



GOLOZA TARDE
En Festival del Panapén P. 27



ARITOS DE MANZANA P. 24

SIETE PRINCIPIOS Y UNA MISIÓN P. 8

U.S. Small Business Administration



Your Small Business Resource

presenta a **VEGACOOOP**
como nueva participante del
Programa de Préstamos 7(a)
en Puerto Rico

P. 10



P. 3

¿Estás listo para
RETIRARTE?

VEGACOOOP

Un sueño
EXCELSO REAL

P. 9



**DALE un Guineo
a tu “MONO”** P. 20-21





EDITORIAL

VEGACOP TE INFORMA

- 2 EDITORIAL
- 3 ¿ESTÁS LISTO PARA RETIRARTE?
- 4-5 EL COMITÉ DE EDUCACIÓN INFORMA
- 6-7 VEGACOP 60 AÑOS DE IDENTIDAD COOPERATIVA
- 8 SIETE PRINCIPIOS Y UNA MISIÓN
- 9 VEGACOP UN SUEÑO REAL
- 10 SBA PRESENTA A VEGACOP COMO NUEVA PARTICIPANTE DEL PROGRAMA DE PRÉSTAMOS 7(a) EN PUERTO RICO
- 11 DESDE MI BALCÓN
- 12-13 CONSEJOS IMPORTANTES EN EL PERIODO DE CAMBIOS DE PLANES CON MEDICARE
- 14-15 EXILIO
- 16-17 LIVING WILL O TESTAMENTO VITAL
- 18-19 DON PEDRO, EL PICAPEDRERO
- 20-21 DALE UN GUINEO A TU MONO
- 26 DE CRUCERO Y EN FORMA

22-23 DIME POESÍA

24 FÓRMULA CRIOLLA

ARITOS DE MANZANA

25 DIARIO MÉDICO

VIVA LIBRE DE DIETAS NOVEDOSAS

27 CULTURA

GOLOSA TARDE EN FESTIVAL DEL PANAPÉN

28-29 ENTRETENIMIENTO

30-31 DEPORTES

VERDADERAS ESTRELLAS DEL PASADO

JOVEN ARTISTA VEGALTEÑO SE DESTACA

MAESTROS SEGUNDA UNIDAD DE MARICAO

Vivimos momentos convulsos en la que nuestra economía dependiente se tambalea antes los anuncios de unos “reguladores” foráneos que buscan solo su interés. El desempleo y la dependencia se desencadenan y a paso acelerado hace estragos en la estabilidad emocional y productiva de cada puertorriqueño. El cooperativismo, columna fuerte de nuestra economía, se sostiene basado en sus ejecutorias y en la confianza probada por décadas de nuestros asociados. La semilla sembrada por nuestros fundadores Moncho Colón, Padre McDonald, Ana Maria O’Neill, Mons. Antulio Parrilla y otros, rindió y multiplicó sus frutos en las comunidades de base, iglesias, comerciantes, maestros y en cada puertorriqueño se sostiene incólume. Pero siempre hay patitos feos que no llegan a convertirse en cisnes, sino en guacamayos o changos glotones de poder y protagonismos para la desgracia de todos.

VEGACOP se mantiene firme en el principio de solidaridad con sus socios que dieron vida y aliento a este proyecto. Nuestra actitud y comportamiento, que nos impulsa a responder favorablemente a las necesidades de nuestro grupo de socios y cooperativas amigas, se traduce en acciones concretas hacia el rechazo e intentos de desvirtuar los éxitos logrados para ponerlos al servicio de entes extraños y motivados por el lucro personal. Seguimos solidarios, consistentes en los principios y no tememos a la verdad.

Cualquier desvío de ese largo, estrecho y solitario camino de la virtud cuenta con el apoyo y guía de nuestros 34 fundadores y la palabra firme, acusadora, incisiva de nuestro primer Presidente de Junta, Ignacio Miranda y la amorosa mirada de apoyo de Ramona Navarro. Esa verdad reivindicadora nos dará la razón. Los que traicionen los principios medulares del cooperativismo, escritos en piedra desde 1844, pagarán las consecuencias de sus actos y arrastrarán consigo a que los incautamente los apoyen. Amigos cooperativistas: VEGACOP SEGUIRA FIRME Y DE TU LADO SIEMPRE.

Por: Benjamín Negrón Rodríguez, Editor

COMITÉ JUNTA EDITORA

Presidente
Sr. Luis R. Nieves Román

Vicepresidente
Sr. Benjamín Negrón Rodríguez

Secretaria
Sra. Ana P. Rivera Concepción

Vocales
Sr. Christian E. Cruz Colón / Srta. Edmarie Vargas Mercado

Diseño
Idelaida Rodríguez Otero-grafico@vegacoop.com

Horizonte Cooperativo es publicado por VEGACOP, Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, como herramienta educativa e informativa a nuestros socios y la comunidad en general. Las opiniones aquí vertidas no representan necesariamente la opinión oficial de VEGACOP.

Toda colaboración debe contener el nombre, firma, dirección postal y teléfono del autor y será dirigida a: Sra Zulma Flores Guzmán, Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, Apartado 1078 Vega Alta, Puerto Rico 00692. También, puede enviarla por correo electrónico en formato WORD a: horizonte@vegacoop.com. La Junta Editora se reserva el derecho de editar, aprobar o rechazar cualquier artículo. Colaboraciones para la próxima edición deben ser enviadas antes del 28 de febrero del 2014.



¿Estás listo para RETIRARTE?

POR: ANA P. RIVERA CONCEPCIÓN

Cuando una ve el rayo, sabe que detrás viene el trueno y que hay que guarecerse. Ya se están oyendo los truenos de que se va a reformar el Sistema de Retiro de Maestros, así que antes de que caiga el rayo, debes comenzar a tomar medidas, si eres maestro.

Si no habías pensado en retirarte y ya tienes la edad requerida, así como los años de servicio, te recomiendo comenzar a hacer tus bártulos antes de que quiten algunos de los beneficios que por derecho te corresponden.

Si eres del 70% de los puertorriqueños que no planifican su retiro, se te puede hacer tarde. El retiro se debe planificar quizás 10 años antes de que eso ocurra. Debes tomar medidas para tratar de que al llegar a los 65 años no tengas una hipoteca en las costillas, ni préstamos o tarjetas de crédito cargadas al máximo; un auto en buenas condiciones, un buen plan médico y una cuenta de ahorros al menos equivalente a un año de sueldo como mínimo. Si logras esto, no tendrás problemas para vivir de tu pensión. Recuerda que no será la misma cantidad que recibes ahora.

Algunas sugerencias que te podrían ayudar:

► Establece un presupuesto para que manejes adecuadamente tus ingresos.

► Determina en qué vas a pasar tu tiempo libre. Se ha comprobado que el ocio lleva a la depresión, así que busca un pasatiempo. Únete a un grupo para hacer ejercicios o para hacer manualidades, a un programa de servicio voluntario en un hospital o una iglesia, toma clases de arte, baile o computadora. Hay cientos de opciones. Otra alternativa sería buscar un “part time” o crear un negocio propio, que tiene dos ventajas: usas tu tiempo libre en algo productivo y a la vez te ganas un dinerito extra, que nunca viene mal y así cuadras tus finanzas. La meta es sentirse útil y a la vez disfrutas lo que haces.

► Proponte hacer algo con lo que siempre soñaste, haz turismo interno, un viaje a Europa, hacer un crucero a Alaska o a la Patagonia, ver las pirámides de Egipto o la Muralla China.

Recuerda, el retiro debe ser una etapa para disfrutar después de haber criado los hijos y de haber trabajado por más de 30 o 40 años. Hay que tomar en cuenta que la expectativa de vida del ser humano se ha alargado y en el caso de las mujeres aún más, ya que vivimos más que los hombres. Así que al momento del retiro aún hay mucha vida por delante; por eso hay que dar el paso cuando aún gozamos de salud y nos sentimos con ánimo de realizar aquellos proyectos que nunca pudimos alcanzar porque no había tiempo para ello.

He visto muchos abuelos que se retiran y pasan a “esclavizarse” cuidando nietos, llevándolos a la escuela, asistiéndolos día y noche, 24/7, para que sus hijos puedan disfrutar de sus vidas. ¡Oiga mi hermano!, como dicen algunos en la televisión; si usted cuidó a sus hijos, deje que sus hijos cuiden de los suyos, no sea un esclavo. Dedique tiempo a cuidar de sí mismo y deje que sus hijos se hagan cargo de su familia. Puedes amar y adorar a tus nietos, pero la responsabilidad de cuidar de ellos no es tuya, así que no debes asumirla.

En mi caso, siempre estoy y siempre estuve disponible para dar la mano en caso de una emergencia, pero la responsabilidad es de los padres y el tema del cuidado de los niños debe ser parte de la planificación familiar que ellos hagan. No es justo para la abuela no poder descansar porque tiene que cuidar nietos o biznietos 24/7 y muchas veces sin paga alguna.

“El retiro debe ser para hacer aquello que no pudiste porque estabas trabajando y cuidando de tu familia. Esta etapa es tuya para viajar, descansar, compartir con amigos y mimarse uno mismo.”

Si planificas con tiempo vivirás un retiro feliz, libre del estrés del trabajo, del tapón y del jefe. Si cuidas tu salud financiera y tu salud física, vivirás una etapa increíble.

TU COMITÉ DE EDUCACIÓN



PROGRAMA DE BECAS

Este año 2013 VEGACOOOP celebra su 60^{mo} Aniversario y para celebrarlo en grande su Junta de Directores asignó la cantidad de \$60 mil para ser distribuido entre los socios e hijos de socios con alto rendimiento académico en todos los niveles académicos y vocacionales. Esta eleva nuestra aportación a la educación de nuestros niños a más de \$1.3 millones por los últimos años. La actividad de premiación se celebró en la sala de Recepciones del Municipio de Vega Alta el pasado viernes 11 de octubre como parte de la celebración del Mes del Cooperativismo.

La actividad tuvo como preámbulo la participación artística de la Rondalla de la Escuela Adelaida Vega del barrio Maricao dirigida por el Prof. Orlando Agosto, la cual fue del agrado de todos los asistentes. El maestro de ceremonias; Sr. Luis G. Bonilla, presentó a los miembros de los Cuerpos Directivos a los asistentes. A nombre de la Junta de Directores la Sra. Mildred Marrero destacó a los niños y jóvenes la importancia de continuar con el modelo cooperativo como estilo de vida y agradeció la obra de nuestros socios fundadores. Así mismo, la necesidad de “la nuevas generaciones a unirse como socios a nosotros en ese relevo generacional como entidad de servicio a la comunidad. El Sr. Rubén Morales subrayó que “hay que añadir esperanza a nuestras vidas, medir las oportunidades que ésta nos brinda y escoger el camino correcto para echar nuestra país hacia adelante. El cooperativismo es el instrumento para encaminar este país. Exhorto que ustedes se hagan parte de este ejército de voluntarios, que se inició con 34 voluntarios hace 60 años, visionarios, con la valentía y la fortaleza para construir esta novedosa empresa.” El Sr. Christian Cruz, Presidente del Comité de Educación, por su parte; instó a los becados en mantener la excelencia académica y su compromiso con nuestro país.

Este año unos 110 estudiantes recibieron su beca, y la alegría de sus padres y de los niños al recibir esta ayuda económica es el mejor incentivo para continuarla. Así se demuestra que: **¡VEGACOOOP, ESTA DE TU LADO SIEMPRE!**

BECADOS POR NOMBRE Y NIVEL

NIVEL ELEMENTAL

Gabriel Díaz Rivera
Yanielis M. Cintrón Ortíz
Edwin G. Adorno Pantoja
Derek Mead Rivera
Edxamaria Ponce Medina
Kerien E. Carrasquillo Agosto
Adniel Kuilan Robles
Génesis A. García Santiago
Kenai A. Matos Serrano
Charlian M. Martínez Padro
Josue I. Maldonado Morales
Jay A. Vergara Bejarano
Esther Chico Acosta
Génesis Nieves Olmeda
Adrián O. Irizarry Pabón
Ziledny Mercado Meléndez
Naomi Vélez Basilio
Amanda V. Rivera López
Andrés J. Ramos Vargas
Carlos A. Hernández Concepción
Juan D. Soto Rivera
Francimar M. Colón Román
Dionel A. Soto Torres
Elliot Y. Huertas Salgado
Yarimar Quiles De Jesús
Alysha N. Soto Colón, Impedimento
Heyli N. Acosta Bonilla, Impedimento
Japhet S. Rodríguez Guerrero, Alto Honor

NIVEL INTERMEDIA

Keysha N. Resto Bravo
Karina Rosado Ramos
Leandro Quiles Moreno
Vivían N. Hernández Sánchez
William Y. Mercado Arroyo
Tiffany M. Smith Ramirez
Christian O. Santos Adorno
Orlangel Olivo Ortíz
José R. Cruz Montañez
Glorianni Ortíz Pérez
Raquel N. Huertas Rivera
Angelimar Laboy Reyes
Yadhier R. Díaz Rosario
Valerie Cosme Ramos
Natalie N. Ramos Morales
Alexander Chevres Santana
Jeremy M. Sánchez Negrón
Braulio A. Castillo Torres
Nicole A. Vélez Meléndez
Gabriela Guillen Morales
Daryana Aldarondo Soto
Natali Cruz Rivera
Milgeralis Miranda Melecio
Josue Rodríguez Martínez
Christopher J. Serrano Rosario
Emmanuel Jiménez Cotto, Impedimento
Manuel G. Adorno García, Impedimento

Jeremy A. Santana Medina, Impedimento
Benijoel Acevedo Cancel, Alto Honor

NIVEL SUPERIOR

Marla C. Berrios Ríos
Stephanie M. Roman Santana
Siarimar Torres Escalera
Lyana M. Medina Jalles
Raul S. Miranda Nater
Sebastian J. Rodríguez Ramirez
Kamelia Santana Ortíz
Coralys Meléndez Pérez
Elton W. De Hoyos Ortega
Shalom Garabito Rivera
Jennel Jiménez Samalot
Nicole A. Sánchez Ramos
Patricia Quiñones Osorio
Jeruel J. Martínez Alicea
Sharasara M. Chinae Valentín
Jafet Rivera Pedrosa
Dayanne Camacho Ayala
Alexis Ibañez Cotto
Mara M. Medina Ortíz
Manuel O. Gotay Ortíz
Eduardo J. Díaz Martínez
Mirza Y. Santana Ortíz
Rafael A. Ramirez Ortega, Alto Honor

NIVEL UNIVERSIDAD

Sindimary Santana Arroyo
Tashira M. Cruz Santiago
Gil E. Rivera Torres
Yarelisse Muñoz Rodríguez
Kevin R. Burgos Sánchez
Roselyn Flores Bracero
Emmanuel J. Sierra Pacheco
Jaily Nazario Díaz
Wilainy Pantoja Rosado
Elba M. Vélez Rivera
Luis A. Pérez Medina
Misael A. Vélez Rivera
Gabriela Molina Martínez
Francisco J. Vélez Quiñones
Walfrido Creagh Bandera
Josue R. González Méndez
Alejandro Cintrón Pérez
Astrid B. Declét Pérez
Jean C. Otero Butter
Daniel Carrasquillo Cardona
Raquel Gutierrez Díaz
Eloy R. Castro Torres
Christian J. Ayala Hernández
Olga M. Pérez Otero
Cherryl D. Canino Kuilan
Dayanara Torres Lajara
Joshua A. Freytes Martínez
Jaime Sanchez Romeu, Impedimento
Nathalie Figueroa Reyes, Alto Honor
Edmarie Vargas Mercado, Cooperativismo



NIVEL ELEMENTAL



NIVEL INTERMEDIA



NIVEL SUPERIOR



NIVEL UNIVERSITARIO



conquista el corazón de los niños de Toa Alta

Todos los años, VEGACOOOP dedica a los niños un día durante el Mes del Cooperativismo. Este año 2013, el homenaje a la niñez se dedicó a los 150 alumnos de la Escuela Elemental Luis Muñoz Rivera de Toa Alta. Ese día, los corazones de los niños se abrieron y llenos de emoción recibieron el mensaje cooperativo que VEGACOOOP les llevó. La labor conjunta del Comité de Educación y personal de la Administración hizo posible que esta actividad educativa fuera un éxito. Expresamos nuestro agradecimiento al personal de la escuela por la acogida que nos brindaron y permitir sembrar la semilla del cooperativismo en los tiernos corazones de los niños.

*"Educar la mente sin educar el corazón
no es educación en lo absoluto."*

Aristóteles



VEGACOOOP

60 AÑOS DE IDENTIDAD COOPERATIVA

POR: JOSÉ R. REY AULET
Presidente Junta de Directores

Cuando hablamos de VEGACOOOP y su identidad cooperativa, necesariamente hay que mencionar a los fundadores y su visión de futuro cooperativista.

Estos visionarios incorporaron a VEGACOOOP en el 1953 para mejorar la calidad de vida en la sociedad en que vivían. Para esto, sembraron sus esperanzas en la filosofía cooperativa que se estaba desarrollando en Puerto Rico y a través del mundo entero.

La Alianza Cooperativa Internacional (ACI), recogió los principios y valores enmarcados en la filosofía cooperativista del Mundo. Para ello adoptaron la siguiente definición en su “Declaración de Identidad Cooperativa” en el Congreso celebrado en Manchester, Inglaterra, en el 1995: “Una cooperativa es una asociación autónoma de personas que se unen voluntariamente para satisfacer sus necesidades y aspiraciones económicas, sociales y culturales comunes por medio de una empresa de propiedad conjunta democráticamente gestionada”.

Las cooperativas, como entidades, basan sus valores en los principios de ayuda mutua, auto responsabilidad, democracia, igualdad, equidad y solidaridad. En la tradición de los fundadores, los socios de las cooperativas mantienen los valores éticos de honestidad, transparencia, responsabilidad social y preocupación por los demás como un estilo de vida.

Los principios cooperativos son pautas generales, por medio de las cuales los cooperativistas ponemos en práctica sus valores:

1. Asociación Voluntaria y Abierta: Las cooperativas son organizaciones voluntarias, abiertas a todas las personas capaces de utilizar sus servicios y dispuestas a aceptar las responsabilidades de asociarse, sin discriminaciones raciales, políticas, religiosas, sociales o de género.

2. Control Democrático por los Socios: Las cooperativas son organizaciones democráticamente gestionadas por sus socios, quienes participan activamente en la fijación de políticas y en la toma de decisiones. Los hombres y mujeres elegidos como representantes son responsables ante los socios. En las cooperativas primarias los socios tienen iguales derechos de voto (un socio, un voto) y las cooperativas de otros niveles se organizan asimismo en forma democrática.

3. Participación Económica de los Socios: Los socios contribuyen equitativamente a la formación del capital de su cooperativa y lo gestionan democráticamente. Por lo general, al menos una parte de ese capital es propiedad común de la cooperativa. Los socios suelen recibir una compensación limitada, si acaso alguna sobre el capital suscrito como condición para asociarse. Destinan los excedentes a todos o alguno de los siguientes fines: el desarrollo de la cooperativa, posiblemente mediante la constitución de reservas de las cuales una parte al menos, debe ser indivisible;

la distribución a los socios en proporción a sus operaciones con la cooperativa y el apoyo a otras actividades aprobadas por los socios.

4. Autonomía e Independencia: Las cooperativas son organizaciones autónomas de autoayuda gestionadas por sus socios. Si intervienen en acuerdos con otras organizaciones, incluidos los gobiernos, o captan capital de fuentes externas, lo hacen en términos que aseguran el control por parte de los socios y mantienen su autonomía cooperativa.

5. Educación, Capacitación e Información: Las cooperativas brindan educación y capacitación a sus socios, representantes elegidos, administradores y empleados, de manera que puedan contribuir efectivamente al desarrollo de ellas. Informan al público en general, particularmente a los jóvenes y a los líderes de opinión acerca de la naturaleza y los beneficios de la cooperación.

6. Cooperación entre Cooperativas: Las cooperativas sirven más efectivamente a sus socios y fortalecen al movimiento cooperativo trabajando mencomunadamente a través de estructuras locales, nacionales, regionales e internacionales.

7. Compromiso con la Comunidad: Las cooperativas trabajan para el desarrollo sostenible de la comunidad donde funcionan.

Esta visión de desarrollo y mejoramiento socioeconómico de los fundadores de VEGACOOOP hace 60 años no era un

movimiento del tiempo en que ellos vivían, sino un sistema que tenía que perdurar a través de los años. Por esta razón tenemos que reconocer la aportación que han realizado en los pasados 60 años todos los líderes voluntarios y profesionales que se han encargado de darle seguimiento al desarrollo socioeconómico que ellos gestaron.

A estos grandes líderes que le han dado dirección a VEGACOOOP haciendo realidad la fe y esperanza de estos fundadores visionarios. A ellos, que han creído y abrazado los principios y valores cooperativistas, poniéndolos de manifiesto en todas las decisiones que han tomado, nuestras felicitaciones.

“ Las cooperativas, como entidades, basan sus valores en los principios de ayuda mutua, auto responsabilidad, democracia, igualdad, equidad y solidaridad. ”

El desarrollo de VEGACOOOP y su posicionamiento como una cooperativa líder en el cooperativismo puertorriqueño, no ha sido fácil. Cuando se trabaja con rectitud, honradez, responsabilidad, dedicación y compromiso a nuestros socios dueños, las metas se cumplen. VEGACOOOP es de nuestros socios, todas sus acciones están encaminadas al bienestar y protección de éstos. Por eso es indispensable reconocer que

el desarrollo de VEGACOOOP no se hubiera dado sin el compromiso y lealtad de nuestros socios dueños. Verdaderamente son ellos los que han hecho de nuestra Institución la gran Cooperativa que es hoy. A nuestros fundadores, líderes voluntarios, empleados y en especial a nuestros socios, muchas felicidades y bendiciones; que Dios nos continúe permitiendo estar: “¡De tu lado siempre!”



Ahorra tiempo y dinero al utilizar la herramienta correcta. Tenemos el producto ideal para ti. Ven y pregúntanos sobre nuestros **Préstamos FHA, Convencional, “Reverse”, Terreno, Veterano (VA), Rural (USDA), Construcción, “Streamline”** y más...



(787) 915-0030



**Quiero
MI CASA PROPIA**

¿Por dónde empezar?

El programa **“Mi Casa Propia”**, administrado por la Autoridad para el Financiamiento de la Vivienda de PR, crea un subsidio de hasta un 3% del precio de venta o el valor tasado, lo que sea menor hasta un máximo de \$6,000 para ser utilizado como pronto pago y/o gastos de cierre.

¿Quién se podrá beneficiar? *

Se podrán beneficiar del Programa, las personas que no hayan participado previamente de otros programas similares y que sean personas con recursos económicos moderados o escasos:

1. Madres, padres o viudas, que sean jefas o jefes de familia, que vivan solas o solos, con uno o más de sus hijos menores de edad.
2. Personas de edad avanzada o con algún impedimento.
3. Empleados públicos que brinden servicios directos esenciales a la ciudadanía, en áreas como la salud, la educación, la seguridad pública, entre otros.

* Otras restricciones aplican según El Reglamento del Programa “Mi Casa Propia”, un nuevo camino... un nuevo hogar. Toda oferta está sujeta a aprobación de crédito. Esta institución no está asegurada por el gobierno federal. Las acciones y depósitos están asegurados hasta \$250,000 dólares por la Corporación Pública para la Supervisión y Seguro de Cooperativas - COSSEC.

NMLS #643813



Ilustración tomada de: www.keralahousedesigns.com



PRINCIPIOS Y UNA MISIÓN

POR: LUIS R. NIEVES ROMÁN "PICHILLO"

El cooperativismo, por su naturaleza justa, humilde, pueblerina, integrante y democrática, ha sido exitoso desde su fundación. Tan contundentes han sido sus logros que muchas empresas capitalistas han copiado rasgos de su filosofía para atraer al pueblo. Este éxito del cooperativismo puede crear un ego empresarial en él. Ese ego mal atendido no es constructivo. En una empresa cooperativa puede alejarla de su base minando su desarrollo al apartarla de los principios del sistema cooperativo al cual pertenece. Los muchos o diversos capitales que forman el gran capital de una empresa cooperativa exitosa; por su efectividad o cuantiosas ganancias obtenidas, pueden nublar su misión original y rezagar a sus socios dueños a un segundo o tercer plano de importancia, siendo ellos la representación del pueblo que le dio origen. La participación adecuada en la dirección de una empresa cooperativa de sus asociados nunca es negociable. Este es un principio eterno y vital del cooperativismo. Sin ella una empresa cooperativa puede crear una elite no equitativa enfocada peligrosamente en sus propios beneficios y no en los de sus socios dueños.

No debemos perder de vista los siete principios cooperativos que definen, forman, le señalan al pueblo y le garantizan una calidad de vida digna. La libertad, democracia, justicia, criterio propio, educación de todos por todos, integración de socios, cooperativas y el compromiso social extraordinario del cooperativismo han convertido a este sistema socioeconómico en el modelo ideal para que la humanidad solucione sus problemas y necesidades básicas. Es necesario recordar que en la implementación y desarrollo del cooperativismo como estilo de vida, resalta el apoyo de algunas denominaciones religiosas o de sus líderes. Tal vez, el ejemplo universal más notorio en la historia del cooperativismo moderno es el del sacerdote católico José María Arizmendiarieta, fundador del hoy renombrado modelo cooperativo Corporación Mondragón en el País Vasco, España. Este extraordinario modelo cooperativo le brinda la oportunidad a una cooperativa de entrar en él como socia y de retirarse de él si no le es conveniente. Lo cierto es, que como estilo de vida todo ser que haga suyo el cooperativismo con sus principios y valores, será un ciudadano de

bien para la sociedad. Es tan valioso el contenido de los siete principios cooperativismo que como un servicio educativo al pueblo, éstos no deben ser engavetados ni descolgados de las paredes de las cooperativas como si fueran meros adornos, ni borrados de sus planes de trabajos y actividades; mucho menos de la mente y el corazón de los líderes voluntarios y profesionales que dirigen el destino de estas empresas del pueblo.

1) Primer Principio: Libre Adhesión - El cooperativismo garantiza la adhesión abierta para hacerse socio dueño a todo aquel ciudadano que se comprometa y cumpla con las responsabilidades reglamentarias de la cooperativa y de las leyes que la rigen. No discrimina por género, raza, clase social, política ni religión.

2) Segundo Principio: Control democrático de los socios - Los principios democráticos presentes en la filosofía cooperativista ofrecen a cada socio dueño una participación justa y proporcional en la dirección y administración de la cooperativa. El derecho al voto y a ser informado son fundamentales en el cooperativismo.

3) Tercer Principio: Participación Económica de los Socios - Las cooperativas son formadas por capitales o propósitos diversos. La mayor participación económica o ganancia de los socios la obtienen en el uso de los servicios que éstas ofrecen después de asegurar la estabilidad y el desarrollo continuo de su empresa cooperativa, con el capital indivisible reglamentario y con la creación de reservas económicas necesarias. Los socios dueños de la totalidad a ser distribuida por ley, recibirán su parte en proporción con su patrocinio y sus acciones en su cooperativa.

4) Cuarto Principio: Autonomía e Independencia - Cada cooperativa posee su propia identidad. El control de la cooperativa recae en sus socios dueños. Este es reglamentado por la cooperativa y las leyes del Estado que la regulan.

5) Quinto Principio: Educación, entrenamiento e información - Los socios dueños, el personal de la cooperativa y la comunidad participarán del programa educativo continuo de la cooperativa para que se divulguen los orígenes y beneficios de esta filosofía socioeconómica y las nuevas regulaciones y directrices de su Regulador.

6) Sexto Principio: Cooperación entre Cooperativas - Las cooperativas forman un sistema. A mayor fortalecimiento de una cooperativa, mayor fortalecimiento del sistema. La integración de las cooperativas es cónsona con su misión de ser la solución socio económica ideal para la humanidad.

7) Séptimo Principio: Compromiso con la comunidad - Las cooperativas son empresas de compromiso social. El desarrollo de ellas es paralelo al de sus socios dueños y el pueblo. Es tan natural el compromiso social de las cooperativas, que éste con regularidad ha sido mal atendido por ellas al no ser totalizado ni capitalizado científicamente para su desarrollo.

El cooperativismo siempre ha sido un sistema para llegar a muchos. En la unidad participativa de su mayoría se sostiene como modelo exitoso. Si el individualismo usurpa arbitrariamente el control que pertenece a todos, la principal misión del cooperativismo se aleja de sus principios y las mejores ideas o soluciones para el pueblo desaparecen o no pueden ser establecidas con efectividad.




Un sueño EXCELSO REAL

POR: LUIS RAÚL NIEVES ROMÁN "Pichilo"

VEGACOOOP es una grata realidad, porque nunca ha dejado de ser un sueño. Es una empresa cooperativa, que gracias a los principios que la crearon nunca estará concluida. Este hecho, la hace soñar como sueñan sus socios dueños en sus aspiraciones de lograr una mejor calidad de vida. Cada día abre sus puertas al pueblo dirigida por su matrícula de empleados, quienes con su eficiencia buscan conquistar nuevas metas. VEGACOOOP representa la solución socioeconómica ideal para nuestro país y para la humanidad. Todo dólar invertido en ella o que ésta produce, fortalece a Puerto Rico y al compromiso social que la define. En su historial VEGACOOOP ha dejado de ser de sus socios y empleados para ser del pueblo.

Sus siete sucursales en: Vega Alta, Toa Alta, Toa Baja, Bayamón, Dorado y San Juan (Avenida Kennedy) poseen sus propias historias. La cadena de sucursales de servicios de VEGACOOOP ha creado una amplia sombrilla de socios que asegura y protege las inversiones que en ella se hacen. Éstas, son monumentos vigentes que testifican la solidaridad de VEGACOOOP con el movimiento cooperativo puertorriqueño.

“ Los sueños excelsos son aquellos que el pueblo los hace suyos y nunca dejan de volar en las alas de la voluntad. (LRN) ”

Todas han sido adquiridas o integradas a VEGACOOOP en forma voluntaria en consonancia con las leyes y reglamentos que rigen al cooperativismo puertorriqueño. La solidaridad de VEGACOOOP va más allá de su historia, se sostiene en sus orígenes. Una de las páginas gloriosas del cooperativismo puertorriqueño la escribió el Banco Cooperativo de Puerto Rico. Los líderes experimentados del cooperativismo la conocen pero ese areyto hay que continuar cantándolo, porque su mensaje no debe desaparecer nunca. Es: ¡Unidos Podemos!. En la legendaria y milagrosa recuperación económica de BANCOOP, hoy solvente institución bancaria del cooperativismo local, la inversión y participación de VEGACOOOP en su resurgir fue y aún continúa siendo extraordinaria.

Cuando el cooperativismo se integra sin apartarse de sus orígenes, es invencible; porque se convierte en el rostro del pueblo. Sesenta años después de su histórica fundación bajo las luces de velas y lámparas, VEGACOOOP hoy cuenta con 36,251 socios

dueños que acuden a ella para atender todas sus necesidades económicas. Su Junta de Directores, la Gerencia con su equipo de trabajo que totaliza 108 empleados, continúan hoy presentándole a su matrícula de asociados y al pueblo, productos de excelencia. Así se realizó su periódico Horizonte Cooperativo hace 32 años y también su programa de becas estudiantiles que próximamente alcanzará la suma de \$ 1, 250,000 otorgados en becas, el cual comenzó en 1975. Así surgió su programa televisivo “Muévete” como servicio al Cooperativismo, primero y quizás único en la historia. Hoy cuenta con 10 años de transmisión continua varios días a la semana. “Muévete” es un foro educativo e integrante del cooperativismo y además es una valiosa y amplia filmoteca histórica de esta filosofía de vida local e internacional.

La solidez económica de VEGACOOOP, la fidelidad de sus socios dueños, la confianza del pueblo y gestas como las antes expuestas, son muestra de que el compromiso social desde hace 60 años en VEGACOOOP nunca ha dejado de estar “De Tu Lado Siempre”.



Comunicado de Prensa

SBA Presenta a VegaCoop como Nueva Participante del Programa de Préstamos 7(a) en Puerto Rico

SAN JUAN, PR – La Agencia Federal para el Desarrollo de la Pequeña Empresa (SBA por sus siglas en inglés) ha concedido autoridad a VegaCoop para proveer asistencia financiera a pequeñas empresarios bajo el programa 7(a) de Préstamos Garantizados de la agencia, anunció hoy la Directora de Distrito de SBA Yvette T. Collazo.

“En SBA nos complace añadir a VegaCoop a nuestra lista de instituciones financieras participantes en Puerto Rico y poder ofrecer una alternativa adicional a empresarios buscando financiamiento para sus gestiones de negocios,” dijo Collazo. “En la medida que continuamos desarrollando alianzas que ayuden a expandir el acceso a capital y asistencia técnica, promovemos aún más el desarrollo económico de la isla.”

Durante la firma del acuerdo en la sucursal de VegaCoop en Bayamón, oficiales de SBA y de la cooperativa de ahorro y crédito concertaron trabajar juntos para expandir las alternativas de financiamiento comercial para socios de VegaCoop y la comunidad de pequeños negocios en general. VegaCoop es la sexta cooperativa de ahorro y crédito en certificarse bajo el programa 7(a) en la isla, siguiendo a Cooperativa de Ahorro y Crédito de Aguada, Mauna-Coop, Cooperativa de Ahorro y Crédito Dr. Manuel Zeno Gandía, Caribe Federal Credit Union y Cooperativa de Ahorro y Crédito de Arecibo (COOPACA).

Fundada hace 60 años, cerca del mismo tiempo en que se estableció la SBA, VegaCoop tiene base en Vega Alta, con sucursales adicionales en Bayamón, Toa Alta, Toa Baja, Dorado, y San Juan. La cooperativa sirve a 37,000 socios y a 35,000 clientes no-socios.

El programa 7(a) de Préstamos Garantizados es el programa de préstamos más importante de la SBA. El mismo provee financiamiento a largo plazo para la adquisición de maquinaria y equipo, inventario, mobiliario y accesorios, y para realizar mejoras, comprar terrenos, construir nuevos edificios, comprar negocios existentes, y para el repago de ciertas deudas. La SBA puede garantizar hasta 85 por ciento en préstamos hasta \$150,000 y hasta 75 por ciento en préstamos mayores de \$150,000 hasta \$5 millones.

Para más información sobre los programas de préstamos de la SBA, llame a la oficina de distrito al (787) 766-5572 o acceda www.sba.gov/pr.

DESDE MI Balcón

Agustín Flores Rodríguez

Se oye un ruido en el monte que está frente a mi casa. Dirijo la mirada hacia el lugar del ruido y percibo un movimiento de una silueta negra entre los arbustos. La curiosidad me obliga a abandonar mi lugar en el balcón y acercarme al monte a investigar. Mientras me acerco descubro la figura de un perro negro, gacho de la oreja izquierda que me mira fijamente y... guauuuuuu.

▲ ¡Doctor Chikuá! ¡Qué sorpresa! ¿Qué hace usted husmeando por estos lares?

▲ Es que por las señales que tengo, me imaginaba que su morada debía estar situada más o menos por esta área. ¿Me equivoco?

▲ Su presentimiento estaba correcto. ¿Y usted salió solo para eso o tiene en mente otra misión?

▲ Como hoy es un día fresco, aunque soleado, le propuse a mis asistentes explorar las montañas aledañas para dar con su morada y de vez localizar algún manantial o depósito de agua dulce y fresca, porque el chorro de agua que baja por la cueva donde vivimos se está agotando.

▲ Usted dice que anda acompañado, pero yo lo veo solo. A menos que regresaran o estén dormidos bajo un árbol.

▲ No señor, eso nunca; solo están escondidos estratégicamente y a cierta distancia donde usted no los pueda ver, pero ellos a usted sí. Esos dos son fieles hasta la muerte.

▲ ¿Cómo se llaman ellos?

▲ Yuco y Pichicho; son dos de los mejor preparados.

▲ Dígales que se pueden acercar, aquí ninguno corre peligro y menos usted que es mi socio y camarada.

Además, es el único perro sato en el mundo que habla y entiende el idioma de los puertorriqueños y el de los demás seres.

▲ No lo harán. Su sentido de disciplina no les permite violar el código.

▲ Mis respeto y admiración para ellos. Pero usted puede acercarse a mi balcón para que, ya que hizo el viaje, aprovechemos y dialoguemos un rato.

▲ ¿Hay alguien más en su casa?

▲ Casualmente estoy solo, pero qué importa si hubiera alguien más; en mi casa usted es bienvenido y está seguro.

▲ No dudo de eso. Lo hago por ellos, no por mí. Si nos ven y oyen hablando podrían pensar que se han vuelto locos y hasta se podrían desmayar.

▲ Pues no se diga más y sígame a mi balcón. Dr. Chikuá, no sé si ofrecerle una silla o el piso para que se siente; escoja usted y póngase cómodo. Además, no sé qué ofrecerle de tomar o de comer ya que usted y su comunidad perruna tiene una dieta especial: raíces, viandas, frutas, hierbas...

▲ No se preocupe por eso que yo no apetezco nada por ahora. La próxima vez le aviso con tiempo y nos ponemos de acuerdo.

▲ Dígame usted qué hay de nuevo, qué se cuenta.

▲ Bueno... yo he estado recogiendo periódicos y escuchando la radio y estoy al tanto de las cosas que están sucediendo en nuestra bendita Patria.

▲ ¿Qué cree usted que se puede hacer?

▲ ¿Qué le puede decir un perro sato? Yo tengo algunas ideas pero no tengo forma de llegar a las personas con poder para tomar decisiones.

▲ Dr. Chikuá Sato de la Vega, ¿usted cree que haya suficientes personas en el gobierno que sean capaces de tomar decisiones importantes, radicales? Porque como yo lo conozco muy bien a usted, estoy seguro que son ideas radicales.

▲ ¿Cómo es posible que un ser humano pueda leer el pensamiento de un perro sato? Usted dio en el clavo. Porque por no tomar decisiones radicales que vayan a la raíz del problema, es que estamos jodidos. Y eso se llama falta de liderato. Hay que tener los co...razones en su sitio.

▲ ¡Dr. Chikuá! A usted se le olvida un detalle muy importante; el poder, sin poder no se puede tomar medidas que beneficien a un territorio bajo el yugo del poder extranjero.

▲ O sea que, según usted, Puerto Rico es una colonia de Estados Unidos.

▲ Bueno... si hay alguien que aún no lo sabe o no lo cree, vivirá en el planeta Marte. Este es un país subsidiado por la metrópolis, pero... Pero somos una colonia con autonomía fiscal, recibimos miles de millones de dólares de ayuda federal, libre comercio con Estados Unidos, ciudadanía común y moneda común.

▲ Vamos con calma, Don Agustín. En primer lugar, Puerto Rico es una colonia, de eso no hay dudas. En cuanto a la autonomía fiscal para qué; para el salario mínimo, para dar subsidios a unos y a otros y para establecer impuestos. En cuanto a los miles de dólares en ayudas federales, no son tales ayudas, son un reembolso por los miles y miles de millones que se llevan de aquí. Libre comercio; ¿Cuántos países libres tienen libre comercio con Estados Unidos? ¿Ciudadanía común? ¿Para qué? ¿Para que maten a nuestros hombres y mujeres en guerras que nosotros no provocamos? ¿Moneda común? En Europa utilizan una moneda común (el euro) todos los países que son constituyentes de dicha comunidad y que son países libres.

▲ Dr. Chikuá, usted parece estar más ilustrado que el liderato de este país, siendo un perro sato. Por todo lo dicho por usted, debo concluir que el problema base de todos los problemas nuestros es la falta de poderes y el status político.

▲ Eso está más claro que un manantial. Don Agustín, yo tengo que irme porque ya es tarde y yo tengo que "rejender" por el monte para llegar a mi caverna. Recuerde que ya está oscureciendo temprano y la luna sale tarde. Yo le prometo volver a su balcón y dialogar sobre el tema que usted quiera.

▲ Doctor, será un placer recibirlo de nuevo y le prometo que le tendré un almuerzo confeccionado con los alimentos que usted consume. Aunque no se igualará al banquete que le ofreció el Rey Juan Carlos de España cuando usted fue a ofrecer una charla sobre los adelantos del perro sato.

▲ No se preocupe usted. Volveremos a dialogar y aunque no arreglemos el país, por lo menos nos expresamos y las cantamos como las vemos. Y recuerde que los satos y los boricuas llegaremos hasta el final.

▲ ¡Adiós, Dr. Chikuá Sato de la Vega!

▲ Adiós, Don Agustín.

Consejos importantes en el periodo de cambios de planes con **MEDICARE**

POR: MARCOS MERCADO MARRERO, B.A., MPH

El gran capital de nuestra Cooperativa está en la valiosa aportación, lealtad y compromiso que nuestros socios mayores han brindado a esta institución. Para beneficio de estos, ofrecemos esta valiosa información que deben conocer todos aquellos beneficiarios de Medicare.

La gran mayoría de los beneficiarios con las partes A y B de Medicare han optado por matricularse en un plan contratado con Medicare. Los planes contratados con Medicare, conocidos también como los “Planes Medicare Advantages”, “Planes MA” o de “Parte C”, tienen sus periodos o fechas de afiliación. Los mismos, son establecidos por los Centros de Medicaid y Medicare (CMS por sus siglas en inglés). El periodo para que los pacientes de Medicare realicen cambios comienza el 15 de octubre y culmina el 7 de diciembre de este año. Todo cambio que realice el beneficiario será efectivo a partir del primero de enero del 2014.

Durante este periodo los beneficiarios estarán sujetos a un gran “bombardeo” de ventas y mercadeo de parte de los Planes Advantages con el fin de atraer a la población elegible. Este periodo de afiliación es muy importante porque aquí cuando tú decides cual será la gama de beneficios que como beneficiario tendrás para el próximo año.

En momentos en donde el gobierno estadounidense está realizando cambios y reformas profundas al sistema de salud, es

crucial que el beneficiario esté informado. El Patient Protection and Affordable Care Act, mejor conocido como el “Obamacare”, al presente está realizando cambios significativos al programa de Medicare. El sector de los Medicare Advantages ha tenido que realizar sus ajustes a raíz de la implementación de la ley antes mencionada. Esto se traduce en posibles cambios en diseño de beneficio en las cubiertas que ofrecen los planes contratados con Medicare. Como por ejemplo, pueden ocurrir la implementación de primas, aumentos en copagos y la reducción

en beneficios añadidos (espejuelos, aparatos auditivos, entre otros; a manera de ejemplo). Ante el escenario que se avecina, es muy importante que los beneficiarios utilicen este periodo de afiliación para realizar el análisis acertado y ellos mismos, hacer las comparaciones debidas entre costos y beneficios que los planes ofrecen. Les exhorto a la población, y en especial a los socios de VEGACOOOP a que no se precipiten en tomar una decisión ya que cada aseguradora ofrece distintos productos y es muy importante que analices cada opción.



MEDICARE

A continuación, ofrezco varias sugerencias que puedes realizar durante este periodo tan importante:

- Verificar si los planes van a tener prima mensual. Si es así, verificar los copagos que ofrece esa cubierta y analizar el costo de sus servicios añadiendo la mensualidad.
- Validar que la red de proveedores (médicos, facilidades, hospitales) que actualmente ofrece la aseguradora sigue contratada. Esto se puede validar llamando al centro de llamadas del plan de su preferencia para asegurar que sus médicos actuales estén en el plan.
- Verificar la cobertura de medicamentos, copagos en medicamentos genéricos y de marca. Es muy importante que el beneficiario valide si los medicamentos que utiliza están cubiertos y si requieren preautorización de parte de la aseguradora.

Verifique los “valores añadidos” que ofrezca cada plan; por ejemplo, cantidad para espejuelos, aparatos auditivos, entre otros.

Las sugerencias antes mencionada son claves al momento de tomar una decisión sobre qué plan vas a escoger. Recuerda, que el plan que has seleccionado será el que tendrás durante el próximo año. No permitas que tu decisión sea influenciada por terceros y seas preso de los anuncios que se ofrecen en los medios.

Este momento es crucial y CMS ha dado un espacio amplio para que tomes la mejor decisión. El enfoque del análisis debe ir dirigido hacia lo que más uso das a tu plan médico. El análisis debe de ser realizado a base de tu estado de salud actual y tomando en cuenta la probabilidad de suceder alguna situación de salud fuera de tu control.

Si usted se encuentra satisfecho con su plan, es bien importante que observe los cambios de su cubierta para el próximo año. También,

puedes validar qué otra cubierta, dentro de la misma aseguradora que estás matriculado, ofrece opciones costo-efectivas. Realiza comparaciones de las distintas cubiertas que ofrezca tu plan para que tomes la mejor decisión. Por favor, no te desespere, analiza bien la gama de beneficios y has todas las preguntas necesarias para disipar cualquier duda.

Espero que estas sugerencias ayuden a los beneficiarios elegibles al programa de Medicare. Todas las aseguradoras contratadas con Medicare deben de cubrir lo mismo que cubre el programa de Medicare Original. La diferencia estriba en costos, red de proveedores, medicamentos cubiertos, beneficios añadidos y la experiencia de servicio que te ofrecen.

Con mis consejos, mi mayor deseo es que tomes la mejor decisión. Sobre todo... que sea una decisión debidamente informada.



Muévete al Cooperativismo con Rubén Morales y destacados líderes. Conoce los beneficios, productos y servicios del cooperativismo.

ahora los

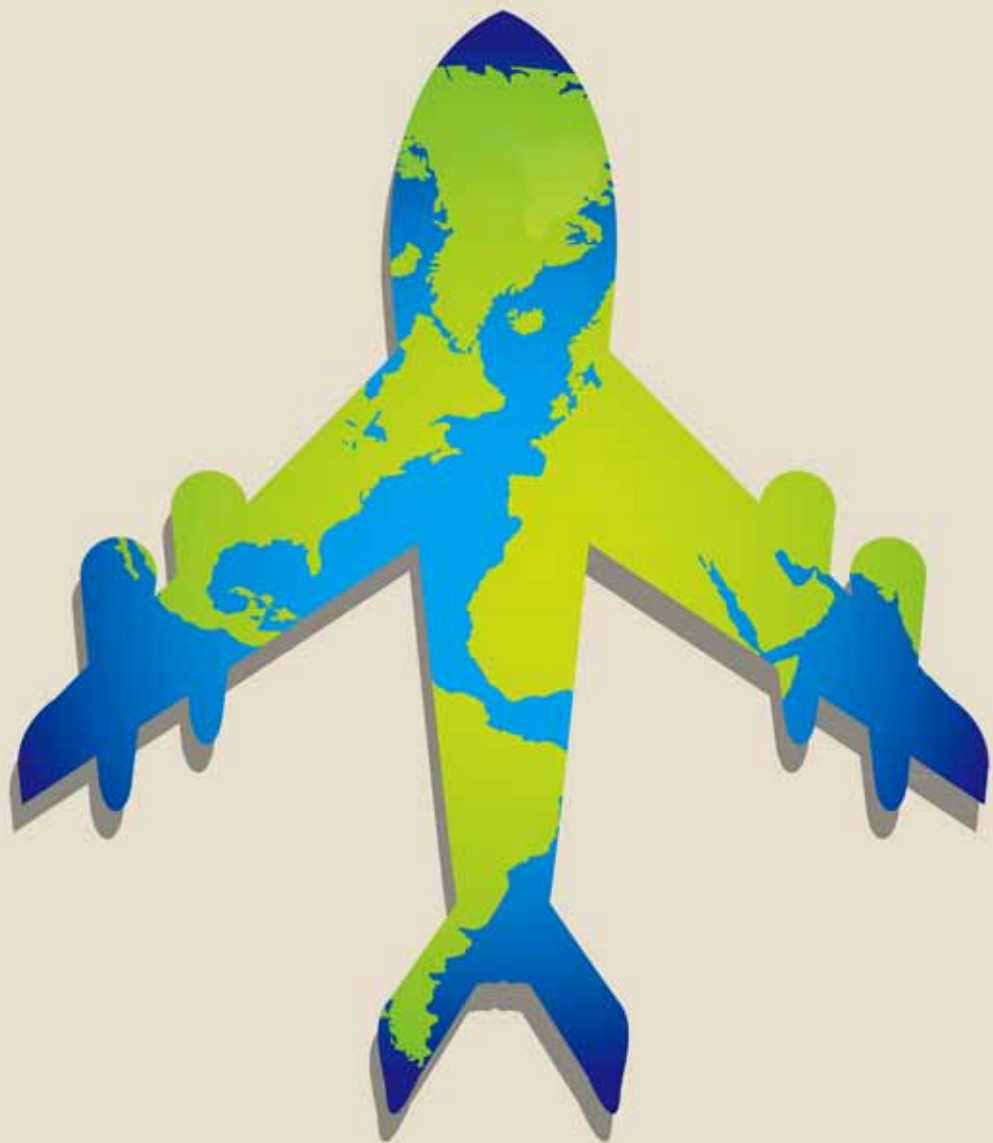
Sábado	9:00 p.m.	por	teleisla Canal 7
Sábado	10:00 p.m.	por	américa tevé
Domingo	7:00 p.m.	por	CANAL TRECE
Domingo	9:00 p.m.	por	teleisla Canal 7

EXILIO

POR: SANDRA N. SALGADO NATAL

Cada vez que me encuentro feliz con mi amada familia, la que he creado con alegría, ilusión, responsabilidad y compromiso; me encuentro hundida y sofocada en un sufrimiento por no estar cerca de mi familia biológica, mi primera familia. El sentimiento de culpa me abruma y ahoga sin cesar. Mientras escucho mi música en mi "Ipod" me transporto a mi tierruca y a las memorias previas de mi vida pasada, la que son un pedazo de mi vida presente. El pensar en esa vida, en lo que ya no existe y en lo que aún mantengo, provoca en mí emociones inconsolables. Siento mis manos un poco atadas para poder cumplir con mi deber al llamado de la sangre. Y así mismo, pido perdón por mi comportamiento egoísta y tolerancia por lo que vendrá.

Todo esto por causa de mi exilio. No soy víctima, ni quiero que me vean como tal, porque no lo soy. Soy un ente con esencia puertorriqueña y eso es lo que más importa. Llevo en los Estados Unidos casi 20 años; toda una vida, y todavía me considero viviendo en el exilio. He conocido gente buena, sobre todo mi otra familia (la de Brian, mi esposo) que han resultado lo mejor de lo mejor conmigo. Soy como una hija para ellos y me aman como si fuera parte de su sangre, por ello me siento feliz. Mis hijos, sus dos únicos nietos, son sus vidas y están muy orgullosos de mi pequeña familia. Ha sido una de las mejores decisiones que he tomado en mi vida y hasta el sol que hoy me alumbra, no ha habido razón para un lamento ni un arrepentimiento. Mi vida es buena, me ha dado el lugar que me merezco. Me he ganado el mejor billete de lotería que un afortunado



“ En el exilio soy instrumento y me empeño en fomentar la diversidad cultural a través del lenguaje, ya que la población hispana y otras poblaciones extranjeras están continuamente en crecimiento. ”

pueda ganar. Me he dado cuenta que mi suerte es buena. Que la suerte de principiante se ha quedado conmigo. O quién sabe si todo estaba escrito desde antes de nacer. Cualquiera que sea la razón; esta es mi realidad.

Desde que me mudé al exilio en 1994, me sumergí en el idioma inglés para poder comunicarme con la gente y muy en especial, con el esposo que escogí para compartir mi vida. Una de las mejores decisiones que he tomado durante mi existencia. Cuando me empapé de esa nueva manera de comunicarme; con sonidos extraños que aún no puedo pronunciar, porque no crecí con ellos en mi paladar, me prometí a mí misma que nunca olvidaría ni me disculparía por usar mi lengua nativa si la necesitaba o cuando quisiera, debido a que a mi entender; si hacía eso estaría negando quien soy. El español es un lenguaje hermoso y excitante lleno de riquezas que no todos saben ni disfrutan.

En los veinte, menos un año que llevo en el exilio, el choque cultural se sigue apoderando de mí. Todo es tan diferente. No ha sido solo una vez que lo he vivido, pero aún así, no he podido superarlo. En el invierno las noches silenciosas y frías me congelan el alma. Más aún en las celebraciones navideñas, ¡cómo extraño el bullicio, el bembé, la música y la juerga nuestra! Igualmente las risas, los fuegos artificiales y por supuesto los llantos, las lágrimas de tristeza y desconcierto hacia lo que vendrá. Echo de menos la comida sabrosa, el arroz con gandules, los pasteles, las morcillas, el lechón, el coquito, el salchichón, los chicharrones. Y al filo de la medianoche, “El brindis del bohemio”...

Cada Año Nuevo que comienza para mí en una noche fría llena de esperanza y metas por lograr, mi mirada apunta a mis dos chiquillos, que ya no son tan chiquillos. Los quiero abrazar. Retenerlos en mi nido como ave amorosa y salvos de todo mal. Criarlos, para que se conviertan en hombre y mujer efectivos para su país y el mundo. Para que con su ayuda y conciencia de su origen, la cultura puertorriqueña no acabe. Y así brindo por

todos Dice Julia Kristeva, que “El exilio es el asesinato de la lengua maternal”. Sin embargo, en mi caso no es veraz, aunque entiendo la aseveración perfectamente. Si dejas tu tierra a temprana edad, es posible que se vaya olvidando el primer idioma si no lo usas o si no se estimula, al menos, dentro del seno familiar. Si decides aceptar el segundo idioma, el aprendido más tarde en tu vida y pones en un segundo plano el primero; entonces la lengua materna sí corre peligro. Más aún, si por la razón que sea, te convences de que tus criaturas, los hijos que tendrás en el exilio, aprenderán por ejemplo inglés, sin familiarizarse con tu idioma nativo, éste se extinguirá totalmente de tu ámbito inmediato. En el exilio me he comprometido a que mi lenguaje no muera, de que se manifieste en todo su esplendor. Mi lengua representa mucho de lo que soy, mi patrimonio cultural y mis experiencias. También define el lugar de donde vengo, Puerto Rico. Aquí en esta tierra tan extraña, mi lengua materna es la zona que me consuela, me acuna y más cómoda me hace sentir. Para mí, siempre ella ha inspirado orgullo patriótico y alegría pura. Ser hispanohablante en el exilio es una ventaja la cual aprovecho al máximo y dignamente.

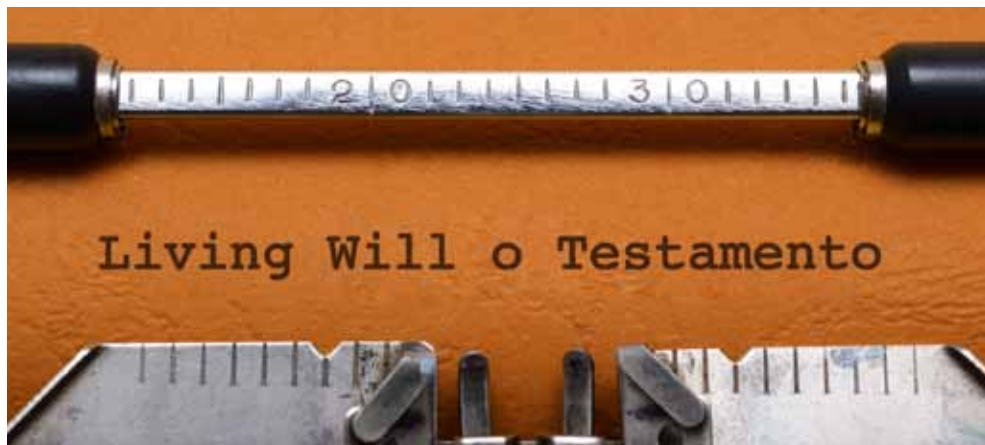
En el exilio soy instrumento y me empeño en fomentar la diversidad cultural a través del lenguaje, ya que la población hispana y otras poblaciones extranjeras están continuamente en crecimiento. Como nación y como individuos tenemos que entender y aceptar dicha realidad. Aunque según la Biblia estemos hechos a imagen y semejanza de Dios, realmente no somos iguales. No todos necesitamos lo mismo y cada cual debe ser respetado y aceptado con las cualidades y atributos que lleva o traiga en su bagaje. Por lo tanto, en esta tierra el concepto de “melting pot” se ha ido descartando poco a poco. Ahora es más justo decir que los Estados Unidos es una nación hecha bajo el concepto de “tossed salad” donde cada cual aporta y contribuye con lo que tiene. Donde cada individuo, poseedor de un trasfondo cultural

propio y único, una lengua madre y un sinnúmero de virtudes bonachonas, está listo tanto para dar como recibir y como resultado aprender y de esta manera formar un mundo mejor aunque suene esto como un ideal.

Actualmente vivo y trabajo en Texas de maestra en una escuela secundaria enseñándoles a estudiantes el idioma extranjero “español”. Tengo una maestría en Planificación Ambiental. A pesar de esto, soy india, soy española, soy africana, soy de Vega Alta, soy vegalteña. Ese pueblito pequeño y que por un mal acontecimiento le fue contaminado uno de los tesoros más preciados que la humanidad pueda tener, el recurso del agua. De ocasión en ocasión le canto a mi Vega. “Es Vega Alta mi pueblo a quien quiero con amor, situado entre bellos montes todos llenos de verdor... ♪ ♪ ♥ ♥ ♥ ♪ ♪”. Por todo esto me permito decir con sumo orgullo: ¡Soy Borincana!

A las mujeres, a los hombres, a los niños que hoy se encuentran en el exilio les aclaro que la lucha es dura. En cambio, si sabes por qué batallas, serás feliz y estarás orgulloso de haber sido tú quien luchó. ¡Ojalá no tuviéramos que decir vivimos en el exilio! ¡Ojalá todo fuera normal, que pudiera enterrar mi culpa y no dejarla salir! ¡Ojalá no me dijeran “así son los hijos”, que dejara de sentirme como una hija ingrata! Pero me sentiría peor si no hubiera seguido mi destino construyéndolo a mi manera. Acaso tenga que decir que no me siento completamente feliz. Lo acepto, porque sé que la vida es una tómbola, no es perfecta ni justa. Está de mi parte si la hago buena o no. Para mí ha sido buena, mejor dicho buenísima, tierna, bienhechora, provechosa, grata, apetecible y miles de adjetivos más.

**¡Estoy llena de sueños! ¿Quién me los quiere comprar?
O ¿quién quiere unos pocos, con la ilusión de que
todos podamos soñar y hacer de nuestro entorno un
mundo mejor?**



POR: LCDA. MARILÚ MÉNDEZ OLIVERAS

Los testamentos vitales y otras directrices anticipadas describen las preferencias del testador con respecto al tratamiento médico si este se enfrenta con un accidente grave o enfermedad. Estos documentos legales hablan por usted cuando no es capaz de hablar por sí mismo, como por ejemplo, si está en estado de coma. Estos documentos no son sólo para los adultos de edad avanzada porque las situaciones inesperadas de “fin-de-vida” pueden ocurrir a cualquier edad.

¿Se ha preguntado usted o le ha comunicado a algún familiar sobre cómo quiere que sea su tratamiento médico en caso de sufrir alguna enfermedad terminal o encontrarse en estado de muerte inminente?

A pesar de ser un tema difícil de tratar, es altamente recomendable prepararse para un tipo de situación de esta índole.

La ley Núm. 160 de 17 de noviembre de 2001, conocida como “Ley de declaración previa de voluntad sobre tratamiento médico en caso de sufrir una condición de salud terminal o de estado vegetativo persistente”, es la que se refiere al comúnmente llamado “Testamento vital o Living will”.

¿Qué significa todo esto?

Significa que usted, en vida y en pleno uso de sus facultades mentales, si se encontrase en una condición de salud terminal, en estado vegetativo o que esté en peligro inminente de muerte pueda decidir someterse o no someterse a tratamientos médicos como por ejemplo: resucitación cardiopulmonar, ventilación mecánica, diálisis, u otros. En estos casos, usted puede decidir si desea o no el tratamiento y por cuanto tiempo está dispuesto a recibirlo. De esta forma usted puede asegurarse de tener una muerte digna y evitar si es su deseo, que sea una máquina la que prolongue lo inevitable.

Living Will o Te

*“Ley de declaración previa de voluntad so
una condición de salud terminal o*

Algunos de los requisitos necesarios para que usted pueda otorgar la declaración de voluntad son:

- ▶ Deberá contener la orden del declarante hacia el médico y/o institución de servicios de salud que intervengan con su cuerpo, donde indique que si está sufriendo de una condición de salud terminal o estado vegetativo persistente, a abstenerse de someterlo a cualquier o determinado tratamiento que solo sirva para prolongar artificialmente el proceso inminente de su muerte.
- ▶ Ser libre y voluntaria.
- ▶ Estar escrita, firmada y juramentada ante notario público mediante acta o testimonio o ante persona autorizada a autenticar firma en el Estado Libre Asociado de Puerto Rico.
- ▶ El documento contendrá la fecha, hora y lugar donde se otorga la declaración.
- ▶ Se puede hacer ante la presencia de un médico y otros dos (2) testigos idóneos que no sean herederos del declarante ni participen en el cuidado directo del paciente.

El declarante podrá nombrar un mandatario para que en este mismo caso y ante la eventualidad de no haber dispuesto sobre alguna situación médica en la declaración de voluntad, éste tome las decisiones, según los valores e ideas del declarante en cuestión.

Para que este documento pueda surtir efecto, el declarante será responsable de notificar al médico o a la institución que ofrece los servicios de salud y entregarle una copia del documento. El médico a su vez debe incluir la declaración en el expediente médico del paciente.

stamento Vital

bre tratamiento médico en caso de sufrir de estado vegetativo persistente”

Este documento entrará en vigor cuando al declarante se le diagnostique una condición de salud terminal o se encuentre en estado vegetativo.

La persona que otorga la declaración de voluntad puede modificarla o revocarla en su totalidad en cualquier momento, pero cumpliendo con los requisitos establecidos por ley.

Si la persona que hace la declaración es una mujer embarazada y, en ese estado sufriera de una condición de salud terminal, la declaración de voluntad autorizada en esta Ley quedará inoperante hasta terminado el estado de preñez.

Es importante aclarar que el médico y la institución de servicios de salud que acoja al paciente cumplirán fielmente con la voluntad expresada por el declarante y su violación acarreará la correspondiente obligación de indemnizar en daños y perjuicios a las personas afectadas.

Esta ley también aclara que la restricción a tratamiento médico del declarante no afecta de forma alguna la calidad del cuidado básico de salud, incluyendo, pero sin limitarse a higiene, comodidad y seguridad que serán provistos para asegurar el respeto a la dignidad humana y la calidad de vida hasta el mismo momento de la muerte. Con este testamento vital tampoco se autoriza la práctica de la eutanasia, o provocación de muerte por piedad.

ADVERTENCIA:

La información jurídica que se presenta en este artículo se divulga con carácter ilustrativo y educativo. De ninguna forma puede considerarse como sustitución de una consulta con un abogado notario.

Por: Lcda. Marilú Méndez Oliveras
Abogada – Notario
Bufete Rodríguez & Méndez
28 Calle Colón
Vega Alta, PR 00692-6511
Tel. 787-883-1721
e-mail: lcda.marilumendez@yahoo.com



Logra sus SUEÑOS



4^{*}% APY

Con la cuenta

NaviCoop

"Pagamos más que nadie"



¡Abre la tuya!

1-800-561-COOP (2667)
www.vegacoop.com

Búscanos en:



* Algunas condiciones aplican. Para información sobre éste y otros servicios de VEGACOOP, comuníquese con nuestros oficiales en las sucursales localizadas en: Vega Alta, Santa Rita, Toa Alta, Dorado, Toa Baja, Bayamón, Kennedy o en www.vegacoop.com. Sus acciones y depósitos están asegurados por COSSEC hasta \$ 250,000.

Don Pedro, el Picapedrero:

UNA LECCIÓN QUE APRENDER

POR: BENJAMÍN NEGRÓN RODRÍGUEZ

De niño íbamos de jira a buscar guayabas en los solares yermos que había en los alrededores del pueblo. Había dos que por su cercanía eran nuestros preferidos. Uno era el área donde está enclavado el almacén de Toto Dávila y otro era el solar donde está la escuela Apolo San Antonio. Una parte del fruto recogido, nos la comíamos en el mismo lugar y el resto venía con nosotros en bolsas de estraza para hacer dulce o repartirla entre los chicos menores del vecindario. La salida del pueblo era todo bullicio cada día nuestro. Podían apreciarse infinidad de jinetes a caballo y muchos visitantes en los autobuses que venían de los barrios nuestros. Ché López y sus chistes creaban un ambiente de fiesta a la salida del pueblo, lugar donde el ron caña y los bacalaítos fritos eran el plato del día.

De madrugada salían a las siembras de caña de azúcar decenas de obreros a laborar en las tareas de corte o desyerbo según la época del año. Para entonces ya Pedro, había dejado de trabajar. Su cuerpo lacerado por la fatiga y por un accidente de trabajo se mostraba encorvado y la artritis hacia estragos en todas sus coyunturas. Su afán de vivir y no ser dependiente de nadie lo atizaba a buscar en que emplearse. Decidió hacerse picapedrero. Sin hijos y viudo hacia años, la soledad le acompañaba siempre. Su tosco sombrero le daba un aspecto de fuerza, sus menudos ojos hurgaban sin respuestas todo lo que miraba. Callado; a la distancia parecía un monje tibetano, vestido de jíbaro nuestro.

Construyó en la lomita que sirve de asiento los salones de la escuela Apolo San Antonio una casita estilo barraca. Desde la 5 de la mañana en un martillar incesante, se le escuchaba con el cincel y marroncito de mano. Cada piedra caliza que caía en sus manos era

desmenuzada en pequeños pedazos apropiados para su mezcla con arena y cemento. Hasta allí llegaban los vecinos a comprarle por cubos o carretillas de mano, su producto. Un atrecho en la loma era el camino usado por todos. Poco conversador, Pedro agradecía con gestos el apoyo recibido. Después de las 3 de la tarde dejaba de cortar piedras para cocinar con leña o carbón su menguado alimento. Macabeo la cargaba un poco de agua necesaria para su sustento y participaba a veces de la cena preparada. Pedro era lección viva de aquello de "vivir con el sudor de tu frente". Gran maestro para la generación presente de dependientes y arrimados a las faldas de un gobierno paternalista.

Nadie se explicaba cómo podía conseguir tantas piedras, a pesar de su limitación física, dificultad para caminar e inclinado terreno donde mantenía su casa y labores. Era maravilloso verlo todo el día, inclinada su cabeza, con un galón con agua para tomar y martillando sin cesar en una lucha contra el reloj y la premura de las entregas pendientes.

¿Cómo conseguía las piedras para su trabajo? Nadie sabía. Ni mi padre que servía de Vigilante del comercio local, nos daba una respuesta, ni los policías que hacían su labor a pie por el pueblo podían contestar esa pregunta. Tampoco Ché López, cuyo negocio era parada obligada de todos los que del campo llegaban al pueblo.

Unos años después Toto Dávila, añadió como producto la piedra, macerada en talleres con máquinas modernas. Pedro el Picapedrero, agobiado por los dolores, la falta de clientes, la desatención nuestra, un día en momentos de locura decidió quitarse la vida, pues no quería ser una carga para nadie. Pero siempre quedó en la memoria mía averiguar cómo conseguía las piedras.

La respuesta la he mantenido por lo últimos años guardada en mi corazón porque quería hacerme cómplice de los ángeles y de mi padre. Un día un año antes de fallecer mi padre, le visité y pregunté por miles de cosas del pasado. Su mente clara siempre iluminaba la mía con datos, nombres, lugares y sucesos.



Entonces a boca de jarro, le pregunté: “Papi, ¿quién le llevaba o ayudaba a Don Pedro a sacar la piedras?” Cambió su vista para el otro lado, como esperando me olvidara del asunto. Volví a la carga. “¿Dime?” Me respondió casi en un susurro: “te voy a decir, pero no lo cuentes a nadie. Ni lo escribas”. Sobre esto, no hice pacto de silencio. Entonces abrió su corazón y me dijo, mientras unas lágrimas afloraban a sus ojos. “Una noche, como a las 2 de la madrugada estaba dando una vuelta por la salida del pueblo y chequeaba el negocio de Toto. De momento vi una luz que salía de la casucha de Pedro. Este, estaba de pie, muy derecho. A su lado vi la figura de unos ángeles, sus alas desplegadas que cargaban decenas de piedras y las ponían a los pies de su casita. Pedro hacia una reverencia y sus manos en unción agradecían la ayuda recibida. A nadie

lo he contado. Tú sabes que Pedro se quitó la vida”, me dijo. Le respondí; “todos les dimos la espalda cuando dejó de vender piedras. Su vida era el trabajo y nosotros nada hicimos por él.” Su silencio fue la única respuesta. Hace dos semanas asistí a misa en la parroquia de la Inmaculada. El coro comenzó a cantar luego de la comunión una bella melodía. Dice su corito:

Hay ángeles volando en este lugar,
En medio del pueblo y junto al altar,
Subiendo y bajando en todas las direcciones.
No sé si la Iglesia subió o si el Cielo bajó.
Si sé que está lleno de ángeles de Dios
Porque el mismo Dios está aquí.

Una chispa encendió mi mente y volví a recordar al picapedrero olvidado por nosotros,

pero guardado en mi memoria en un pequeño resquicio de agradecimiento por sus lecciones de trabajo constante y de superación pese sus limitaciones. Me acordé también de Osvaldito Correa, mi vecino y de Junito el del Caserío. Entonces comprendí la lección de Pedro, el Picapedrero. Dios no falta a nadie. Los milagros pasan todos los días. Pero, no los vemos, o quizá no los merecemos. Los ángeles están para ayudarnos como a Pedro, cuando éste lo necesitaba. ¿O todo depende enteramente de nosotros? Creo, que hay ángeles volando por tu hogar, tu trabajo, la cooperativa. Unos se visten de hombres o mujeres, otros de niños y otros con alas; que aparecen cuando más los necesitas –“subiendo y bajando en todas las direcciones”. Pero hay que hacer como hacía Pedro, dar gracias con las manos en unción; agradecidos.



Desde un

3.95%

BAJA TUS PAGOS con un Préstamo para **REFINANCIAMIENTO DE AUTO**

- ➡ Cansado de pagar altos intereses y recibir un mal servicio.
- ➡ Tienes financiado tu vehículo con otra institución.
- ➡ Hazte socio y comienza a disfrutar los beneficios de ser dueño.



Refinancia tu préstamo para auto con **VEGACOOOP** y ahorra. Un refinanciamiento para auto puede disminuir la tasa de interés, lo que implica un pago menor y más dinero en tu bolsillo cada mes. También pagarás menos durante la duración de tu préstamo. ¡Llama ahora! para una mejor orientación o visita cualquiera de nuestras sucursales.



(787) 915-0030 ó 1-800-561-COOOP (2667)

Toda oferta está sujeta a aprobación de crédito. Ciertas restricciones aplican. Esta institución no está asegurada por el gobierno federal. Las acciones y depósitos están asegurados hasta \$250,000 dólares por la Corporación Pública para la Supervisión y Seguro de Cooperativas - COSSEC.

COSSEC
\$250,000



DALE un Guineo a tu “MONO”

POR: DRA. CARMEN JULIA LANDRÓN – PASTORA

Vivimos en un mundo donde miramos pero no vemos, oímos pero no escuchamos, tocamos pero no percibimos. Con el agite diario, las prisas por llegar a algún destino, las agendas llenas de actividades imposibles de realizar y el uso exagerado de la tecnología, no tenemos tiempo ni paciencia para escuchar a los demás; lo que obstaculiza una comunicación eficaz y profunda digna de los seres humanos.

La mayoría de la problemática de los seres humanos tiene sus raíces en la falta de una comunicación clara y eficaz. Se hace necesario que todos podamos convertirnos en grandes conversadores y comunicadores. En esto hay grandes ventajas. Cuando nos tornamos conversadores y comunicadores; la gente tiende a respetarnos. Con ello adquieres influencias, mejoras las relaciones interpersonales, adquieres seguridad en ti mismo, se te admira, logras ser empático, fluyen los éxitos personales y profesionales. Pero existe un problema. Esta habilidad no es innata, y nadie nos enseña a interpretar ni a utilizar los distintos tipos de comunicación que existen. Cuando no nos comunicamos correctamente tendemos a echar la culpa a los demás cuando no se nos entiende. George Bernard Show, un estudioso del tema, dice: “El problema de la comunicación es la ilusión de que se ha logrado”. Pero en realidad lo importante no es lo que tú dices, sino lo que el otro entiende. Julio Marco, coach en la comunicación dice: “la comunicación efectiva no es fácil porque, “oímos la mitad de lo que se dice, escuchamos la mitad de lo que oímos, y, de eso, entendemos la mitad; nos creemos la mitad de lo que entendemos, y de eso, no recordamos más que la mitad”. A esto se añade la calidad de nuestro pensamiento. El pensamiento sale de nuestro cerebro y revolotea alrededor de cada uno. Mientras te comunicas, tu mente está viajando. Estamos rodeados por todo tipo de pensamientos y nuestra mente se ve seriamente afectada por ellos. Cuando un pensamiento, bueno o malo, deja la mente de una persona, da lugar a situaciones y comportamientos que hacen que ese pensamiento pueda penetrar en la mente de otros. Las corrientes del pensamiento nacen en el lecho de las capas más internas de la mente y fluyen incesantemente hacia

el exterior. Cada pensamiento tiene una gran repercusión de muchas formas imaginables. Por otro lado el pensamiento hace maravillas. Un mal pensamiento te puede esclavizar, y un pensamiento adecuado te puede liberar. Para poder lidiar con los buenos pensamientos y la comunicación eficaz debes desarrollar los poderes de la mente; interés, atención, voluntad y concentración.

¿Conoces personas “normales” admiradas por ti, que de momento se transforman y sacan de su interior cosas negativas?

Luego se arrepienten de lo que dijeron o hicieron. Reconocen que hay algo dentro de ellos que bloqueó la comunicación. Es que de alguna manera todos llevamos un “mono” dentro que representa nuestros instintos más básicos, que la mayoría de las veces no podemos controlar. Estoy segura que a ti también te ha sucedido. Pero, ¿Por qué se produce esto? Ante un suceso en la comunicación, el primer lugar de nuestro cerebro al que llega la información es la amígdala del cerebro límbico o emocional, que actúa de 80 a 100 veces más rápido que nuestro cerebro cortical o racional. Sentimos mucho antes que pensamos. Entonces, lo que deberíamos hacer es darle un guineo a nuestro “mono” para calmarnos. Es decir contar hasta 10 o hasta 100, o esperar el día siguiente para dar tiempo a que la información llegue al cerebro racional, y la respuesta no la dé nuestro “mono” interior, sino nosotros. Solo así, controlando nuestro interior, abrimos la puerta para una buena comunicación. También hay unas claves que si las sigues puedes mejorar tu comunicación y opacar tu mono. Es necesario que te unas a la fila de la gente que se comunica eficazmente con los demás.

1. Crea el contexto adecuado

Toda comunicación se da en un contexto que tiene una influencia fundamental. Busca siempre el lugar y el momento oportuno para una conversación personal o profesional. No vayas directamente al grano. Una buena conversación requiere tiempo y esfuerzo.

2. Escucha activamente

Oímos pero no escuchamos. Pasamos el 64% de nuestra vida escuchando y nadie nos ha enseñado. El verdadero éxito no se consigue porque hables bien, sino porque escuchas bien. Así que escucha el doble de lo que hablas.

3. Practica el arte de hacer preguntas

En las conversaciones utiliza preguntas poderosas que lleven a la reflexión, que requieran más que un sí o un no por respuesta.

4. Descubre lo que sienten los demás

La magia está en descubrir lo que sienten los demás sin que ellos te lo digan. Lo más importante en comunicación es lo que no te están diciendo, y que tú logras descubrir.

5. Cambia tu modo de interpretar lo que ves

La vida no es lo que nos pasa, sino la que interpretamos y lo que hacemos con lo que nos pasa. Cada uno elige su propia percepción. Lo que para uno son fracasos, para otros pueden ser experiencias. Así que interpreta de acuerdo al momento, pues cada persona tiene su mundo complejo y sus propias creencias. Kant decía: "No vemos el mundo como es, sino como somos". Filtramos toda nuestra comunicación a través de nuestras creencias e ideas pre concebidas. ¡Cambia tu interpretación, tú dialogo interior y tus creencias y cambiarás tu vida! La mitad de la belleza depende del paisaje, la otra mitad del ser humano que lo mira.

6. Promete poco y da mucho

Haz todo lo posible por dar siempre una primera buena impresión. No te comprometas a nada que no puedas cumplir. Para no crear falsas expectativas y provocar en los demás resentimiento, promete poco y da mucho. Haz más de lo que se espera de ti.

7. Evita los malos entendidos

A veces suponemos cosas a partir de datos que no verificamos. El conocimiento está formado por el 20% de lo que sabes y el 80% de lo que suponemos. Si quieres evitar los malos entendidos, comprueba y pregunta. ¡Las cosas no son siempre lo que parecen!

8. Conviértete en un gran conversador

Los grandes conversadores irradian energía, te hacen sentir bien, te hacen cumplidos sinceros, tienen sentido de humor, son positivos y lo contagian, saben escuchar, se centran en las soluciones, se adaptan a los demás, están al día de todo, tienen una conversación interesante, ofrecen sin buscar, utilizan un lenguaje positivo en su vida. Por el contrario, la gente que no es buena conversadora. No escucha, se queja de todo, critica todo, te interrumpen, son aburridos, se centran en los problemas e irradian negatividad.

9. Dale un guineo a ese mono que llevas en tu interior

¿Qué es darle un guineo a tu mono? Sacar de dentro de ti los odios, rencores, resentimientos, el deseo de venganza, las críticas, los celos, la envidia, la maldad que se lleva en las entrañas, la competencia, el desamor. El "mono" puede estar dormido dentro de ti, pero llegará un momento donde puede despertar. Es ahí cuando debes darle un guineo. El "guineo" representa el amor, el volvernos seres humanos buenos, nobles, comprensibles. Es domesticar nuestra fiera, nuestro "mono" que llevamos por dentro. Solo así podemos acabar con la violencia, el maltrato y todo lo que nos deshumaniza. Es ahí donde los seres humanos podemos alcanzar la forma adecuada de comunicarnos los unos a los otros de forma civilizada.

¡Vive tu Sueño!

Conoce TODAS las alternativas y **PRODUCTOS HIPOTECARIOS** que hoy te ofrecemos:

Aníbal Colón Pérez
CONSULTOR HIPOTECARIO
NMLS ID # 282894

61 Calle Georgetti - Frente a la plaza
PO Box 1078, Vega Alta, PR 00692
Tels. (787) 915-0030
1-800-561-COOP (2667)
Cel. (787) 340-8197
Fax: (787) 270-2870
E-mail: acolon@vegacoop.com

VEGACOOOP
1953

- FHA
- Veteranos (VA)
- Rural (USDA)
- "Streamline"
- Convencionales
- Construcción
- "Reverse"
- Terreno y más...



¡Llama Ahora! Para una mejor orientación
(787) 915-0030

Toda oferta está sujeta a aprobación de crédito. Ciertas restricciones aplican. Esta institución no está asegurada por el gobierno federal. Las acciones y depósitos están asegurados hasta \$250,000 dólares por la Corporación Pública para la Supervisión y Seguro de Cooperativas – COSSEC.





“¡Oh la noche regada de estrellas que envió desde todos sus astros la más pura armonía de reflejos como ofrenda nupcial a mi tálamo!
¡Cómo suena en mi alma la clara vibración pasional de mi amado, que se abrió todo en surcos inmensos donde anduve mi amor, de su brazo!...”

Extracto: Poema “Casi Alba” de Julia de Burgos

CUELLO BLANCO CON CORBATA

Cuello blanco con corbata
Se levanta a trabajar
Con su maletín de cuero
Luciendo un caro gabán.
Tiene un carro que no paga
De marca Mercedes Benz
El no paga gasolina
Tampoco paga chofer.
Entra al trabajo a las ocho
Y siempre llega a las diez
Nunca trabaja ocho horas
Pero le cuadran el mes.
Cuando sale por las tardes
Se va al mejor restaurant
A beber vino y cerveza
A comer langosta y caviar.
Esto se cae de la mata
No me lo vas a creer
Cuando llegan las planillas
Le tienen que devolver.
Siempre se da buena vida
Al año tiene un millón
Le chupa el jugo a los pobres
Y los deja en depresión.
Cuello blanco con corbata
Estudia para ser pillito
Solo piensa en el dinero
No respeta ni a los niños.
Por eso no veo futuro
Que salve a la educación
Cuello blanco con corbata
Tú no tienes corazón.

Domingo Rivera Rivera

MILLONARIO

Caminé los caminos polvorientos de la vida
con mis pies descalzos
agrietados y lastimados por las piedras y las espinas.
Sufrí sed; padecí hambre
y aún recuerdo a mi santa madre
parada frente al fogón
elevando al cielo los brazos
mientras le pedía a Dios
algo de comer para los muchachos.
Seguí adelante
con la necesidad como aguijón.
Estudie con gran esfuerzo
-y más que esfuerzo, sacrificio-.
Pero seguí adelante
animado por la esperanza
de encontrar algo mejor.
No llegué a ser un “Honorable”
pero algo he logrado.
Mi vida ha sido humilde;
pero no he vivido en vano.
Cuando me vaya de este mundo
me sentiré muy honrado
si tan solo me recuerdan
como un buen ciudadano.
Al mirar para atrás
veo el horizonte lejano
donde enterré mi pasado
para que no se repita jamás.
Aún con todos los males
que aquejan nuestra sociedad,
al recordar aquel calvario
surge del triste inventario
que a pesar de los pesares,
aunque sigo siendo pobre
hoy me siento millonario.

Benito Guzmán Rodríguez

NO ME PEGUES PAPÁ

No me pegues papá
Trátame con cariño.
Recuerda soy un niño
No pierdas la razón.
Soy un ángel que sueña,
Que sueña con jugar
No hieras mi inocencia.

No me pegues papá
Dame muchos besitos.
Tu siempre vivirás
En mi corazoncito.
Algún día llegarás
Llegarás a viejito
Y a tu lado estaré
Pues tu amor necesito.

Me compraste la cuna
Donde allí me mecías,
Me arropaba en tus brazos
Y en ellos me dormía.
Por eso, no te enojés
Si es que lloro algún día.
No pe pegues papá
Pues la culpa no es mía.

No me pegues papá
Tú también fuiste niño.
Mejor dame ternura
Mucho amor y cariño.
Recuerda que del cielo
Dios siempre está mirando;
No me pegues papá
Mejor dame un regaño.

Domingo Rivera Rivera

EL MEJOR PADRE

Tuve la dicha de disfrutar del calor de mi padre hasta la edad de cinco años, cuando él partió a morar con el Señor.

Aún así, recuerdo cuando llegaba de su trabajo sudoroso y fatigado y se sentaba de cuclillas para que yo buscara en su bolsillo la paleta que a diario me traía. Luego me cogía entre sus brazos, me besaba y me mecía entre ellos.

Todavía busco en el firmamento su rostro (el que no he olvidado nunca) y al mirar las estrellas me parece ver unos ojitos que me guiñan y me parece decir: "no estoy tan lejos, te estoy mirando".

Dichoso aquel hermano que aún tiene el calor de su padre y de su madre.

Si aún los tienes junto a ti...

VENÉRALOS EN SU VEJEZ y bríndales tu amor y agradecimiento por sus grandes desvelos y sacrificios por educarte y darte buenos consejos.

NO LOS RIDICULICES NI TE BURLES cuando veas que repite lo mismo una y otra vez, pues su mente tiene un caudal de recuerdos y ya no le caben en su mente.

COMPRÉNDELOS cuando sus manos temblorosas se les cae lo que en ellas llevan y actúa de una forma inteligente para que no lo hagas sentirse como persona inútil. Recuerda que esas manos trabajaron mucho para traer el sustento de la familia y están cansadas.

SI LOS AMAS, compréndelos y muestra tu amor y así él se sentirá feliz en sus últimos días, pues sabe que tiene un hijo que nunca lo abandonará. Dale gracias a Dios por darte el mejor padre y madre.

Julie Hernández

¡AL FIN!

Solo en mis sueños
he anhelado ser poeta;
angustia desvelada,
en la muerte diaria.

Persiguiendo las musas...
Sus pistas; de mí alejadas.
Construyendo pasajes
e ideando antifaces
que a mi ruta las traigan
en su huida carrera,
del roce buscado y embriagador...

¡Solo eso; un roce!
¡Si lo es todo!
El que dulce o dolorosamente
te obliga a mover la mano
para plasmar la expresión del alma,
que parece ajena, sin serlo...
Devolviéndote la certeza
de lo trascendental...

Carlos A. Ortiz Pantojas



La Cámara de Representantes le otorgó certificados de reconocimiento a la directiva del Movimiento Poético del Cibuco en nuestro sexto aniversario celebrado el 13 de julio en el Centro de Usos Múltiples de Vega Baja. Aquí, de izquierda a derecha: Mary Luz Vega, Wilmarie Lebrón García, Héctor Thillet, Carmen La Puerta Gil, Manolo Hernández, Srta. Shamira Pabón, Sr. Ariel Santiago Jr. en representación del Hon. Tatito Hernández y el Sr. Pedro Pérez Hernández (P.P.H.)



Ilustración del Certificado de Reconocimiento



FÓRMULA CRIOLLA

Aritos de Manzana

¿Te gustan los aritos de cebolla? Entonces tienes que probar estos aritos de manzana fritos, una nueva receta con fruta que te sorprenderá por su originalidad. Este es un aperitivo que probablemente gustará más a los niños que los famosos aros de cebolla, a la que no suelen ser muy aficionados al principio. Sin embargo la manzana rebozada y frita tiene un sabor estupendo que les gustará mucho, y son tan sencillos de preparar que no tardaréis apenas en hacerlos. Sin duda es una estupenda idea para una cena rápida.

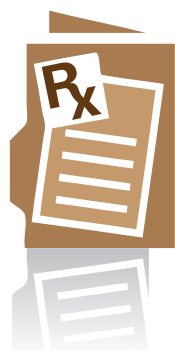
Ingredientes:

- 1 huevo
- 1 taza de suero de leche
- 1 taza de harina para todo uso
- ¼ cucharadita de levadura o polvo para hornear
- ¼ de cucharadita de sal
- 4 manzanas grandes Granny Smith
- aceite para freír

Cómo hacer aritos de manzana:

1. Mezclar todos los ingredientes secos, harina, levadura o polvo de hornear y la sal. Dejar a un lado.
2. Batir el huevo y luego incorporar y batir en el suero de leche.
3. Cortar las manzanas en rebanadas de 2,5 cm de espesor, utilizando diversos cortadores de galletas para hacer “anillos” y cortando un círculo más pequeño para descartar el corazón de la manzana.
4. Calienta el aceite a 190°C (no dejes que el aceite se caliente mucho o los anillos se quemarán rápidamente, si ves que se fríen muy rápido baja un poco el fuego) Mezclar los ingredientes líquidos y secos, mientras que el aceite se calienta.
5. Mojar los anillos de manzana en la masa, eliminando cualquier exceso. Cocinar en el aceite en pequeños grupos, volteándolos con frecuencia para que se doren por igual.
6. Cuando los aritos de manzana estén dorados, retirar a una rejilla y espolvorear con sal.





Diario MÉDICO

VIVA LIBRE DE DIETAS NOVEDOSAS:

No arriesgue su salud consulte a un(a) Nutricionista/Dietista licenciado(a).

¿Qué son las Dietas Novedosas?

Es la creencia poco razonable y exagerada de que el comer o dejar de comer ciertos alimentos o usar suplementos dietéticos puede curar una enfermedad, o contribuir a una pérdida rápida de peso. Se ha evidenciado que algunos alimentos específicos o dietas de modas no pueden evitar el aumento de peso. El aumento de peso es a consecuencia del comer en exceso o de la falta de actividad física. Estas dietas de moda no enseñan a cambiar hábitos alimentarios y pueden afectar la salud y el bolsillo sin lograr resultados positivos a largo plazo. Con frecuencia surgen nuevos libros de dietas que han sido escritos por celebridades, expertos en acondicionamiento físico, sicólogos y otras personas que no son expertos, ni están licenciados en Nutrición y Dietética.

¿Cuál Dieta es la Mejor para Usted?

Para encontrar la mejor opción uno tiene que buscar más allá de los libros y de la información que se recibe a través de radio, televisión, periódico, revistas e Internet. Desafortunadamente, no toda la información sobre alimentación y nutrición que se escucha o se lee es confiable y saludable. Se debe seguir un plan alimentario diseñado que tome en cuenta los antecedentes de salud y necesidades nutricionales de cada persona, lo que significa que hay que consultar a un(a) experto en Nutrición y Dietética. Un(a) Nutricionista/Dietista Licenciado(a) tiene la aptitud y el conocimiento para poner en práctica los principios de la ciencia en la nutrición y dietética y elaborar un plan de comidas con carácter práctico y saludable.

Sea Cuidadoso y Evalúe una Dieta o Producto Dietario Si:

- Se utilizan tácticas para impartir miedo.
- Le garantiza la devolución de su dinero en lugar de presentar resultados comprobados.
- Se utilizan términos no científicos como: “revitalizar”, “desintoxicar”, “balancear su cuerpo con la naturaleza”, “descubrimiento importante” o “milagroso”.
- Se ofrecen testimonios personales, en lugar de hechos científicos.
- Le sugiere que debe usar suplementos para “irse a la segura”, resultando en una dosis excesiva de nutrientes.
- Se afirma que puede “curar” todo tipo de problemas de salud.
- Se menciona una “fórmula secreta” o la etiqueta omite enumerar los ingredientes o los posibles efectos secundarios.
- Si parece demasiado bueno, ofreciendo un “arreglo rápido” y “ofertas por tiempo limitado”.

La nutrición es una ciencia y está basada en hechos científicos.

Consulte a un(a) Nutricionista/Dietista Licenciado(a) Si:

- Padece de Diabetes, Enfermedad del Corazón, Alta Presión o Cáncer.
- Tiene problemas digestivos o intestinales.
- Está embarazada o tratando de quedar embarazada.
- Está lactando o piensa lactar a su bebé.
- Un niño o adolescente tiene problemas con su alimentación.
- Necesita perder o aumentar de peso.
- Tiene 60 años o más.
- Desea mejorar su desempeño en algún deporte.
- Desea mejorar su alimentación.
- Otros aspectos de nutrición.

Es muy importante mantenerse informado adecuadamente para tomar decisiones sabias.

ADVERTENCIA:

Esta información no constituye ni sustituye una dieta. Para un plan nutricional individualizado que se ajuste a su condición de salud, deberá consultar a un nutricionista-dietista licenciado. En Práctica Privada exija que en su plan alimentario se incluya una estampilla que valide tanto la intervención como las cualificaciones del profesional.



http://www.nutricionpr.org/images/material_educativo/colegionovedosas.pdf



DE CRUCERO Y

En Forma

POR: ANA P. RIVERA CONCEPCIÓN



He oído a muchas personas comentar que es muy difícil mantenerse en forma en un crucero por la gran cantidad de comida que hay disponible a toda hora. Les puedo decir que todo es cuestión de disciplina, ya que no por el hecho de que la comida esté ahí, usted va a estar comiendo las veinticuatro horas día.

Si deseas mantener tus buenos hábitos alimentarios, seguir dieta y aun así disfrutar tus vacaciones, lo puedes hacer siguiendo algunos de estos consejos:

El primer día que subas a bordo localiza enseguida el gimnasio. Su uso es gratis y lo que necesitas son tus tenis y ropa cómoda para hacer ejercicio. El gimnasio abre bien temprano y cierra tarde, así que puedes escoger la hora que más te convenga para ejercitarte en las diferentes máquinas y bancos de pesas.

Otra actividad que puedes realizar todos los días, de preferencia en las mañanas, es caminar. Todos los cruceros tienen una cubierta en la cual le puedes dar la vuelta al barco y por lo general cuatro vueltas equivalen a una milla.

Olvídate del ascensor y utiliza las escaleras. Es el ejercicio que más calorías quema. Baila todo lo que puedas. Un buen merengue te hace sudar, te diviertes y quemas calorías.

Si eres amante de los masajes, en los barcos hay servicio de Spa. En estos se ofrece todo tipo de masajes relajantes que te ayudan a quemar grasas. Suelen ser un poco caros, pero a veces ofrecen buenas ofertas si compras más de un servicio. ¡Ah! También te miden el por ciento de grasa en tu cuerpo y te asesoran sobre dietas y cómo acelerar tu metabolismo.

Si estás cuidando tu peso debes estar pendiente a las bebidas “frozen” que son muy ricas, pero tienen demasiadas calorías. En su lugar, elige té frío; es gratis, muy refrescante y con muy pocas calorías.

A la hora de almorzar, que es estilo “buffet”, elige platos bajos en calorías. No tienes que cohibirte de disfrutar, pero vigila las cantidades que comes. Si se te va la mano a la hora del almuerzo, cena más ligero. El mesero te puede indicar qué platos son apropiados para el que sigue dieta. También hay platos vegetarianos y si hablas con el mesero, él tratará de complacerte porque en el menú hay ofertas para todos los gustos.

Al final de la cena, ojo con los postres. Siempre hay alguno bajo en calorías y otros bajos en azúcar. Si no puedes resistir la tentación, simplemente lo compartes con tus compañeros o solo lo pruebas y ya.

En muchos barcos se sirve un buffet a medianoche donde hay hasta lechón asado. Esa comida es muy pesada a esa hora y le hace daño a tu organismo; opta por frutas si es que deseas comer algo a esa hora.

Por otro lado, si eres de los dichosos mortales que tienen un metabolismo alto y quemas calorías aceleradamente, tienes tu presión, azúcar, colesterol y triglicéridos controlados y estás en un peso saludable, no tienes de qué preocuparte. ¡A disfrutar se ha dicho! Pero ¡ojo!, no hay que pasar por alto completamente mis sugerencias, porque para mantener una buena salud hay que tomar medidas preventivas.

Créeme, se puede disfrutar sin caer en excesos. Es cuestión de disciplina, porque si no, podrías aumentar de cinco a seis libras durante esa semana en el barco. Yo, por mi parte, me aplico el cuento y a pesar de hacer cinco o seis cruceros al año, no aumento de peso.

Mi regla es: hacer ejercicio (porque estando en casa voy al gimnasio, así que en el barco no altero mi rutina), como saludable y sin excesos.

Anímate a tomar un crucero. Es el dinero mejor invertido de tu vida. Disfrutarás cada centavo que gastes.



GOLOSA TARDE EN FESTIVAL DEL PANAPÉN

POR: MIGUEL ROJAS CANDELARIO

Hace 21 años se celebra en Vega Alta el Festival del Panapén en un ambiente de hermosas artesanías, buena música y la confección de sabrosos rellenos, donas, bizcochos y budines a base del fruto de panapén. Este año de 2013 el Comité Organizador, con sede en el barrio Sabana Hoyos, hizo buena su propuesta de este evento cultural al que se dieron cita visitantes de todas partes de la isla. Entre ellos, pudimos compartir con el Sr. Luis Ayala y su compañera Aida Mojica, naturales de Corozal. Ambos vinieron a esta actividad con el antojo de comer los sabrosos budines de panapén que aquí confeccionan según me expresó Mojica, mientras saboreaban un relleno.

Los asistentes disfrutaron de varios exponentes de la buena “salsa” y bailes folklóricos, como el presentado por el grupo “Artífice”. Este grupo formado por unas bellas jóvenes, con una extraordinaria dinámica en sus bailes y una coreografía espectacular, hizo las delicias del numeroso público. Felicitamos a sus directoras, Jacqueline Ramos y Ana Veila, por tan agradable presentación. Pudimos disfrutar del arte de las Batuteras de Sabana Hoyos, juntas al cotizado coreógrafo Edwin Cabrera, en un armonioso conjunto de movimiento y ritmo que impactó a los vecinos y visitantes.

Como en años anteriores; Randy Torres y el Comité Organizador de este tradicional

evento, trajeron una propuesta de buena música salsera para el deleite de los bailadores. Arrancó a la una de la tarde del domingo la Orquesta La Máxima. Con ellos pudimos apreciar el talento del niño Kervin Rivera, de 10 años de edad que cantó y tocó con el trombón con gusto y soltura. Les siguió Bobby Pérez y su Son que puso a gozar a todos. Otro que nos ha visitado en ocasiones anteriores, Luis González y su orquesta “Homenaje a Rey Barreto”, tuvo una destacada participación.

Manolito y su Trabuco, puso a bailar hasta los cojos. Este joven educador, percusionista y también cantante es un tremendo músico y promesa para la nueva generación. El cierre del evento estuvo a cargo de la Orquesta Mullenze, que cerró con broche de oro el vigésimo primer Festival del Panapén.

El evento de este año 2013 tuvo una organización de primera y una excelente cooperación por parte de la comunidad y los shows se realizaban a la hora indicada. Reconocemos la labor incansable de los organizadores, a sus maestros de ceremonias: Pedro Rodríguez, Carlos Ortiz y Héctor Navedo y a la Administración Municipal que coauspicia este Festival a la que sugerimos una mayor aportación económica. Así mismo, que más auspiciadores se unan a este gran evento cultural y comunal para que perdure y nos visiten más personalidades de otros pueblos y reconozcan que en la bella Vega Costera de Vega Alta, celebramos un excelente Festival del Panapén.



Luis González y su orquesta



Maritza Cabrera en la venta de Budines de Panapén



Kelvin Gabriel Rivera - “El Gallito Salsero” tocando el trombón

Fotos por: Miguel Rojas Candelario

AL SON DE JAZZ, 9^{NA} Edición del Festival de Carolina

POR: MIGUEL ROJAS CANDELARIO

El pasado mes de agosto el municipio de Carolina ofreció su novena edición del Festival Internacional del Jazz con rotundo éxito. Las veladas permitieron deleitarnos con el concepto de combinar el Jazz latino con el jazz contemporáneo. La actividad se combinó además con una feria gastronómica y de artesanía puertorriqueña. Como preámbulo, el evento contó con la participación de los estudiantes de la Escuela de Bellas Artes de Carolina bajo la dirección del profesor Carlos García, quienes presentaron excelentes temas musicales que incluyeron la bomba, el jazz latino y otros ritmos que fueron muy aplaudidos por los

presentes. Luego le siguió el trio del bajista Alex Apolo Ayala, quien fue merecedor de sonados aplausos por su dominio técnico, con líneas de improvisación auténticas y revolucionarias en su instrumento, el contrabajo. El Festival del Jazz de Carolina es una actividad gratuita y a la que asisten miles de entusiastas en los terrenos del jardín urbano del centro de Servicios Municipales, localizado en Isla Verde. La velada continuó con la participación del percusionista Edwin Clemente y sus 3D Zonas. Este maestro del timbal logró fusionar el jazz con ritmos caribeños, para un junte de bomba, la salsa y el jazz latino. La primera noche cerró con gran éxito para el trompetista

Piro Rodríguez, quien ha tenido una carrera exitosa con grandes maestros de la salsa como Willy Rosario, Tito Puente, Mongo Santamaría, Charlie Palmieri y otros. Este versátil instrumentista, que domina las notas altas con su trompeta, terminó su participación con el tema “Caravan”, acompañado con un solo de congas por parte del experimentado Alejandro “Cima” Montañez. Este músico doradeño logró recibir tremendas ovaciones del numeroso público asistente al magno evento. En la siguiente noche se presentaría Justo Almario y su Cuarteto y el estelar trompetista Luis “Perico” Ortiz con su Latin Jazz Big Band.



El Bajista Puertorriqueño Alex Ayala



El destacado Trompetista David “Piro” Rodríguez



El excelente Conguero Alejandro “Cima” Montañez

VOLCÁN

POR: MIGUEL ROJAS CANDELARIO

Durante el mes de agosto de 2013 se presentó en la ciudad de Guaynabo un evento para los amantes del jazz latino; el concierto titulado El Volcán. Con la musa de reconocidos músicos abrió paso a la propuesta musical. Los asistentes disfrutaron de un exquisito menú jazzado con elementos latinos. Este contó con magníficos maestros del Jazz Latino, que incluyó a Giovanni Hidalgo (congas), Horacio Hernández (batería) y Rolando Rubalcaba (piano). La música que difundieron estos creadores excelentes fue de mucha calidad con temas complicados donde los solistas demostraban su talento increíble. Giovanni, una karateca de las congas tuvo una gloriosa noche. Rubalcaba, un excelente pianista cubano, nos deleitó con notas sobresaltadas y de mucha armonía. Espectacular. Horacio Hernández cotizado como uno de los mejores “drummers” latinos, nos sorprendió con unas innovaciones polirítmicas manteniendo el swing al galope.

La noche favoreció a este cuarteto que se presentó en el Centro de Bellas Arte de Guaynabo y el selecto público asistente defendió el trabajo artístico de estos colosos del Jazz latino con fuertes ovaciones.



Gonzalo Rubalcaba en el piano



Horacio Hernández - Batería



Giovanni Hidalgo - Congas

Fotos por: Miguel Rojas Candelario

BOMBA SINFÓNICA

POR: MIGUEL ROJAS CANDELARIO

El Centro de Bellas Artes de Santurce, tuvo el honor de presentar un evento de mucha sensibilidad titulado Bomba Sinfónica; pieza de la autoría compositor y trombonista William Cepeda. El espectáculo presentó a la Orquesta Sinfónica de Puerto Rico con la colaboración del coro Ars Vocalis, los cantantes Andy Montañez, Nelie Lebrón, Meliangiee Pérez, José Daniel Mojica; los percusionistas Héctor Bárez y Victor Emannelli y la extraordinaria cadencia de los bailarines Maribella Burgos y José Calderón. Aunque el concierto no llenó la sala de festivales, fue un éxito escuchar a William Cepeda en los caracoles y los tambores junto a la Sinfónica en una música innovadora para la nueva audiencia y para la música clásica. Los asistentes hicieron de las suyas con merecidos aplausos para los participantes. El programa musical Bomba Sinfónica incluyó piezas como: Canto a Loíza, Bomba Suite, Canto a mis Ancestros, Belecumbe y Suave.



William Cepeda con la Orquesta Sinfónica



Verdaderas estrellas del Pasado

POR: CHEO CARRASQUILLO

Hagamos un alto en nuestro recorrido por el pasado del deporte y cerremos nuestros ojos por un momento y recordemos los años en la escuela. Han pasado unos cuantos, ¿verdad? Nuestra memoria agradecida nos devuelve a aquellos abnegados maestros que nos guiaron por el camino del bien y de valores, que aún perduran en nuestras mentes. Recordemos nuestra Escuela Elemental Luis Muños Rivera, José de Diego y Lorenzo Cabrera. No debemos

olvidar el Comedor Escolar donde sus excelentes empleados se esmeraban para que disfrutáramos de sabrosos platos, confeccionados con amor. No eran los comedores de hoy día. En cada mesa, sentados en bancas de madera, compartíamos unos diez estudiantes.

La Navidad entonces era motivo de celebración. Las empleadas decoraban el lugar con adornos preparados por ellas mismas. Nunca faltaba el árbol de tintillo de monte con muchas lagrimitas colgando a manera de promesas.

A la hora del almuerzo y cena navideña, los maestros nos acompañaban y ofrecíamos canticos de alabanza al Niño por nacer.

Abramos nuestros ojos, como ventanas de recuerdos y veremos a los empleados del comedor a coro, cantando con los maestros nuestros. Entre ellas, Las señoras Ana Marchand, Josefa Navas, Haydeé Maldonado y aquellos pequeños con caras felices gozando una verdadera Fiesta de Navidad.

(Dedicado a los empleados de comedores y maestros de esa época)

Foto 1950-1951

JOVEN ARTISTA Vegalteño se destaca



Abdiel Hernández Mendoza

POR: GUILLERMO ORTIZ ACEVEDO

Es poco frecuente encontrar a tan temprana edad que una persona se destaque con méritos sobrados en diferentes disciplinas del arte. Tal es el caso del joven vegalteño Abdiel Hernández Mendoza. Nacido en Manatí en 1998, Abdiel ya ha incursionado en las artes plásticas como dibujante, pintor, escultor y ceramista con marcado talento. Se ha dedicado a explorar múltiples disciplinas creativas destacándose en diversas expresiones pictóricas. Actualmente es estudiante de la Escuela Intermedia Apolo San Antonio donde cursa el noveno grado. Ha pertenecido a varias directivas de organizaciones estudiantiles y comunales. Su obra artística resalta inspiraciones de varias técnicas de diversos orígenes, recopiladas en la compilación de sus experiencias personales y su formación integral como joven consciente de la realidad que lo rodea.

Israel ha sido parte integral de los talleres de GOARTE, actividad gratuita organizada por este servidor durante los pasados veranos. Israel, como novel artista, ha logrado explorar y manejar las técnicas en el dibujo, caricaturas, retratos, paisajismo, pintura en todas sus manifestaciones, tallas, escultura y grabados. En noviembre próximo estará participando como artista plástico en “La Campechada”, actividad realizada por el Museo de Arte de Puerto Rico en la calle San Sebastián del Viejo San Juan. Las fotos muestran el talento de este prometedor artista vegalteño, que se unirá en el futuro a los consagrados Heriberto Nieves, Fidi Concepción y Arnaldo Roche.



Sirva esta foto como un reconocimiento a aquellos maestros que brindaron con tanto entusiasmo la educación al barrio Maricao de Vega Alta.

MAESTROS Segunda Unidad de Maricao

POR: CHEO CARRASQUILLO

Esta fotografía es dedicada a los estudiantes del barrio Maricao de Vega Alta, donde aparecen algunos maestros de la década de 1940-50. Quien no recuerda a Mrs. Figueroa, Mrs. Seijo, Mrs. Maldonado, Mrs. Rodríguez, Mrs. Ayala, Mrs. Durán, Mrs. Ruiz, Mr. Figueroa, Sr. Aurelio Pérez, Superintendente de Escuela y Mrs. Adelaida Vega, que hoy la escuela lleva su nombre.



¿Qué es mejor?

Casa o Apartamento



VENTAJAS de vivir en una casa

- Las casas tienen espacios más amplios generalmente. La mayor ventaja en ese aspecto está en las habitaciones y en el número de cuartos de baño.
- Por sus amplios patios y terrazas son ideales para tener mascotas.
- Su familia puede disfrutar libremente sin tener que seguir las condiciones y los límites que establecen los edificios.
- Una reunión en casa es más fácil de realizar porque se disminuyen las posibilidades de indisponer a los vecinos.



VENTAJAS de vivir en un apartamento

- Son lugares fáciles a la hora de realizar mantenimiento y aseo.
- Por el espacio, muchas veces son más económicos a la hora de arrendar o comprar.
- Hay opciones para todos los tipos de familias: grandes, pequeñas, solteros y casados.
- Vivir en un apartamento contribuye al ahorro del espacio público, debido a que la construcción de edificios es una de las mejores alternativas para el uso inteligente de los terrenos.