para que los condenados pudieran acer-

carse a Dios y sanar sus errores. Sin embargo, no tardó en convertirse en la insignia del horror.

Una cárcel que, en ese entonces, solo tenía la capacidad de 207 celdas llegó a tener más de 5.000 presos que pagan su condena. El hacinamiento fue tan cruel y despiadado que recibió el nombre de «La gusenera».

Estos muros, a su vez, fueron testigos de la detención de Adolfo León Gómez, poeta liberal colombiano. La condena que se dio en el contexto de la Guerra de los Mil

Días tuvo como resultado una serie de vejámenes que posteriormente el poeta relata en su libro: «Secretos del panóptico».

Miles de historias que se mezclan entre el terror y adrenalina se quedaron dentro de la Penitenciaría de Cundinamarca. Entre las anécdotas más recordadas está la fuga de 40 hombres que, al mejor estilo de una película americana o como si se tratase de la cárcel Alcatraz, escaparon por el techo ya que no soportaban la vida indigna que ofrecía este centro de reclusión.

La Penitenciaría de Cundinamarca funcionó hasta el año 1930, fecha en que trasladaron a los presos a la cárcel La Picota.

«La multitud de gente, la estrechez del local, la falta de aire y de agua, el desaseo de muchos, la absoluta carencia de sol y de ejercicio, tenían que desarrollar enfermedades. La disentería, la viruela y el tifo tenían allí su asiento. Pero el Gobierno no se preocupaba por tan poca cosa».

Cuesta creer que esta descripción, que hizo el escritor y político liberal Adolfo León Gómez, en



Entre las anécdotas más recordadas está la fuga de 40 hombres que, al mejor estilo de una película americana o como si se tratase de la cárcel Alcatraz, escaparon por el techo ya que no soportaban la vida indigna que ofrecía este centro de reclusión.

su libro 'Secretos del Panóptico', haga referencia al predio en el que hoy funciona el Museo Nacional de Colombia.

Esta hermosa edificación, declarada monumento nacional en 1975, se levanta solemne en medio de la concurrida carrera Séptima con calle 28, en el Centro Internacional de Bogotá. En su interior guarda siglos de historia y cada día recibe a cientos de ciudadanos y turistas que quieren apreciar un poco más las raíces y la cultura colombianas.

Pero no siempre fue así. Durante 72 años funcionó en este lugar la Penitenciaría Central de Cundinamarca, que no por nada era símbolo de terror y arbitrariedad. Precisamente, de aquella época proviene el testimonio de Adolfo León, quien estuvo recluido en tres oportunidades en esta cárcel de alta seguridad.

Así, pues, las paredes que hoy sostienen pintu-

ras, esculturas, fotografías y elementos valiosos del pasado de la Nación, fueron testigos de las atroces injusticias y torturas que vivieron miles de presos a finales del siglo XIX e inicios del XX.

La idea de abrir el panóptico apuntaba a cambiar las conductas criminales y a rehabilitar a los reclusos a través del trabajo e, incluso, de la reflexión y el acercamiento a Dios. Sin embargo, poco a poco, el hacinamiento al interior de la penitenciaría, los crueles castigos y la falta de una atención médica para los presos, acabó por completo con dicho cometido. Los castigos

Muchos fueron los instrumentos de castigo que se usaron en la Penitenciaría de Cundinamarca: cadenas, esposas, chapas y grilletes, entre otros. Además, había varias formas de hacerle pagar a los presos sus faltas: la picota, el mico, la guillotina, el cepo y la muñequera eran solo algunas de las torturas que

los carcelarios utilizaban. «Casi no había noche que unos gritos espantosos, mezclados con maldiciones y alaridos de dolor, no viniesen a aumentar el malestar general y a acabarnos de quitar el sueño. Esos gemidos los daban los pobres presos a quienes, por insignificante falta suya o por cualquier abuso de los capataces, ponían en el cepo. Era éste un suplicio tan bárbaro, que aun a los hombres más esforzados y valientes hacía gritar y llorar, como lo presenciamos muchas

veces. Y no era para menos, porque consistía en dos maderos paralelos colocados horizontalmente sobre dos postes verticales, a cierta altura del suelo. En esos maderos había agujeros para meter los pies del preso, que quedaba colgando con la cabeza contra los ladrillos (...)», relata un historiador. Hoy en esa macabra edificación del pasado se levanta el Museo Nacional de Colombia creado en 1823, y es uno de los más antiguos de América. Ofrece a sus visitantes diecisiete

salas de exposición permanente, en las cuales se exhiben alrededor de 2.500 obras y objetos, símbolos de la historia y el patrimonio nacional. En su calendario de exposiciones temporales, el Museo presenta muestras de historia, arte y arqueología nacionales e internacionales. Adicionalmente, brinda una variada programación académica y cultural que incluye conferencias, conciertos, presentaciones de teatro y danza y proyecciones audiovisuales, entre otros.

A la hora de informar...

TROYANOTICIAS
El poder de la credibilidad

Entérense de lo que acontece en Colombia y el mundo.
A partir del 14 de septiembre, bajo la dirección de Luis Guillermo Troya y un equipo de periodistas, analistas, investigadores y corresponsales les mantendrán bien informados. Permítanos llegar a sus receptores y dispositivos móviles.

Informamos sin tomar partido, con la fórmula del éxito periodístico: formulamos las preguntas, y el oyente hace su propio análisis.

6:00 a.m.
JORGE BARON
División Radio
1490 AMPLITUD MODULADA

DIRECTOR LUIS GUILLERMO TROYA LÓPEZ

En simultánea con 50 estaciones de
Cadena Radial HSCH

JORGE BARON
División Radio
1490 AMPLITUD MODULADA
PUNTO 5

Covid-19:

COLOMBIA SEGUNDO LUGAR MUNDIAL EN MUERTES Y CONTAGIOS



India ocupó el primer puesto con 907 y luego Colombia con 648, en número de muertos por Covid-19.

Guillermo Romero Salamanca

Al finalizar el mes de junio Colombia se convirtió en el segundo país en el mundo con mayor número de muertos y contagios por Covid-19.

Según el número de muertes Covid-19 India ocupó el primer puesto con 907 y luego Colombia con 648. Le siguen Brasil con 618, Rusia con 611, Argentina con 574, Indonesia con 423, Chile con 156 e Irán con 140.

En Estados Unidos fallecieron 95 y en Afganistán 64.

En el número de contagios India —que tiene más de 1.300 millones de habitantes— fue de 37.037 seguido por Colombia con 28.478.

Les escoltan Reino Unido con 22.868, Rusia con 21.650 e Indonesia con 20.694.

El Gobierno Nacional no se ha reportado sobre las cifras y prefiere mirar otros temas distintos a la pandemia.

VACUNACIÓN CON JANSSEN

La Secretaría Distrital de Salud de Bogotá informa a la ciudadanía que, las personas mayores de 50 años o aquellas menores de 50 con alguna enfermedad de base (comorbilidad) y que se encuentren priorizadas en 'Mi Vacuna', podrán acudir a cualquier punto de la ciudad para recibir la dosis única de biológico Janssen, de la farmacéutica Johnson & Johnson. Las personas de 45 años y más podrán asistir al punto de vacunación de su preferencia

para iniciar o completar su esquema de vacunación contra el COVID-19, de acuerdo con la disponibilidad de vacunas así: Sinovac para primeras y segundas dosis, AstraZeneca solo para segunda dosis y Pfizer solo para segunda dosis.

ARGENTINA VA POR VACUNAS A RUSIA

El presidente de la empresa Aerolíneas Argentinas, Pablo Ceriani, anunció que se prepara otro vuelo a Moscú para traer más dosis de la vacuna Sputnik V, con el objetivo de seguir combatiendo la

pandemia de la Covid-19 en el país. Aunque no especificó el número de dosis, Ceriani aseveró que el nuevo vuelo corresponde a la campaña de la masiva vacunación en Argentina, «es nuestra vigesimoséptima operación en búsqueda de vacunas para la mayor campaña de vacunación de la historia», agregó.

MÉXICO AUMENTA AL 11% COVID-19

La Secretaría de Salud de México informó que el país registró 35.016 nuevos casos de la Co-



La pandemia a través de sus variantes complica la situación de la humanidad.

vid-19, lo que representa un incremento de casos activos del 11 por ciento respecto a las últimas tres semanas.

Las autoridades sanitarias alertaron de la situación epidemiológica y recordaron que el pasado domingo el incremento de contagios fue del 8 por ciento, por lo que pidieron a la ciudadanía acatar las medidas de bioseguridad.

Se registró un total de 2.505.792 contagios de la Covid-19 y 232.562

víctimas mortales a causa de la pandemia.

ESTADOS UNIDOS DONARÁ VACUNAS A PARAGUAY

Paraguay recibirá una donación de Estados Unidos de un millón de vacunas contra el covid-19 de Pfizer, que serán entregadas en las próximas semanas, anunció este lunes durante su visita a Asunción la subsecretaria de Estado para Asuntos Políticos de Estados Unidos, Victoria Nuland, informó CNN.

En su cuenta de Twitter, el presidente de Paraguay, Mario Abdo Benítez, agradeció la importante donación del gobierno del presidente Joe Biden.

«Muy agradecido con el gobierno de los Estados Unidos de América por el anuncio de la donación al Paraguay de 1 millón de vacunas Pfizer contra el covid-19. La cooperación entre nuestros países está fundada sobre principios y valores compartidos», manifestó el mandatario paraguayo.

La Puerta de Oro:

BARRANQUILLA ES TU CIUDAD

Orbedatos
Agencia de Noticias

Hace unos 40 años, la orquesta venezolana Los Melódicos impuso para la gloria, «Barranquilla es tu ciudad», en la cual relata que siempre te ofrece una sonrisa, o la belleza de sus mujeres, su zona franca o su río Magdalena.

Su calor, su arena, su historia, sus personas, sus tradiciones y desde luego su Carnaval le dan a Barranquilla una característica especial para atraer a turistas, empresarios y hombres de negocio.

Según Pro Barranquilla, la ciudad tiene una ubicación estratégica en el Caribe en el epicentro de la región turística por excelencia de Colombia a tan sólo 1 hora por vía terrestre de Cartagena y Santa Marta.

El Aeropuerto Internacional Ernesto Cortissoz ofrece vuelos internacionales diarios hacia el Aeropuerto de Tocumen en la Ciudad de Panamá y al Aeropuerto Internacional de Miami que conectan Barranquilla con el resto del mundo por ser hubs de aerolíneas internacionales brindándonos la oportunidad de acceso a más de 150 destinos en 47 países. Asimismo, cuenta con excelente conectividad nacional hacia las diferentes ciudades del país a través de 200 vuelos semanales.

La tendencia mundial de la globalización y los negocios internacionales



Barranquilla puede ser la ciudad colombiana que más ha inspirado a los compositores.

ha incentivado a inversionistas a buscar nuevos mercados como Barranquilla, por su constante crecimiento económico y social. Por esta razón, la ciudad ha comenzado a desarrollar una oferta hotelera más amplia para atender turistas en busca de negocios que conforman el 57% de los turistas extranjeros que se alojan en hoteles. En los últimos años cadenas hoteleras como Hilton, Wyndham, Estelar, Holiday Inn, Sheraton, Sonesta y Royal, han apostado por el potencial de la ciudad.

El Atlántico cuenta con más de 32 instituciones para la formación técnica, profesional y especializada, ofreciendo recurso humano calificado

para el sector. Según el último censo del DANE, Barranquilla tiene la segunda concentración más alta de bilingüismo del país, pues son alrededor del 6,6% las personas que cuentan con una formación bilingüe en inglés. Los idiomas más estudiados en la ciudad son el Inglés, Francés, Alemán y Portugués.

Un ambicioso programa de recuperación urbana que contempla la recuperación del centro histórico de Barranquilla y el desarrollo de la Loma mediante la construcción de la Avenida del Río y el Centro de Eventos y Convenciones del Caribe, Puerta De Oro se convierten en atractivos que complementan la oferta turística

de la ciudad pionera de Colombia.

Una oferta cultural de eventos como el Carnaval de Barranquilla, nombrado por la UNESCO como Obra Maestra del Patrimonio Oral e Intangible de la Humanidad, Barranqui-Jazz, Sabor Barranquilla, Carnaval de las Artes, y Plataforma K entre otros. El nuevo Parque Cultural del Caribe ofrece una interesante oferta de eventos semanales para el turismo cultural.

Un potencial de desarrollo en la ribera entre Cartagena y Barranquilla para el desarrollo de segunda vivienda, marinas, parques de diversiones, resorts y centros espe-

cializados para deportes acuáticos

Importante mercado para el desarrollo de proyectos turísticos. Tiene un gran potencial para el desarrollo de una variedad de actividades alrededor del turismo cultural, de negocios, de compra, de salud, deportivo y de eventos y convenciones.

CON TODOS LOS POTENCIALES

Barranquilla, situada a 1.007 kilómetros al norte de Bogotá, en la costa Caribe, es la capital del departamento del Atlántico y cuenta en la actualidad con cerca de 1,5 millones de habitantes.

El aspecto general de Barranquilla muestra dos

áreas diferentes: una al este, plana y baja, alejada al río Magdalena, la otra hacia el oeste, formada por lomas de diferente altitud que no sobrepasan los 150 metros sobre el nivel del mar.

Predominan los vientos alisios del noroeste, las temperaturas son altas pero refrescadas por las brisas marinas.

Sus calles son amplias y pavimentadas. La salida y entrada de pasajeros y carga por vía aérea se realiza a través del aeropuerto Ernesto Cortissoz, ubicado en el municipio de Soledad.

Barranquilla tiene una infraestructura hotelera amplia, además de hostales, residencias y otras formas de hospedaje, que ofrecen al visitante diferentes alternativas de alojamiento.

Dentro de los sitios de interés cultural sobresalen los museos Romántico, de Historia Natural, Antropológico; las iglesias de San Nicolás y San Roque, el Jardín Botánico, Bocas de Ceniza y las playas de Pradomar. Anualmente se celebra el Carnaval de Barranquilla, que por su originalidad y cantidad de participantes, es considerado uno de los más importantes de América.

Esta fiesta, que no tiene paralelismos con ninguna otra, es amenizada con la música típica de la región con la cual se da paso a danzas autóctonas, en las que se exhiben trajes multicolores exóticos.

Teatro Amira De La Rosa

Dirección: Carrera 54 con calle 52

Está ubicado en los límites del barrio El Prado



La transformación de Barranquilla ha sido grande en los últimos 20 años.

con el barrio Abajo del río. Es el centro de la cultura en la ciudad de Barranquilla. En su interior, el turista puede disfrutar de obras de teatro, exposiciones de pintura, espectáculos musicales y eventos de todo tipo. Tiene un hermoso telón que representa con sus múltiples colores la leyenda del Hombre Caimán.

Museo romántico

Dirección: Carrera 54 con Calle 59

En esta vieja mansión de estilo republicano, el visitante encontrará varios objetos que recuerdan la historia de la ciudad. Allí se puede observar los disfraces de la reina del carnaval. También está la maquina de escribir de Alfonso Fuenmayor con la que el premio Nobel Gabriel García Márquez escribió su novela La Hojarasca, además de algunas cartas escritas por Simón Bolívar.

Zoológico de Barranquilla

Dirección: Calle 77 Carrera 68 Es el sitio ideal para que el turista pase un rato agradable en familia, porque tiene una granja para que los niños

tengan contacto directo con la naturaleza. Este zoológico cuenta con 550 animales de 140 especies, algunas de ellas en vías de extinción; como el cóndor, el manatí y el oso de anteojos; así como guacamayas, leones, chimpancés, reptiles y murciélagos, además del mono tití cabeciblanco, que es característico de la región. Tiene una Granja para que los niños tengan contacto directo con los animales y un parque de recreación.

Antiguo edificio de la Aduana

Dirección: Vía 40 con Calle 39

En esta hermosa edificación funciona la Biblioteca Piloto del Caribe, el Archivo Histórico del Atlántico, el Museo de Arte Moderno, el Centro de Documentación Musical Hnas Federico Neumann y las oficinas administrativas de las más importantes entidades de la ciudad. Fue restaurado en 1994 y es el símbolo del comercio en Barranquilla.

La Estación Montoya

Dirección: Vía 40 con Calle 39

Construido a finales del siglo XIX por la Barranquillera Railway and Pier Co, fue utilizado como terminal para los trenes que comunicaban con Puerto Colombia.

Bocas de ceniza

Es el terminal marítimo y fluvial, en donde el río Magdalena vierte todas sus aguas al Mar Caribe. Para llegar a este lugar, el turista puede tomar un tren desde el Campamento de Flores y observar un bello atardecer acompañado de un paisaje adornado por flamings.

Volcán de Lodo

Esta formación natural de 7 metros de alto por 2 de diámetro se encuentra en el municipio de Galerazamba, distante 70 km de Barranquilla a orillas de la Ciénaga del Totumo y es uno de los principales atractivos turísticos del Atlántico.

Cueva de la Mojana

Se ubica en el corregimiento de Arroyo de Piedras. Desde allí se aprecia la Laguna de Guájaro donde es donde los amantes de la aventura podrán practicar deportes náuticos.

Lago del Cisne

A tan solo 3 kilómetros de Barranquilla, este hermoso lago de aguas profundas es ideal para montar en bote y practicar la pesca.

Playas

Pradomar

Se encuentra a tan sólo 18 km de Barranquilla y es el más importante centro de recreación y descanso de la ciudad. Allí el turista encontrará hermosas playas, estaderos y escenarios para la práctica de deportes acuáticos.

Puerto Velero

Se ubica sobre la vía que conduce a Cartagena en el municipio de Tubará, el cual posee unas bonitas playas, con la opción de hospedaje y alimentación para el visitante.

Salgar y

Santa Verónica

Es el sitio ideal para que el turista disfrute de los restaurantes típicos de la región y es reconocido porque allí se cocinan deliciosas recetas que incluyen una gran variedad de pescados.

Una mirada a Barranquilla y al Atlántico

14 % del PIB del Atlántico está constituido por establecimientos comerciales, restaurantes y hoteles.

3% de los visitantes que llegan a Colombia se dirigen al Departamento del Atlántico.

Segunda ciudad en Colombia con mayor índice de bilingüismo.

Vuelos internacionales a Panamá, Miami y vuelos nacionales a distintas ciudades colombianas.

UNA JOYA DEL PATRIMONIO UNIVERSAL



Cartagena bañada por el mar caribe.

Cartagena es una ciudad que está ubicada a orillas del Mar Caribe, en la zona noroccidental del continente suramericano. En Colombia, se encuentra al norte del país, y es la capital de la región de Bolívar. 'La Ciudad Heroica' contempla a su alrededor varios archipiélagos e islas que son paraísos para un verdadero descanso. Aparte de limitar con San Andrés y Providencia, entre las islas más conocidas se encuentran las Islas del Rosario, la Isla de Tierra Bomba e Isla Múcura, entre otras.

Esta ciudad se suma a los encantos de su arquitectura colonial, los

atractivos de una intensa vida nocturna, festivales culturales y paisajes exuberantes. Las playas de la ciudad te invitan a hacer turismo, descansar y divertirse con la refrescante brisa y las tibias aguas del mar.

Además, Cartagena cuenta con una excelente oferta gastronómica y una importante infraestructura hotelera y turística.

Este fantástico destino guarda los secretos de la historia en su ciudad amurallada, en sus balcones y en sus angostos caminos de piedra que sirvieron de inspiración a Gabriel García Márquez, ganador del premio No-

bel de Literatura en 1982.

Enmarcada por una hermosa bahía, Cartagena de Indias es una de las ciudades más bellas y mejor conservadas de América; un tesoro que, hoy en día, es uno de los destinos turísticos más visitados de Colombia.

¿Qué hacer en Cartagena de Indias?

Indudablemente, debes conocer el patrimonio arquitectónico y cultural de la ciudad recorriendo su centro histórico, el cual se encuentra rodeado por largos kilómetros de antiguas murallas que conforman la ciudad amurallada. La belleza y la importancia de este paisaje de Cartagena hi-

cieron que fuera declarada Patrimonio Histórico de la Humanidad por la Unesco en 1984.

En Cartagena, además de palpar cientos de años de historia en calles empedradas, podrás explorar el impresionante Castillo de San Felipe de Barajas, que data del siglo XVII. De esta manera, podrás conocer casi todo sobre Cartagena y una descripción detallada de la ciudad.

Así mismo, podrás asombrarte con un recorrido por las iglesias antiguas y por monumentos famosos de Cartagena de Indias como los dedicados a la India Catalina, a los Zapatos Viejos y a

los Pegasos. Otra de las actividades que puedes considerar si te estás preguntando qué hacer en Cartagena, es visitar el Museo Naval o el Centro Comercial La Serrezuela.

En estas caminatas, además de disfrutar de la agradable temperatura de Cartagena, podrás apreciar los ritmos locales que suenan en las calles y las artesanías que engalanan los comercios. Por otro lado, si te estás preguntando qué ver en Cartagena, te animamos a que disfrutes de un graffiti tour por el barrio Getsemaní.

Al caer la noche, el encanto de la zona colonial

es perfecto para que recorras la ciudad sobre un carruaje guiado por caballos. Es una experiencia que te transportará en el tiempo.

Experiencias únicas

Pero Cartagena no sólo es historia, pues la ciudad es escenario de un vibrante presente que se manifiesta en importantes eventos de talla mundial, que posiciona la Cartagena de hoy.

Uno de ellos es el Festival Internacional de Música – Hay Festival, que se celebra en enero y que reúne a los principales exponentes de la música instrumental y de la literatura internacional.

Así mismo, en ‘La Heroica’ se lleva a cabo en marzo el Festival Internacional de Cine y Televisión, un evento al que asisten cineastas, actores, músicos y aficionados del séptimo arte, y que cuenta con muestras cinematográficas gratuitas de altísimo nivel.

Sin duda alguna, todos estos eventos son imperdibles a la hora de buscar qué hacer o qué visitar en Cartagena.

Actividades que no te puedes perder

Cartagena, Colombia es una ciudad vibrante, con un sinnúmero de planes perfectos para hacer todo tipo de turismo.

Una muestra de ello es la variada gastronomía que ofrece la ciudad. De esta manera, los restaurantes en Cartagena van desde restaurantes de cocina internacional, hasta tradicionales lugares en los que podrás probar delicias cartageneras, como el arroz con chipi chipi, el lomo de cerdo en salsa de tamarindo y la crema de langostinos. Además, la ciudad cuenta con el



Cartagena

mar Caribe, que permite reposo y diversión con un clima siempre agradable. Otra opción también es disfrutar de los cruceros que salen de Cartagena y disfrutar de los maravillosos paisajes de la costa colombiana. De la misma manera, si prefieres quedarte en la ciudad, las playas cercanas a Cartagena son perfectas para disfrutar de un cóctel o un plato local, tomar el sol, descansar o también aventurarse a practicar todo tipo de deportes náuticos.

Cartagena tiene más de 5 complejos de islas a su alrededor que a su vez proporcionan más de 20 playas para visitar y disfrutar. Las principales y las mejores playas en el área de Cartagena se encuentran en las Islas del Rosario, Barú y San Bernardo.

Además, si quieres tener contacto con el sector más turístico de La Heroica, puedes visitar Bocagrande, que cuenta con amplias playas, ho-

teles, restaurantes, centros comerciales y discotecas.

Por último, ten en cuenta que Cartagena es un destino de ensueño para celebrar bodas y pasar lunas de miel. De hecho, la ciudad recibe a numerosos cruceros que viajan por el Caribe.

Recomendaciones

Existen muchas maneras de llegar a Cartagena de Indias. Hoy en día, ya no es necesario hacer escala en Bogotá para llegar a ‘La Heroica’. Si vienes desde el extranjero, puedes tomar un crucero o un avión. Aerolíneas como American Airlines, JetBlue, Interjet, KLM, Delta y Copa vuelan directamente al Aeropuerto Internacional Rafael Núñez de Cartagena. Si te encuentras en el interior del país, puedes tomar un vuelo con Avianca o LAN, o en bus desde ciudades como Barranquilla, Santa Marta o Bucaramanga, trayectos que tardarán menos de 10 horas. El

tiempo en Cartagena de Indias es muy agradable. Al ser una ciudad costera, su clima es tropical húmedo y seco con una humedad relativa del 84 %. La temperatura en Cartagena es cálida casi todo el año y oscila, en general, entre los 23 y los 30° C. Ideal para visitar la ciudad amurallada, los restaurantes, los cruceros y las playas de ‘La Heroica’.

El mejor tiempo o temporada para viajar a Cartagena varía poco durante el año. Debido al agradable clima cálido de ‘La Heroica’, la ciudad recibe miles de turistas mes a mes. Sin embargo, la mejor época para visitar las hermosas playas y paisajes de Cartagena es entre finales de noviembre y finales de abril, momentos en los que se encuentra un clima más seco.

Transportarse es muy sencillo, especialmente en taxi, ya que no son muy largas las distancias en las zonas turís-

ticas. Sin embargo, te recomendamos que verifiques los precios de los taxis con anterioridad para que evites inconvenientes por sobrecostos.

Las opciones de alojamiento son diversas e incluyen desde hostales económicos, hasta los tradicionales hoteles coloniales, pasando por los exclusivos hoteles boutique.

Un lugar para degustar

Con la apertura de la Terraza – Café del Hotel Almirante el visitante encuentra una muestra representativa de la gastronomía típica Caribe.

«La terraza es un lugar situado frente a la playa, ambientado por palmeras, luces colgantes y el sonido de la brisa y las olas del mar. Es un espacio ideal para compartir con familiares y amigos, una especie de oasis, fuente de frescura y modernidad, que contrasta con los tonos azules del cielo y del mar caribe» comenta Juan Lozano, Gerente General del Hotel Almirante Cartagena.

En la Terraza Café es posible encontrar los más exquisitos y saludables desayunos. Al mediodía será el lugar preciso para almorzar o merendar con ricos bowls, ensaladas frescas, ceviches artesanales, sándwiches gourmet y deliciosas pizzas, acompañados de malteadas o jugos típicos. Por la noche será posible disfrutar de la diversidad de sabores y colores es sus novedosos cócteles. Todo esto y más, en La Terraza- Café ubicada en la esquina del Hotel Almirante Cartagena, sobre la Avenida El malecón, de la cual por su estratégica ubicación se convierte en punto ideal para la vida nocturna y social de la zona.

ALTA Tensión



VARIANTE DELTA EN COLOMBIA

JUICIO A FUTBOLISTA COLOMBIANO

La situación se agravó en los tribunales de Lomas de Zamora para el delantero colombiano: la Sala III de la Cámara de Apelaciones rechazó el planteo de su defensa y por el contrario el futbolista Sebastián Villa, irá a juicio, por lesiones y amenazas a su ex mujer. Así lo decidió hoy la justicia argentina.

URIBISMO Y PETRISMO CALIFICADOS DE VÁNDALOS

La alcaldesa de Bogotá Claudia López no quiso retractarse y confirmó

que los disturbios fueron impulsados por la Colombia Humana, partido de Gustavo Petro.

Incluso, afirmó que la radicalización viene también por parte del partido Centro Democrático.

«Detrás de los disturbios en Bogotá no solo está el petrismo, sino el uribismo», recalcó la alcaldesa.

PETRO ANUNCIA DENUNCIA CONTRA CLAUDIA LÓPEZ

El senador Gustavo Petro anunció que denunciará penalmente a

Claudia López: Lo hará porque cree que lo está calumniando al equiparar su movimiento con actos violentos. La alcaldesa dijo que los insumos que compró el senador Gustavo Bolívar para los manifestantes se usaron para vandalizar.

DENUNCIADO EL ESMAD POR AGRESIÓN A PERIODISTA

Kathy Sánchez, periodista de RCN Radio, dijo que: «Ya interpuse la denuncia contra el Esmad». Relató que los uniformados, cuando desataron la ola de violencia. Inmediatamente las dos

periodistas comienzan a grabar con una cámara y un celular. Esto, aparentemente genera disgusto entre un grupo de agentes que comienzan a golpearlas.

EX FARC SERÁ EXTRADITADO

El ex guerrillero Luis Eduardo Carvajal Pérez alias 'Rambo', será extraditado a los Estados Unidos por determinación que adoptó la Sección de Revisión de la JEP al negar la garantía de no extradición.

Luis Eduardo Carvajal Pérez alias 'Rambo',

será enviado ante la justicia norteamericana al considerar que existe probabilidad de que los delitos por los cuales es requerido se hayan cometido con posterioridad a la firma del Acuerdo Final de Paz.

Luis Eduardo Carvajal Pérez, alias 'Rambo' fue durante años el jefe de la columna Daniel Aldana, de las extintas FARC. Es solicitado en extradición por el Gobierno de las autoridades de Estados Unidos por el delito de narcotráfico.

EL FANTASMA



Aída Victoria Merlano, hija de la excongresista Aída Merlano, llamó la atención de varios de sus fieles seguidores de redes sociales luego de una sorpresa que recibió de su novio, Lumar Alonso, y su progenitora, tras alcanzar dos millones de seguidores en Instagram. Merlano compró severo apartamento y lo chicaneó.

Sara Uribe se destaca por mantener activa relación con sus más de 6 millones de seguidores en Instagram, constantemente comparte su día a día, demostrando sus facetas como mamá y empresaria.

Jessi Uribe y Paola Jara han tomado cada vez más en medio de la música popular, algo que los convierte en un referente para que hagan su presentación como protagonistas de una novela de la televisión colombiana. El encargado de emitir este relato será el Canal RCN por medio de su producción 'La Conquista', el mismo nombre que tuvo el tour que incluyó a ambos artistas colombianos.

Después de 6 años y medio, el matrimonio de James Rodríguez y Daniela Ospina ya no fue más. Aunque se dijo que James estaba muy cercano a la mo-



Aída Victoria Merlano, será candidata al Congreso

delo rusa Helga Lovekaty, la versión oficial es que no compartían los mismos intereses profesionales. Los ex, que tienen una hija, Salomé, son buenos amigos. Hoy, se dice que están solteros, luego de que él rompiera con Shannon de Lima, y ella, con Harold Jiménez.

El padre Alberto Lineiro, un sacerdote retirado que es muy conocido en Colombia, salió a manifestar su apoyo público para la población LGBTI

«Nadie por ser diverso tiene menos dignidad que otros, en eso todos somos iguales. Aunque en nuestras características seamos diferentes, pues hemos sido criados así. Podría decir que la diversidad es un invento de Dios», señaló Alberto Libero, sacerdote que se retiró de la curia porque «me mamé». de la soledad.

La escritora cubana Delia Fiallo falleció este martes a los 96 años de edad en Miami, Estados Unidos, según información difundida por el portal mexicano Las Estrellas.

La noticia habría sido confirmada por la hija de la guionista, quien manifestó a dicho medio que la guionista «murió en paz y rodeada de sus seres queridos».

Holanda:

TURISMO CON LOS DUEÑOS DEL AGUA



Rotterdam

Orbedatos Agencia de Noticias

Los llamados Países Bajos son grandes conocedores del agua. Cuando visite Holanda haga un recorrido por Ámsterdam, La Haya, Róterdam, Marken y Voledam.

La cuarta parte del país se encuentra por debajo del nivel del mar, de allí su nombre.

Esta no es la única relación de Holanda con el agua: en muchas de sus ciudades los canales son uno de sus principales atractivos, su poderío naval fue notable durante siglos y sus puertos son algunos de los más

importantes no solo de Europa sino también del mundo; además de que su colorido es fruto de su clima lluvioso. Estas son algunas de las razones de que el país se presente como un destino turístico de belleza inimitable. Holanda, turismo, bicicletas, canales, flores y colores son sinónimos para el turista, porque todo eso es lo que podrá encontrar en el país.

Como contraste, La Haya, otra de las ciudades para visitar, se presenta más sobria. Destacan los edificios institucionales, ya que además de la sede del Tribunal Internacional de Arbitraje, es centro político y administrativo de Países Bajos, cuyas institucio-

nes ocupan espectaculares edificios de distintas épocas.

Cerca de esta ciudad, podrá admirar también Madurodam, un parque temático en el que verá toda Holanda, pero en miniatura. Este curioso 'pueblo' cuenta con una representación a escala de 1:25 de las principales atracciones turísticas del país: edificios, puentes, canales, etc.

Holanda sigue manteniendo vivas antiguas tradiciones, y lo podrá comprobar en el típico pueblo holandés de Delft, donde no puede dejar de visitar su centro histórico, construido también a los lados de canales. Sus edificios medievales, sus torres

góticas y sus casas inspiraron al famoso pintor Johannes Vermeer.

Otra de las ciudades que hay que ver en Holanda es Rotterdam. Aunque su aspecto más industrial puede contrastar con el color de los campos holandeses, no se deje engañar. Róterdam cuenta con un impresionante casco histórico, además de ser el puerto más importante de Europa, y solo por eso merece una visita.

Para conocer cómo era el país en otras épocas, continúe su viaje hasta los pueblos pesqueros de Marken y Voledam, donde se conservan perfectamente las típicas casas de pescadores, y

donde la gente aún viste los trajes típicos holandeses, lo que le permitirá presenciar algunas de las escenas más pintorescas de su recorrido por Holanda.

PUNTOS PARA VER

Rotterdam es una ciudad con mil caras: ciudad de moda para salir, elegante ciudad comercial y ciudad artística a la última. Pero Rotterdam es sobre todo la ciudad de la arquitectura de Holanda, con la innovación como punto central y una silueta urbana en constante cambio. Son muchas las cosas que puedes hacer entre los rascacielos de Rotterdam. Ir de tiendas, comer como un rey y visitar todo tipo de museos y atracciones en los al-



Plaza en La Haya, Países Bajos

rededores del centro. La Haya es una de las ciudades más especiales de Holanda. No solo porque es la sede de nuestro gobierno, sino también por sus muchos monumentos y barrios históricos y por su ubicación privilegiada al lado de la costa. La Haya se ha ganado los sobrenombres de 'Ciudad regia con vistas al mar'.

La ciudad de Utrecht, vital y activa, es el auténtico corazón de Holanda. Está construida alrededor de la torre de Dom, omnipresente desde todos los puntos del casco urbano. Con esa referencia, es imposible perderse en su precioso centro peatonal. Utrecht tiene originales canales, con sótanos a nivel del agua, llenos de cafés y terrazas. Además

de la torre del Dom, Utrecht cuenta con cientos de monumentos que dotan a esta antigua ciudad universitaria de un ambiente especial.

Maastricht es una de las ciudades más antiguas de Holanda, y se comprueba inmediatamente paseando por su centro histórico. Iglesias, murallas, monumentales casas señoriales y amplias plazas se suceden armoniosamente junto con una amplia y variada oferta comercial.

Para tener un territorio relativamente pequeño, Holanda hace gala de una abundante variedad de naturaleza. El parque nacional de mayor tamaño es el Hoge Veluwe, que recomendamos explorar en una de sus más

de mil bicicletas gratuitas para poder llegar a todos sus rincones. El mar de Wadden es el humedal costero de mayor tamaño y más importante de Europa, y está incluido en la Lista del Patrimonio Mundial de la UNESCO. Podrás caminar por el lecho marino apuntando a una visita guiada. Y aún hay más: las playas de Zelanda, las colinas de Limburgo, el Sáhara de Brabante –las dunas de Loonse y Drunense–, La Venecia de Holanda –Weerribben-Wieden– y otras reservas naturales también te dejarán boquiabierto.

En pescados, en Holanda son muy típicos los platos de anguila ahumada (Gerookte Paling). También son muy consumidos a modo de tentem-

pié el Haring, el cual es un arenque que se come totalmente crudo y se sirve solo o acompañado por cebolla cruda.

GASTRONOMÍA HOLANDESA

En cuanto al marisco, son muy populares los mejillones fritos con mantequilla y el Garnaal o Nordseegarnelen, el cual es una especie de gamba pelada que se sirve cocida y acompañada por diferentes salsas. La cocina holandesa también es muy popular por sus famosos quesos, ya que muchos de ellos son muy reconocidos en el mundo, como por ejemplo el queso Gouda, Leyden o el Edam.

Platos típicos de Holanda:
Rijsttafel:

El Rijsttaf una comida de origen indonesio que se compone de una gran cantidad de pequeños platos de carnes y verduras, con diferentes grados de picante y se acompaña siempre con arroz.

Erwtensoepp:
El Erwtensoepp también es muy popular en las cenas holandesas, este plato consiste en una especie de sopa de guisantes.

Pannekoeken:
El Pannekoeken también es muy típico de la gastronomía holandesa, se trata de una especie de Crepe sobre el cual se ponen tanto ingredientes salados como dulces (beicon, compota de manzana, uvas pasas etc.).

CONEXIÓN ENTRE LA COMIDA Y EL EJERCICIO



Comer demasiado puede dejarlo con una sensación de lentitud, mientras que comer muy poco puede no proveerle la energía suficiente para sentirse fuerte durante toda la sesión de entrenamiento.

Natalia Lopez Orozco Especial

La comida y el ejercicio van de la mano. Cuándo y qué comer puede repercutir de manera importante sobre cómo se siente uno para hacer ejercicio, sea en una sesión de entrenamiento informal o en una competencia. Considere las sugerencias presentadas a continuación sobre la comida y el ejercicio.

Desayunar saludablemente

Si hace ejercicio por la mañana, levántese suficientemente temprano para terminar el desayuno

no por lo menos una hora antes de la sesión de entrenamiento. La mayor parte de la energía obtenida durante la cena de la noche anterior se consume por la mañana y la glucosa sanguínea puede encontrarse baja; por lo que si no come, posiblemente se sienta lento o tenga mareo al hacer ejercicio.

Si piensa hacer ejercicio dentro de la primera hora después de desayunar, coma ligero o beba algo para subir la glucosa sanguínea, como una bebida deportiva. Ponga énfasis en los carbohidratos para obtener la máxima energía.

Las buenas alternativas para el desayuno son:

Cereal o pan integral
Leche descremada
Jugo
Plátanos
Yogurt
Un gofre o panqueque

Recuerde que si normalmente bebe café por la mañana, probablemente no hay ningún inconveniente en tomar una taza antes de la sesión de entrenamiento. Además, no olvide que siempre que pruebe por primera vez un alimento o bebida antes de la sesión de entrenamiento, corre el riesgo de sentir malestar estomacal.

Importancia del tamaño

Tenga cuidado de no pasarse con la comida antes de hacer ejercicio. Las pautas generales son:

Comidas grandes. Cómalas por lo menos tres o cuatro horas antes de hacer ejercicio.

Comidas pequeñas. Cómalas dos o tres horas antes de hacer ejercicio.

Refrigerios pequeños. Cómalos una hora antes de hacer ejercicio.

Comer demasiado puede dejarlo con una sensación de lentitud, mientras que comer muy poco

puede no proveerle la energía suficiente para sentirse fuerte durante toda la sesión de entrenamiento.

Buenos refrigerios

La mayoría de personas puede comer refrigerios pequeños justo antes de hacer ejercicio y durante el mismo. La clave está en cómo se siente uno, así que haga lo que sea mejor para usted. Los refrigerios ingeridos poco antes de hacer ejercicio posiblemente no le aportarán más energía, pero pueden ayudarlo a mantener alta la glucosa sanguínea y evitar distraerse con retorcijones de hambre. Entre las alternati-

vas de refrigerios buenos están:

- Barritas energéticas
- Plátanos u otra fruta fresca
- Yogur
- Batido de fruta
- Rosca de pan (bagel) o galletas integrales
- Barritas de granola bajas en grasa
- Sándwich de mantequilla de maní

Si piensa hacer ejercicio varias horas después de la comida, es fundamental que ingiera un refrigerio saludable.

Comer después de hacer ejercicio

A fin de ayudar a los músculos a recuperarse y reemplazar la provisión de glucógeno, ingiera una comida que contenga tanto proteína como carbohidratos dentro de las primeras dos horas después de hacer ejercicio, de ser posible. Entre las buenas alternativas de comida después de la sesión de entrenamiento están:

- Yogur y fruta
- Sándwich de mantequilla de maní
- Leche de chocolate descremada y galletas saladas en forma de lazo (pretzels)
- Fideo con albóndigas
- Pollo con



A fin de ayudar a los músculos a recuperarse y reemplazar la provisión de glucógeno, ingiera una comida que contenga tanto proteína como carbohidratos dentro de las primeras dos horas después de hacer ejercicio, de ser posible.

- arroz integral
- Beber mucho líquido

No olvide beber líquidos. Uno necesita una cantidad adecuada antes, durante y después de hacer ejercicio para evitar deshidratarse.

A fin de permanecer bien hidratado para hacer ejercicio, el Colegio Americano de Medicina

del Deporte recomienda lo siguiente:

Beber aproximadamente 2 o 3 tazas (473 a 710 milímetros) de agua durante las siguientes dos o tres horas posteriores al ejercicio.

Beber alrededor de ½ a 1 taza (118 a 237 milímetros) de agua cada 15 a 20 minutos durante la

sesión de entrenamiento. Ajustar las cantidades según el tamaño del cuerpo y el clima.

Beber después de hacer ejercicio aproximadamente 2 a 3 tazas (473 a 710 milímetros) de agua por cada libra (½ kilogramo) de peso que se pierda durante la sesión de entrenamiento. El agua, por lo general, es la me-

jor manera de reemplazar los líquidos perdidos; pero si hace ejercicio durante más de 60 minutos, opte por una bebida deportiva. Las bebidas deportivas pueden ayudar a mantener el equilibrio corporal de electrolitos y ayudan a aportar un poco más de energía porque contienen carbohidratos.

Dejarse guiar por la experiencia

Tenga en mente que la duración e intensidad de la actividad que realice determinará la frecuencia y tipo de comida y bebida. Ejemplo: uno necesita obtener más energía de los alimentos cuando corre una maratón que cuando camina alrededor de la cuadra.

Cuando de comida y ejercicio se trata, todo el mundo es diferente. Por lo tanto, preste atención a cómo se siente durante la sesión de entrenamiento y a su rendimiento general. Déjese guiar por la experiencia para saber cuáles hábitos alimenticios antes y después de hacer ejercicio son mejores para usted. Considere mantener un diario a fin de controlar cómo reacciona su cuerpo ante la comida y los refrigerios, a fin de que pueda realizar ajustes en su alimentación para rendir al máximo.



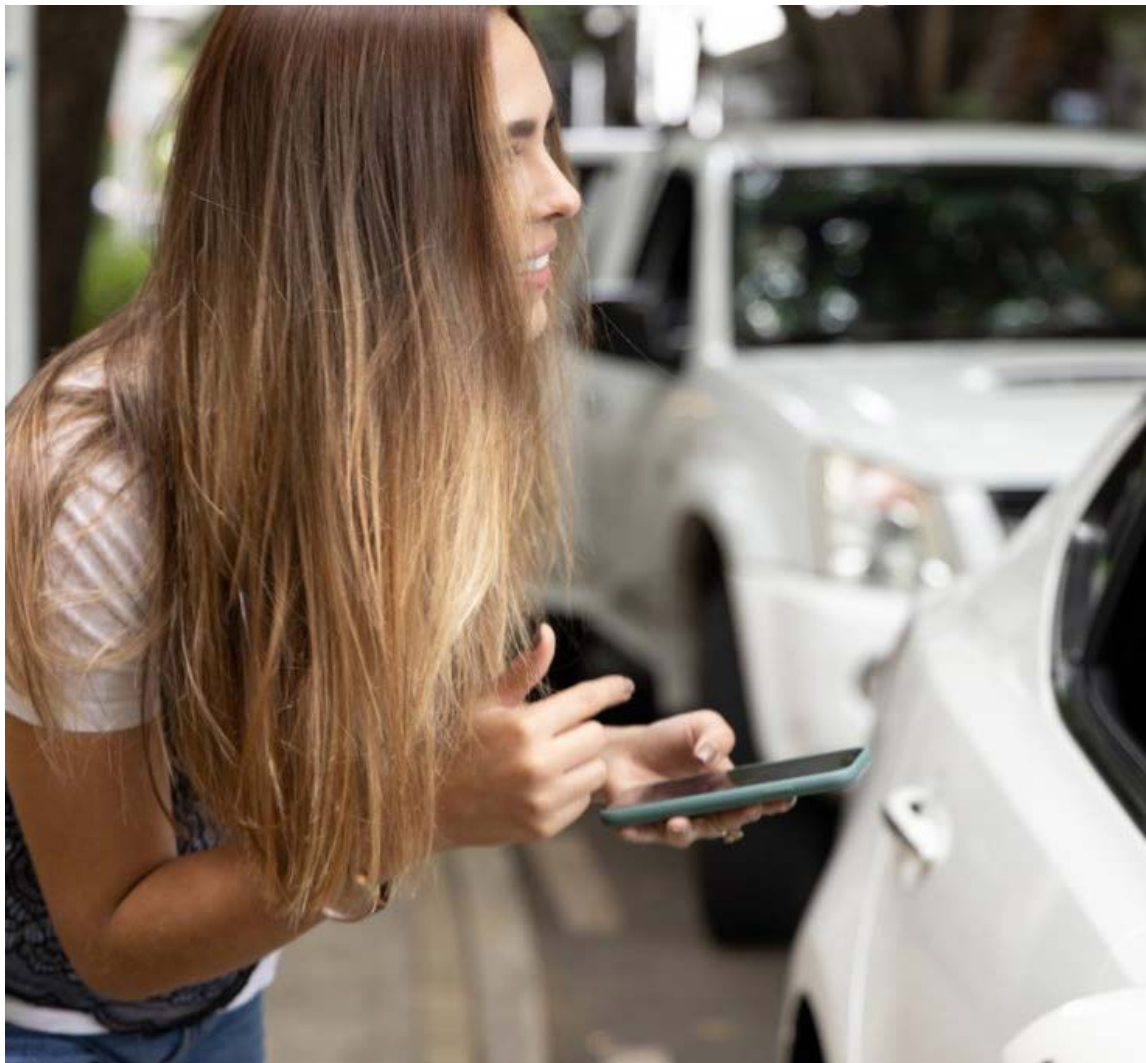
30 mil usuarios y 20 mil conductores:

MAT PARA FINALES DEL 2021 EN MEDELLÍN

Medellín es una de las ciudades preferidas por turistas nacionales y extranjeros, convirtiéndose así en uno de los destinos turísticos número 1 del país. Esta región es famosa por apoyar los emprendimientos colombianos, por esto MAT –Medios Alternativos de Transporte–, escogió la capital antioqueña como su segunda ciudad para iniciar operaciones en el país.

Y, es que de acuerdo con las cifras publicadas por el Ministerio de Comercio, Industria y Turismo –MINCIT–, Medellín recibió en el 2019 más 438 mil turistas, mientras que en el 2020, llegaron 138 visitantes de otros lugares del país y el mundo. En lo corrido del 2021 «la ciudad de la eterna primavera» ha recibido alrededor de 24.600 visitantes.

Ante este panorama, la apuesta del gobierno local para este 2021 y con el objetivo de reactivar el turismo en Medellín, es llevar a cabo la Feria de las Flores, así lo reveló Diana Osorio gestora social de Medellín y esposa de Daniel Quintero Calle, Alcalde de la ciudad, durante la realización de la Vitrina Turística de ANATO 2021, realizada en Corferias, Bogotá. Así mismo, la gestora social afirmó que para este 2021, Medellín le apunta a recibir más de 600



Mat llega a Medellín

mil visitantes. Bajo este escenario y conociendo el potencial de la capital de Antioquia, MAT inició operaciones desde el pasado 18 de junio del presente año, con servicios habilitados en la capital antioqueña, el área metropolitana y viajes desde y hasta el Aeropuerto de Río Negro.

Ante esto Juan Felipe Loaiza CEO de MAT, recalcó que la meta para cerrar 2021 es contar con 30 mil usuarios y 20 mil embajadores y comentó que «esta aplicación nació gracias a que hace más de un año y medio, nos sentamos los tres so-

cios para crear un nuevo emprendimiento e identificamos que en Colombia hacía falta una aplicación colombiana que movilizara a las personas de una manera diferente, con una propuesta que brinde seguridad tanto a pasajeros como a conductores y fuera más que una aplicación el medio para llegar a cumplir sus metas y sueños».

Fue así como desde agosto del 2020, con una inversión de 1.3 millones de dólares, esta aplicación inició operaciones en Bogotá y hasta la fecha, ya cuenta con más de 53 mil usuarios y 23

mil embajadores, así les llaman en MAT a sus socios conductores. Además, gracias a sus estrictos protocolos de seguridad, a hoy no se ha reportado ni un solo caso de abuso ni en usuarios, ni en conductores.

Cabe recalcar que, además de contar con unos procesos de seguridad, que le permite a la aplicación identificar en segundos si los usuarios o conductores cuentan con antecedentes judiciales que pongan en riesgo la integridad de la comunidad MAT y revisar la hoja de vida de los carros que conforman la app, ha di-

señado estrategias que buscan que los usuarios ahorren en su desplazamiento y que los conductores reciban su producido

Una de estas estrategias es la «Ruleta», un juego que se activa al iniciar la aplicación y otorga descuentos desde \$2.000 pesos, hasta el 60% del valor del viaje. En esta línea, también desde junio la aplicación lanzó «Destino a la Copa» una iniciativa que más allá de otorgar hasta un viaje gratis por usuario hasta \$10.000 pesos en la fecha en la que juega la selección Colombia en la Copa América, muestra el ADN de la marca.

«Uno de nuestros pilares es ir más allá de ser una aplicación de movilidad y trabajar en pro del sector de taxis y conductores, por esto nos hemos propuesto eliminar la brecha entre conductores de taxis y carros particulares, brindarles oportunidades de capacitación y mejorar el servicio al cliente con nuestros usuarios. Por esto, queremos ser mucho más que una app, queremos ser el medio para que tanto nuestros usuarios como nuestra familia de conductores cumplan sus metas, tengan calidad de vida y lleguen a su destino, porque todos tenemos una copa por la que luchamos día a día» aseveró el CEO de MAT.

APRETURA TRANSMUTADA EN APERTURA



«Nunca sabrás que Dios es todo lo que necesitas hasta que Él sea todo lo que tengas». —Rick Warren, líder espiritual estadounidense—.

Jairo Cala Otero
Bucaramanga
primiciadiario.com

Cuando se pasa por un episodio negativo, generalmente, la reacción es enojosa; se cuestiona al Dador de la vida, se lo increpa y se lo «regaña» porque no nos aporta de inmediato el remedio para el mal o el problema que padecemos. ¡Cuán equivocadamente nos comportamos!

Olvidamos que primero es preciso estar del lado del Poder Supremo; y que toda ayuda se recibe en Su tiempo y a Su manera, no en nuestro tiempo ni de la forma como nosotros queremos. Y lo más importante: que es preciso pasar por pruebas duras para resplan-

decer. Lo que ocurre es que el Gran Hacedor se toma tiempo para probar nuestra paciencia, para ver si desfallecemos y «tiramos la toalla» (que no es Su plan). Lo básico es que, aunque esa toalla esté empapada en sudor y lágrimas, no debe arrojarse por ningún motivo. Siempre habrá un mejor panorama cerca, por eso vale la pena resistir. ¡Rendirse, nunca!

Esas duras pruebas por las que tenemos que pasar son necesarias para templar el carácter, y transmutar a un nuevo y placentero estado. Como el oro se prueba en el fuego, así también nos toca afrontar un proceso de apertura, que es para nuestro bien. ¡No sabemos qué nos tiene reservado el Rey celestial!

Pero lo que sea —que no será negativo nunca—, ha de ser aceptado siempre; no es natural que un padre obre de la peor manera contra su hijo, que si le pide bienestar aquel le dé maldad y castigo. Tampoco quien nos dio la vida nos responderá con maldad, pues Él es justo, bueno y misericordioso; pero su enseñanza tiene un método nada comparable con el que se usa entre humanos. Al fin, todo «calvario» temporal ha de entenderse como parte de la evolución interior a la que estamos convidados en este mundo inferior.

Entre las tantas angustias que padecemos eventualmente, está la de la estrechez monetaria. ¡Qué dura es, cómo fustiga y angosta

el alma y la mente! Es cuando, definitivamente, se echan al mar del olvido aquellas prédicas en contra del dinero (que, generalmente, salen de adinerados; ¡qué paradoja!). El dinero es esencial en la vida de todo ser humano, es imprescindible. Por esa misma razón su ausencia no es eterna.

Con una férrea fe, fe aplicada, esa apretura cambiará a un estado de apertura económica. Y la sonrisa vuelve a iluminar los rostros que antes estaban apagados y marchitos. Gráficamente, es apenas cuestión de trasponer una letra, ¡aunque sea una letra de cambio! Ya habrá cómo saldarla después. Emocional y espiritualmente es asunto de confiar, tener esperanza, ahondar

la fe en que ese episodio terminará; y que nuevos horizontes aparecerán, y se podrá recorrer el camino sin abrojos. Al final, aquellos que nos exigían pagos inmediatos —sin que tuviésemos cómo hacerlos— entenderán que no había renuencia ni mala voluntad, sino estrechez o crisis financiera. Todo sucede por una razón, nada es fruto del azar. Hay miles de historias para ilustrar el tema: quienes ayer afrontaron martirio, después fueron bendecidos con creces. Como dijo Albert Einstein: «Dios no juega a los dados con el universo».

«Nunca sabrás que Dios es todo lo que necesitas hasta que Él sea todo lo que tengas». —Rick Warren, líder espiritual estadounidense—.

Alexander Schechner Cohen:

LA CARA DETRÁS DE LOS HITS MUSICALES

Nacho, Cali y el Dandee, Karol G, Luis Fonsi, Thalía, Sebastian Yatra y JBalvin son algunas de las estrellas que están en la lista de los proyectos exitosos que este venezolano ha podido desarrollar de manera directa con su empresa Hurricane Music Group.

«Lo que empezó como el sueño de dos amigos (junto a Santiago Pérez) apasionados de la música, hoy en día se ha convertido en una de las compañías más importantes de promoción para la música latina» comenta Alexander Schechner Cohen, mejor conocido en el medio como Alex Cohen quien lleva quince años desarrollando importantes marcas dentro y fuera de su país. Su gran capacidad para las relaciones públicas ha hecho que Hurricane Music sea la empresa encargada de brindar las herramientas necesarias para posicionar grandes campañas de lanzamientos musicales como apoyo a las disqueras y firmas independientes de estrellas ya consolidadas en el mercado.

Actualmente, lidera junto al también venezolano y reconocido Manager musical, Santiago Pérez la compañía Hurricane Music Group, donde han logrado posicionar más de 100 sencillos musicales en las plataformas



Alexander Schechner Cohen

digitales convirtiéndose en hits mundiales. Algunos de ellos son: «Chica Ideal» de Yatra, «Bichota» y «Makinon» de Karol G, «Canción Bonita» de Carlos Vives y Ricky Martin, entre otros. Sus estrategias y planificación para cada proyecto ha sido la clave del éxito que han tenido.

«Como empresa hemos realizado alianzas con más de 3000 influencers,

hoy por hoy hemos firmado el manejo a dos de las más importantes y son venezolanas: Susy Towers y Poletth Villaba, también tenemos un cantante bajo nuestro sello que se llama Dani Senay» comentó Cohen.

Alex, a lo largo de su carrera ha desarrollado importantes proyectos de marketing para la empresa Mulco y estuvo al frente del lanzamiento

del portal web de noticias Caraota Digital con su antigua empresa The Net Working. Estuvo liderando el movimiento «Artistas por Venezuela» siendo una de las figuras más importantes que logró crear grandes alianzas en pro del país.

Recientemente, Hurricane Music Group estuvo al frente de la producción del concierto online del reencuentro de la legen-

daria banda de pop «Bacilos» logrando un éxito rotundo. Con esto queda por sentado que Alex junto a su socio Santiago, siguen tomando con fuerza varias áreas de la industria musical no sólo desarrollando la promoción digital de las grandes estrellas internacionales, sino convirtiéndose en uno de los empresarios musicales más destacados de la industria.

LLAMADO A LA SERIEDAD

Colombia reclama la verdad de todo lo que viene ocurriendo. Colombia necesita la verdad de los crímenes, los desfalcos, los corruptos, los narcos y las organizaciones criminales.

Al paso que vamos la verdad se va a conocer primero por organismos internacionales, que por las

propias autoridades colombianas.

Es hora de exigir como gobernados que nuestros gobernantes expliquen en detalle el manejo del orden público, ¿cuántas víctimas dejó el Paro Nacional? y quienes fueron los responsables de los hechos sangrientos

Colombia también necesita saber dónde van a parar los recur-

sos del país. Quienes se benefician y quienes utilizan los bienes del Estado para buscar llevar por el camino más corto a la pobreza absoluta, mientras que algunos sectores transitan por la riqueza absoluta.

Necesitamos que los investigadores destapen todos los hechos de corrupción y no los oculten como a lo largo de muchos años lo vienen practicando.

Colombia quiere saber si el gobierno quiere negociar con el : yo con yo, multiplicando las mesas de negociaciones.

Colombia quiere que hablen de una vez por todas y de manera seria que contiene la reforma tributaria. Que no vayan a salir con los tradicionales orangutanes que aparecen en el texto de las leyes.

Colombia quiere que el país cuente con todas las garantías. Colombia aspira que se permita la entrada de organizaciones internacionales de derechos humanos incluyendo la Corte Penal Internacional para que investiguen a fondo qué está pasando en nuestro país y quienes son los verdaderamente responsables.

CON Y SIN VACUNA



ISSN: 2323-0606

Víctor Hugo Lucero Montenegro
Director
Miembro del **Círculo de Periodistas de Bogotá CPB**

Andrés Felipe Betancurt Pabón
Director Comercial

Guillermo Romero Salamanca
Sub director

Javier Sánchez
Jefe de Redacción

William Fonseca
Gerente

Catherine Rodríguez Duque
Coordinadora de editores

Pedro Fuquen
Editor de Turismo

Rafael Camargo
Editor Nacional
Miembro del **Colegio Nacional de Periodistas**

Carlos Osorio
Editor Internacional

Freddy León Cuellar

Editor Pacífico
Miembro del **Círculo de Periodistas de Cali**

Alejandro Arias
Editor Atlántico

Luis Eduardo Romero
Editor Cundinamarca

Juan Romero
Editor Espectáculos

Armando Martí
Editor cultural

Armando Meléndez
Editor Redes Sociales

Corresponsales en el mundo

Estados Unidos:
Lorena Sánchez
Omar Sánchez
Luis Guillermo Vega

Paraguay:
Ignacio Martínez

Cuba:

Lázaro David Najarro Pujol

Europa:
Carlos Andrés Lucero Carmona

Australia:
Mónica Lucero Mosquera

Fotógrafos:
Rodrigo Dueñas
Juan Francisco Zuleta

Diseño y diagramación:
Felipe Ballesteros

Orbedatos

primiciadiario@gmail.com
Teléfono 3013209285
Bogotá - Colombia - Sur América



30 mil usuarios y 20 mil conductores:

**MAT PARA FINALES DEL 2021 EN
MEDELLÍN**

**CONEXIÓN ENTRE LA
COMIDA Y EL EJERCICIO**



PRIMICIA

DIARIO

JUEVES
1

AÑO 4 - EDICIÓN 1071 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA JULIO DE 2021

Bogotá Histórica:

PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD

La Candelaria, es el símbolo de Bogotá. El Patrimonio Nacional, lo es también de la humanidad, y el que en cualquier momento futuro sea aceptada como tal por la Unesco y para ello trabajan arduamente las autoridades y la comunidad.

Foto Primicia- Junior-.

UNA JOYA DEL PATRIMONIO UNIVERSAL

Holanda:

TURISMO CON LOS DUEÑOS DEL AGUA



WWW.PRIMICIADIARIO.COM