

AHORRANDO
en tiempos de CRISIS
P. 6



Noviembre 2011

Horizonte

FUNDADO AGOSTO 1981

COOPERATIVO

PUBLICACIÓN INFORMATIVA DE VEGACOOP · www.vegacoop.com · Vega Alta, Puerto Rico

ATRÉVASE
a hacer
LA DIFERENCIA
P. 18



¿Tecnología para la TERCERA EDAD? P. 25

ASAMBLEA EXTRAORDINARIA

VI CONVENCIÓN
COOPERATIVA

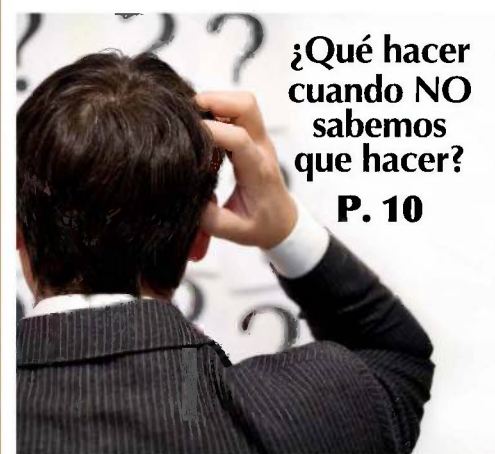
**COOP
CIONES**

P. 14 2011



Enmiendas propuestas al “Reglamento General” P. 16-17

¿Qué hacer
cuando NO
sabemos
que hacer?
P. 10



**Palmira
Cabrera**

Una VIDA que
merece contarse

P. 21



PUERTO RICO **Heineken**
JAZZFEST



EN HONOR POSTUMO A
**DIZZY GILLESPIE
Y CHANO POZO** P. 27





EDITORIAL

¡DE TU LADO SIEMPRE...!

Hace pocos días se destacó como un gran descubrimiento en la prensa escrita de nuestro país, algo que ya los vegalteños habíamos hecho hace 58 años. Un estudio demostró que en entre los tipos de empresas o productos que gozan de la confianza de los clientes, las cooperativas gozaban de mayor prestigio, confianza y compromiso con estos que otras empresas que rinden servicios parecidos. La nota es parte de los hallazgos sobre Reputación Corporativa en que por primera vez participa Puerto Rico, e indica que las “que las cooperativas de Puerto Rico gozan de una prestigio envidiable”, “tanto que ocupan el primer lugar en reputación dentro de la industria bancaria al compararlas con mas de 200 bancos en 4 países alrededor del mundo.”, según la Sección de Negocios de El Nuevo Día del 15 de septiembre de 2011. El estudio realizado por Reputation Institute indica que no se trata de los negocios que más recuerdan los consumidores, sino de aquellas que le inspiran confianza, respeto y admiración.

Esto nos trae a la memoria al compañero Antonio Rivera (Pintueles), que proclamaba que si enviudaba, se volvería a casar con la Cooperativa. Cuantos de nosotros no olvidamos las exhortaciones de Don Ignacio Miranda, fundador y primer Presidente de Junta de VEGACOP, alabando nuestro movimiento y exigiéndonos lealtad y confianza en nuestros líderes. Lo mismo que nos señalara el Prof. Celestino Rivera en su pasada conferencia a los Delegados de VEGACOP y que reseñamos en esta edición.

Sabemos que este movimiento se basa en determinaciones cimentadas en los principios cooperativos; que nuestra adhesión es libre y voluntaria, que contribuimos en este esfuerzo colectivo de engrandecernos, practicando nuestra autonomía e independencia institucional. Sobre todo, gozamos en ese compromiso con nuestro pueblo y su gente necesitada. Nuestra **responsabilidad social** va más allá de votos, oraciones, agradecimientos o la espera de reciprocarnos nuestra obra. La practicamos porque creemos en ella.

El consabido estudio o hallazgo sorprende a muchos, pero no a Víctor Reyes Bruno, que por décadas en todas las Asambleas, nos recuerda nuestros obligaciones y como conciencia de nuestros deberes fiduciarios, nos machaca siempre: ¡Esta empresa es tuya. Cuídala y quírela como a tus hijos y familiares!

En el estudio, otras empresas multimillonarias, que destinan dinero para levantar su imagen, pese a su inveterado interés por enriquecerse a costa de sus clientes; salieron mal paradas. VEGACOP acepta el reconocimiento de lo que ya sabíamos, **porque aquí: ESTAMOS, DE TU LADO SIEMPRE!**

Benjamín Negrón Rodríguez
VICEPRESIDENTE JUNTA EDITORA

VEGACOP TE INFORMA

- 2 EDITORIAL ¡DE TU LADO SIEMPRE...!
- 3 ¿LA EMPÍRICA? ¿Sabes qué cosa es la empírica?
- 4-5 TU COMITÉ DE EDUCACIÓN TE INFORMA
- 6 AHORRANDO EN TIEMPOS DE CRISIS
- 8-9 VEGACOP EN ACCIÓN ...DICE PRESENTE
- 12 CON CARA DE ILUSIÓN CUMPLIDA:
BENJAMÍN ACEVEDO CANCEL
- 14 VI CONVENCION COOPERATIVA
COOPCIONES 2011
- 15 CLASE GRADUADA DEL 76 CELEBRA
35^{TO} ANIVERSARIO
- 16-17 ASAMBLEA EXTRAORDINARIA
- 18 EN DEFENSA DEL COOPERATIVISMO
Y NUESTROS VALORES
ATRÉVASE A HACER LA DIFERENCIA
- 19 CONFERENCIA EL DELEGADO COMO
PROMOTOR DE LA COOPERATIVA

10-11 REFLEXIONA...

- 13 **FORMULA CRIOLLA**
RECETAS PARA DIABÉTICOS

- 20 **REPORTAJE ESPECIAL**
DE CRUCERO

21-23 NUESTRA CULTURA

- 24 **POEMAS**

- 25 **CIENCIA Y TECNOLOGÍA**
¿TECNOLOGÍA PARA LA TERCERA EDAD?

- 26 **DIARIO MÉDICO**
CAÍDAS EN LOS MAYORES

27-29 ENTRETENIMIENTO

30-31 DEPORTES

COMITÉ JUNTA EDITORA

Presidenta	Vicepresidente	Vocales
Sra. Aida L. Torres Cruz	Sr. Benjamín Negrón Rodríguez	Sr. Néstor Soto López y Sr. Luis R. Nieves Román

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 31 de diciembre del 2011.

¿LA EMPÍRICA?

¿Sabes qué cosa es la empírica?

¿Sabes cómo te afecta a la hora de solicitar crédito, ya sea para tomar un préstamo personal, un préstamo hipotecario o una tarjeta de crédito?

POR: ANA P. RIVERA CONCEPCIÓN
Presidenta Comité de Crédito

Pues la empírica es una puntuación de crédito que utilizan las instituciones financieras para determinar el nivel de riesgo que representa un cliente potencial. Esta puntuación puede fluctuar entre 300 a 850 puntos y obviamente, mientras más alta sea tu empírica, mejores serán las probabilidades que tu institución financiera te ofrezca un interés más favorable en el préstamo que estás solicitando.

No muchas personas conocen que un factor que afecta su empírica negativamente son las indagaciones frecuentes. Imagínate que te interesa comprar un carro y decides visitar cinco o seis “dealers” para comparar ofertas y en cada institución el vendedor te dice que te va a cotejar tu crédito para ver qué oferta te puede brindar; tú aceptas y él hace la indagación, lo que le toma un par de minutos. Eso se repite en cada “dealer” que visitas. Al cabo del día tu empírica puede bajar 60, 80, ó

más puntos, lo que puede resultar que cuando te decidas a hacer el préstamo ya no te lo concedan o si lo hacen, será a un interés más alto que lo normal.

En el mes de julio de 2011 entró en vigor una ley federal que obliga a las instituciones financieras a informarte tu empírica cuando te ofrecen una tasa de interés que no es la más baja que podrías obtener. También vienen obligados a darte esta información si te aumentan los intereses en tu tarjeta de crédito. De igual forma, te deben dar la información si te deniegan tu solicitud basándose únicamente en el criterio de la empírica. *¿Éstas son buenas noticias para los consumidores, que pueden estar más enterados de cómo está su crédito!*

Además, debes saber que tienes derecho a solicitar gratuitamente un informe de crédito anual de cada una de las agencias crediticias: **TransUnion, Equifax y Experian**. Estos informes te servirán para ver si los mismos contienen errores que pueden estar afectando tu crédito y así tomar las medidas para corregirlos inmediatamente.

Recuerda que el mejor activo que puedes tener es un crédito excelente. Cuídalo cumpliendo con tus obligaciones financieras a tiempo. Los atrasos en tus pagos, así como las indagaciones frecuentes son los factores que más afectan tu crédito. Evítalos.

¡CUIDA TU CRÉDITO!



TU COMITÉ DE EDUCACIÓN



MIEMBROS COMITÉ EDUCACIÓN Desde la izquierda: Sr. Pablo Oyola Febus, Vocal; Sra. Sol A. Martínez Rodríguez, Vocal; Sra. Elena Pérez Viñales, Vicepresidenta; Sr. Christian E. Cruz Colón, Presidente

POR: CHRISTIAN E. CRUZ COLÓN
Presidente Comité de Educación

Durante los pasados meses, el Comité de Educación ofreció varias charlas sobre la importancia del Cooperativismo y los servicios y productos que ofrece nuestra Cooperativa.

La primera charla se realizó el 5 de julio de 2011 en el campamento de verano de Carib Technological Institute de Bayamón. Asistieron alrededor de 20 niños entre las edades de 6 a 14 años. La segunda charla se efectuó el 25 de agosto de 2011 en el Centro de Envejecientes del Municipio de Toa Baja. En la misma participaron alrededor de 90 personas. El propósito de la charla era promover el ahorro en tiempos de crisis y los productos y servicios que ofrece VEGACOOOP para personas de la tercera edad. Otro evento que constituye un servicio a la comunidad fue la Entrega de Becas celebrada el viernes, 21 de octubre de 2011 en el Centro de Recepciones de Vega Alta. Con esta actividad se reconoció el esfuerzo y dedicación de los estudiantes que han mantenido un alto rendimiento académico. A los padres los felicitamos ya que para participar en el sorteo uno de los requisitos es que los socios estén al día con todos

sus compromisos con la Cooperativa. Se premiaron 94 estudiantes en las categorías: elemental, intermedia, superior, universitario y cooperativismo. Como en años anteriores, se otorgaron \$49,800 dólares. Exhortamos a todos los estudiantes premiados a que sigan cosechando frutos y sean ejemplo para que otros puedan entusiasmarse y participar en futuros años.

De igual forma con motivo del Mes del Cooperativismo, el Comité de Educación y la Administración de VEGACOOOP estaremos celebrando el Día del Niño. Este año se realizará en la Escuela Altinencia Valle Santana de Toa Baja. El objetivo de esta actividad es educar sobre los beneficios del cooperativismo. Esperamos contar con el apoyo de toda la comunidad para que la actividad sea un éxito.

Próximamente estaremos coordinando una orientación enfocada específicamente en el área hipotecaria ya que muchos participantes tenían serias inquietudes sobre la hipoteca "Reverse". Agradecemos al Sr. Luis G. Bonilla, Director de Cumplimiento, por extendernos la mano y llevar el mensaje junto con nosotros.



Elena Pérez Viñales, Vicepresidenta Comité de Educación y Sr. Luis G. Bonilla, Director de Cumplimiento





NIVEL ELEMENTAL



NIVEL INTERMEDIA



NIVEL SUPERIOR



NIVEL UNIVERSITARIO

BECADOS POR NOMBRE Y NIVEL

NIVEL ELEMENTAL

Lebrian Aquino Martínez
 Vivian N. Hernández Sánchez
 Alejandro R. Rodríguez Ramírez
 Jorge L. Rodríguez Quiñones
 Manuel Avilés Burgos
 Sofía M. Díaz Rivera
 Kennette J. García González
 Alexandra Ortiz Torres
 Charlian M. Martínez Padró
 Carlos W. Colón Cabrera
 Alanis N. Rivera Rodríguez
 Carlos Y. Rivera Benítez
 Adriana E. Suria Trenche
 Natalie N. Ramos Morales
 Esdras Chico Acosta
 Yamaris Marrero Soto
 Adriana Ortiz Nazario
 Reichell M. Batista Rivera
 Glerisbeth Rodríguez Amaro
 Nathanael Vázquez Santiago
 Moisés Y. Rodríguez Calderón, Alto Honor
 Alenys Rodríguez Torres, Impedimento
 Mariangelys Rijos Batista, Impedimento
 Esteban J. García Maldonado, Impedimento

NIVEL INTERMEDIA

Orlangel Olivo Ortíz
 Iliany Pantoja Rosado
 Cristian J. Nieves Santana
 Jorge J. Adorno Otero
 Sullymar Torres Escalera
 Stephanie M. Román Santana
 Lyana M. Medina Jalles
 Zulmarie Sierra Ferrer
 Juan R. Maldonado Pizarro
 Luis O. Pérez Rivera
 Joshua Martínez Sánchez
 Yadhier R. Díaz Rosario
 Jafet A. Rivera Pedrosa
 José E. Ortiz Domenech
 Nicole A. Vélez Meléndez
 Amanda M. Pantoja García
 Joseph A. Robles Rivera
 Anthony Pérez Otero
 Jován Marrero Marrero
 Jensen Ortega Salgado
 Juan R. Miranda Melecio
 Lorainne E. Laracuenta Bonilla, Alto Honor
 Jeremy A. Santana Medina, Impedimento

NIVEL SUPERIOR

Karla N. López Meléndez
 Roselyn Flores Bracero
 Edwin L. Ponce Medina
 Gilianne de Castro Rodríguez
 Jessica M. Meléndez Rivera
 Sindimary Santana Arroyo
 Raúl E. Fernández Rivera
 Arelis N. Maldonado Morales
 Ysley D. Cosme Rodríguez
 Abimelek Cosme Ramos
 Yameilis Ortiz Jimenez
 William G. Cañals Arroyo
 Sharasara M. China Valentín
 Deborah M. Guzmán Quiles
 Dayanne Camacho Ayala
 Alejandra Rivera Rodríguez
 Dayanara Torres Lájara
 Carlos I. Albaladejo Muñiz
 Valeria N. Reyes Maldonado
 Martín A. Otero Fernández, Alto Honor
 Luis A. Santana Ortiz, Impedimento

NIVEL UNIVERSITARIO

Emmanuel J. Sierra Pacheco
 David A. Sevilla Ortega
 Nicole M. Nieves Avilés
 María F. Padilla Torres
 Verónica Arce Hernández
 Jenniffer González Díaz
 Gabriel R. Pérez Navedo
 Eliezer Márquez Ramos
 Shiyein Lau Angarita
 Yomar Quintero Crespo
 Franchely M. Soto Rivera
 Gabriela Molina Martínez
 Natalie Febus Díaz
 Josué R. González Méndez
 Yindeliz Meléndez Morales
 Yanciris Aquino López
 Fernando López Ortiz
 Junellie N. Padilla Marrero
 Valeria Miranda Bravo
 Ernesto Escalera Santiago
 Amarilys Kuilan Rivera
 Andrea D. Santiago Díaz
 Eduis Feliberty Nieves
 Emilia Martínez Espejo
 Axel G. Torres Pérez, Alto Honor
 Kamil Gerónimo López, Cooperativismo



AHORRANDO EN TIEMPOS DE CRISIS

POR: LUIS G. BONILLA COLÓN, CAMS
DIRECTOR OFICINA DE CUMPLIMIENTO

El pasado 28 de agosto se llevo a cabo una Asamblea Extraordinaria con el motivo de Enmendar el Reglamento General de VEGACOOPT. Como somos fieles creyentes de los principios cooperativos y tal como lo expresa el quinto principio el cual es la Educación, Capacitación e Información, nos dimos a la tarea y como antesala a la asamblea Extraordinaria de brindarle una charla a todos nuestro Delegados e Invitados que se titulaba Ahorrando en Tiempos de Crisis. A continuación le brindamos un resumen de dicha charla.

Datos generales sobre Puerto Rico:

- Puerto Rico se conoce oficialmente como Estado Libre Asociado de Puerto Rico. Para algunos, incluyendo agencias del gobierno de Estados Unidos, es un territorio no incorporado. Otros la definen como un status de autogobierno, una colonia para otros o una fórmula política distinta e innovadora para otros sectores.
- Somos un archipiélago que incluye la isla principal de Puerto Rico, la más pequeña de las Antillas Mayores, y un número de islas y cayos más pequeñas, de las cuales las más grandes son: Mona, Vieques y Culebra; éstas últimas dos, municipios.
- Superficie: 5,325 millas cuadradas [13,791km]
- Población: 3.994.259 (julio 07) Se estima que en EEUU residen otros 4 millones de puertorriqueños. Los censos y estadísticas que muestran el perfil de nuestros residentes, nos revelan los siguientes niveles de pobreza que existen en Puerto Rico.

Algunos indicadores discutidos fueron los siguientes:

- 27% de las familias con niños están encabezadas por mujeres solas
- 71% de los niños de estas familias están bajo pobreza
- 41% de las familias en San Juan están encabezadas por mujeres solas con hijos
- 13%de la población tiene más de 65 años
- 18% de la población tiene más de 60 años
- 44% de las personas de 65 años o más están bajo pobreza.

Estos datos que son una radiografía de nuestro país impactaron a nuestros delegados. No obstante, después de estos informes tan reveladores nos mantuvimos positivos y le brindamos Cincos Consejos para Ahorrar y combatir las crisis. Estos fueron:

1. Gastar Menos

Este consejo parece obvio, pero en realidad es el primer consejo a tener en cuenta si de verdad queremos ahorrar dinero. Significa estar conscientes en qué gastamos nuestro dinero Sobre todo, buscar siempre la manera de gastar menos o, en todo caso, dejar de gastar dinero en algunas cosas no necesarias. (gastos superfluos)

2. Consumir o usar menos

Este consejo es una variación del primero, consiste en consumir o utilizar menos los productos o servicios que solemos usar, por ejemplo, podemos procurar usar menos shampoo, usar menos crema dental, usar menos detergente, consumir menos electricidad o energía (por ejemplo, apagando las luces que no necesitamos, comprando focos ahorradores, apagando la televisión o la computadora cuando no las estemos usando), consumir menos agua (por ejemplo, arreglando los goteros, duchándose en vez de bañarse), y otros.

3. Hacer un presupuesto

Una forma efectiva de ahorrar dinero es elaborando un presupuesto familiar el cual consiste en un documento en donde señalamos los futuros ingresos y los egresos que vamos a tener durante el mes, y la diferencia entre éstos. El presupuesto familiar nos permitirá identificar las áreas o partidas en las cuales estamos gastando demasiado, o aquellas en las cuales podríamos reducir gastos o, en todo caso, eliminar. Igualmente, nos permitirá conocer la diferencia que existe entre los ingresos y egresos, y, de ese modo, poder determinar un monto que podamos crear una reserva como ahorro.

4. Reservar un monto como ahorro

Consiste en adquirir el hábito de poner o destinar cada mes, un determinado monto producto de nuestros ingresos, en una bolsa de ahorro. Podemos empezar con destinar un pequeño monto, e ir aumentando su cantidad conforme aumenten nuestros ingresos. Para ello podemos usar nuestro presupuesto familiar, el cual nos puede ayudar a determinar cuál sería el monto que podríamos destinar como ahorro. Lo recomendable es que represente un mínimo del 10% del total de nuestros ingresos mensuales.

5. Evitar las deudas

Algunas deudas podrán ser de gran ayuda, tal como la deuda de una hipoteca, o la deuda necesaria para crear un negocio; pero para ahorrar dinero, debemos procurar siempre tener la menor cantidad de deudas posibles. Debemos procurar comprar después de obtener el dinero, y no comprar y después obtenerlo. La primera deuda que debemos evitar es la que genera el uso de tarjetas de crédito, que suele ser la deuda que mayor costo posee (la que presenta mayores tasas de interés). Debemos tener en cuenta que las tarjetas de créditos son para ser usadas en caso de emergencia o ante alguna oportunidad ventajosa que se nos presente. No para ser usadas constantemente en compras ordinarias.

Dicho en un tono más positivo; debemos comprender que hay maneras de ahorrar más sencillas. Lo único que hay que tener es: voluntad y un poco de sacrificio. En VEGACOOPT, conscientes de este problema nacional, te ayudamos a hacer realidad estos Cinco Consejos para Ahorrar. Veamos:

Nuestros socios ahorran y ganan dinero, o dejan de perder dinero, siendo socios de VEGACOOPT. He aquí la data:

	VEGACOOPT	BANCOS	BENEFICIO ADICIONAL AL SOCIO
Préstamos Personales			
Tasa de Interés Promedio	8.60%	11.95%	3.35%
Lo que pagaron.	\$16,770,429	\$23,303,096	
Total de BENEFICIO			\$6,532,667

De usted necesitar mayor información del tema antes expuesto se puede comunicar con el Sr. Luis G. Bonilla colón, Director de la Oficina de Cumplimiento y Auditoría a lbbonilla@vegacoop.com



En el momento justo.

Un préstamo Personal “Como anillo al dedo”.

desde
\$5,000 por **\$99** mensuales

hasta
\$20,000 por **\$269** mensuales

Cantidad	APR	Término	Pago Mensual
\$ 5,000	6.95%	60	\$ 98.89
\$ 10,000	8.95%	84	\$ 160.64
\$ 15,000	9.95%	96	\$ 227.22
\$ 20,000	10.45%	120	\$ 269.31

Te prestamos y **ahorras** en cada transacción que haces. **Hazte socio** y recibe ganancias pagadas en acciones y patrocinio.



**“Como anillo al dedo”
para TODO. Solicítalo hoy.**

1-800-561-COOP (2667)

Oficina Central
(787) 883-4360

Sucursal Santa Rita
(787) 883-4311

Sucursal Toa Alta
(787) 870-2232

Sucursal Toa Baja
(787) 794-1095

Sucursal Dorado
(787) 796-1140

Sucursal Ave. Kennedy
(787) 792-6099

Sucursal Bayamón
(787) 798-2525



*Sujeto a aprobación de crédito y a las normas prestatarias de cada institución participante. Ciertas restricciones aplican. Préstamo de \$1,000 a \$5,000 desde 6.95% APR y hasta 60 meses para pagar. Préstamo de \$5,001 a \$10,000 desde 8.95% y hasta 84 meses para pagar. Préstamo de \$10,001 a \$15,000 desde 9.95% APR y hasta 96 meses para pagar. Préstamo de \$15,001 a \$20,000 desde 10.45% y hasta 120 meses para pagar. Términos de pago varían de acuerdo a la cantidad del préstamo. Aplica a solicitantes con crédito excelente. Empírica 740 o más. Esta oferta será válida hasta el 30 de noviembre de 2011. 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.



VEGACOOOP EN ACCIÓN



Visita nuestra galería y ve las fotos



<http://goo.gl/zUvTo>

Galería: "El Delegado como Agente Promotor"



<http://goo.gl/vKB19>

Galería: Celebración Mes del Cooperativismo



<http://goo.gl/LsmPe>

Galería: Asamblea Extraordinaria 2011



...dice presente

SEMINARIO "El Delegado como Promotor de la Cooperativa"

POR: JOSÉ R. REY AULET
Presidente Junta de Directores

Con una nutrida asistencia de los Delegados de VEGACOOOP, el pasado 24 de junio se ofreció el seminario "El Delegado como Agente Promotor". Este fue realizado por el Prof. Celestino Rivera López, destacado consultor y conferencista con vasta experiencia en el campo de la Psicología Industrial y el Desarrollo Organizacional. El seminario aspira a fomentar la participación de los socios como un medio de promoción de nuestra empresa y del movimiento cooperativo. Esta amena charla, nos alentó a redoblar nuestros esfuerzos y mejoramiento personal con temas entre los cuales estaban: La Aceptación de Sí Mismo, La Responsabilidad como Centro de los Valores; una Actitud Mental Positiva, Inteligencia

Emocional, entre otros. Todos salimos satisfechos y comprometidos con VEGACOOOP; alentados y convencidos que el Cooperativismo es la "Solución Inteligente". Verdaderamente, la mejor promoción es aquella que hacen los que realizan sus cuentas, los que conocen los servicios, beneficios, trato justo y transparencia que observamos en VEGACOOOP. En el momento de llevarle a otros compueblanos las verdades del cooperativismo; corresponde a todos: líderes voluntarios, administración y socios. Compañero socio; es importante que cada uno de nosotros participe activamente como promotor de esta Cooperativa y nos convirtamos en agentes para expandir la fuerza de VEGACOOOP.

CELEBRACIÓN MES DEL COOPERATIVISMO

El viernes, 14 de octubre con mucho entusiasmo VEGACOOOP bajo el lema: "Depósita tu DINERO donde están tus VALORES" celebró en la Plaza de Recreo de Vega Alta el mes del Cooperativismo con la música de Marcando Territorio, Artesanías, Refrigerios, Regalos y Vacunación contra la Influenza. ¡Muchas felicidades a nuestros socios y todos los cooperativistas!

ASAMBLEA EXTRAORDINARIA 2011

El pasado 28 de agosto celebramos una Asamblea Extraordinaria de Delegados para la consideración y aprobación de varias enmiendas al Reglamento General de VEGACOOOP. Esta Asamblea se realizó en el Centro de Recepciones de Vega Alta. La Asamblea se realizó con una asistencia mayoritaria de los delegados representativos de los seis distritos que componen VEGACOOOP.

Se aprobaron todas las enmiendas sometidas, las cuales fueron circuladas a todos los socios y delegados en cumplimiento con la legislación y reglamentación aplicables. Con la aprobación de estas enmiendas atemperamos nuestro Reglamento a los cambios de Ley, reglamentos y órdenes administrativas del Regulador. Además, hacemos de nuestra Cooperativa una más eficiente y ágil para poder servirles mejor a nuestros socios.

<http://goo.gl/FONbk>

Galería: Baby Boomers & Seniors Expo



APOYO A LA POBLACIÓN SENIOR “Baby Boomers & Seniors Puerto Rico EXPO 2011”

Durante los días 1 y 2 de octubre VEGACOOP estuvo presentes en la convención de los Baby Boomers & Seniors Expo realizada en el Centro de Convenciones. En la misma se promovieron nuestros productos hipotecarios y de consumo. Con el fin de orientar a nuestra población de edad avanzada, logramos llegarle a los mismo a través de orientación directa, acerca de nuestros productos y servicios a la vez que inyectamos un poco de diversión con nuestra famosa ruleta, la cual le llamaba mucho la atención regalando artículos alusivos a nuestra Cooperativa. Dicha actividad nos permitió acercarnos a esta

población y de paso poder orientarles sobre la Hipoteca Invertida. Por tal motivo nuestros compañeros Aníbal Colón, Sheila Meléndez, Giancarlos Segarra y Mario Silva dijeron presente y llevaron el mensaje claro, preciso y sincero a las personas interesadas en dicho producto. Además, estuvo presente Nancy Colón, Wilfredo Vázquez, Elis Colón, Antonio Quintero y Vanesa Guzmán orientando acerca de los beneficios de nuestra cooperativa, las ventajas de ser socio y los diferentes productos y servicios en el área de consumo como cuentas de ahorro deposito directo de Seguro Social entre otros. Gracias a esta convención más personas conocen que VEGACOOP está ¡De tu lado, Siempre...!

<http://goo.gl/0o6mq>

Galería: Reconocimiento otorgado por el Caucus de la Mujer de la Asamblea Legislativa y la Fundación de Susan G Komen contra el Cáncer del Seno



RECONOCIMIENTO Por el Caucus de la Mujer y la Fundación Susan G. Komen

VEGACOOP fue galardonado con el reconocimiento ofrecido por el Caucus de la Mujer de la Asamblea Legislativa y la Fundación Susan G. Komen por la participación del programa “De la mano por la prevención del Cáncer del Seno” otorgado en el Capitolio el pasado 19 de octubre en el salón María Luisa Arcelay por la Representante Alba Iris Rivera Ramírez, mejor conocida como “Albita” y Betito Márquez García, Presidente de la Comisión de Educación, Organizaciones Sin Fines de Lucro y Cooperativas. <http://goo.gl/0o6mq> Galería: Actividad (De la mano por la prevención del Cáncer del Seno)

<http://goo.gl/gxmUb>

Galería: Pasantía e Intercambio de experiencias con amigos...



PASANTÍA E INTERCAMBIO de experiencias con amigos del Caribe, Centroamerica y Latinoamerica

El martes, 19 de octubre amigos del Caribe, Centroamérica y Latinoamérica se dieron cita en nuestra sucursal de Bayamón y juntos disfrutamos del seminario “Unidad y Cohesión Interna en la Cooperativa” ofrecido por el Prof. Celestino Rivera López quien mediante el contexto cotidiano y profesional expuso claramente los beneficios como las desavenencias de cultivar y fomentar vínculos de unidad y cohesión en las Cooperativas. Nos sentimos muy honrados de su visita a nuestra isla. ¡Los esperamos de regreso muy pronto!



¿Qué hacer cuando NO SABEMOS QUE HACER?

POR: RVDA. CARMEN JULIA LANDRÓN

Estamos viviendo en nuestro Puerto Rico y en el mundo entero, eventos de mucha preocupación y mucho duelo. Es por eso que creo que aquellos que tenemos el don de escribir debemos aprovechar el tiempo para ayudar de alguna manera a nuestros semejantes.

Todos los días gran parte de la gente extiende su mano para brindar a los más desvalidos; comida, ropa, dinero, albergue. Se invitan a las iglesias para que busquen de Dios, eso es bueno y valioso. Pero muy poca gente trata el tema de la Sanidad Interior. Este artículo es para todo público y mi interés como Consejera es llevarte de la mano, a través de la lectura, por el camino de la sanidad interior.

En nuestro Puerto Rico escuchamos las noticias o leemos los rotativos del país y nos impacta la alta incidencia de asesinatos, violencia doméstica, suicidios, falta de controles, maltrato y otros. Los esfuerzos realizados por las agencias pertinentes son infructuosos. Podrá haber miles de policías y el asunto continuará en aumento.

¿Sabes por qué?

Hemos descuidado la Sanidad Interior de cada puertorriqueño. La gente camina con el baúl lleno de heridas y traumas sin sanar. Con vacíos existenciales que no logran llenar. Tenemos una sociedad enferma emocionalmente. "Las leyes no sanan las emociones". Nuestro

mundo emocional es complejo. Desde antes de nacer, guardamos en nuestro inconsciente experiencias emocionales. Tenemos un órgano en nuestro cuerpo llamado cerebro. El cerebro se divide en varias partes, hay una llamada inconsciente. El inconsciente trabaja de la siguiente manera: es como una cámara para tirar retratos. Desde antes de nacer, comienza a tirar retratos de todo el ambiente y los guarda. Al pasar el tiempo, en el diario vivir, salen esos retratos y volvemos a recrear la foto.

Este mundo emocional es sumamente individual. Nadie puede entrar ahí para ver tus fotos, solo tú puedes. Es un mundo delicado, porque ahí guardas experiencias buenas y malas. Agentes importantes para formar este mundo lo son las expresiones de amor hacia ti y las expresiones de odio o rencor. Es por eso que es de gran relevancia la crianza y los valores que te brindan de pequeño.

Así, la gran computadora del cuerpo (nuestra mente) registra todo, aunque tú no quieras. Vamos creciendo, formando un mundo emocional con factores de sanidad y con fracturas o golpes emocionales. Cuando se acumulan tantas fracturas o golpes emocionales y no buscas sanar o suavizar esas heridas, quedas atrapado en un mundo emocional de oscuridad, pierdes la sensibilidad, el amor, te desenfocas y ves el mundo a través de tus propias heridas. Quedas atrapado en tus propias danzas. Amarrado en la amargura. La gente que tuvo experiencias de mucho dolor, sufrimiento, rebeldía y poco amor o ninguno, saca esos retratos mentales entre la adolescencia y la

adultez. Al no sanar interiormente, se vuelven duros, insensibles, malos. No les da pena nada. Matan, roban, viven sin límites, sin controles, porque no pudieron llenar sus vacíos emocionales correctamente. Sin embargo, la gente que en su caminar encontró sanidad, ya sea porque alguien le ayudó o porque se dio cuenta que carecía de la misma, busca renovarse y cambiar adquiriendo un estilo de vida saludable y diferente.

¿Qué hacer cuando no sabemos qué hacer? ¿Qué hacer ante una sociedad enferma emocionalmente?

Hay mucho que hacer sin grandes esfuerzos de dinero, solo se necesita voluntad. Hay un mensaje en la Palabra del Señor que va a tono con lo que quiero decirte, en Isaías 1:5-6. El pueblo estaba enfermo emocionalmente y Dios les invita a Sanar en su interior. Dice: **"Toda cabeza está enferma y todo corazón doliente. Desde la planta del pie hasta la cabeza, no hay en él cosa sana, sino herida, hinchazón y podrida llaga; no están curadas ni vendadas, ni suavizadas con aceite."**

¿Por qué quieren ser castigados aún? ¿Todavía se siguen rebelando?

Dios a través de su palabra nos invita a sanar, a vendar las heridas, a suavizarlas con aceite. James Irwin, un astronauta ya fallecido, dijo: "tal vez usted crea que el viaje a la Luna fue el proyecto más científico de todos, pero nos arrojaron en dirección a la Luna. Tuvimos que

ajustar el curso cada diez minutos y alunizamos exactamente a veinte metros de nuestro blanco, que tenía 800km. de radio. La vida, como el viaje a la Luna, está llena de cambios, de altas y bajas. De cosas positivas y negativas. Es el mundo y el tiempo que nos tocó vivir. Llenémonos de fuerza de voluntad y vamos a comenzar por buscar en nuestros baúles mentales cuan sanos emocionalmente somos. Busca en esos retratos de los cuales te hablé, las experiencias de tu niñez. **Saca las experiencias de amargura (si fuiste violado, maltratado por golpes y otros) Revisa tu niñez, identifica tu conflicto (¿Cuál es tu problema?, ¿Por qué odias? ¿Por qué quieres castigar a otros por tu situación?)** Cuando encuentres las respuestas a tus **¿por qué?** te darás cuenta de que necesitas darle un enfoque correcto a tu vida.

Hay tanta gente en las calles con los baúles mentales llenos de amargura, de problemas emocionales sin resolver, rebelándose contra ellos mismos y contra el mundo entero. Todos necesitamos rebuscarnos en nuestro interior y ajustar el curso de nuestro mundo interior, como narró el astronauta James Irwin. La gente sin sanidad interior muestra miedos, tristeza, ira, rebeldía, inseguridades, falta de amor y otros. No tienen un concepto claro de sí mismos, tienen problemas con las relaciones interpersonales, son esclavos del pasado angustioso, no aprecian la vida, están llenos de odio y venganza. La gente sana interiormente ama y perdona fácilmente, respetan y aceptan

a la gente con debilidades y fortalezas, sonríen, muestran ser alegres. No compiten con nadie, son auténticos, no se enaltecen, creen en los talentos de los demás. Son compasivos, pacificadores, ningún problema es demasiado grande. Saben que la vida es buena y la preservan. Mientras más gente sana emocionalmente encontremos, mayor estabilidad habrá en los hogares y en la sociedad. **¿Quieres hacer algo por Puerto Rico?**, busca tu sanidad interior y ayuda a otros a que sanen, será tu mayor aportación. **Te daré cuatro claves para iniciar tu sanidad interior.**

1. Entra en ti mismo

Trabaja hacia el bienestar dentro de ti, ahí habitan los sentimientos y deseos que te turban o te alegran. Identifica tus conflictos y trabájalos. Busca ayuda.

2. Salte de la jungla

En la jungla se manifiestan los mas bestiales instinto del ser humano, (codicia, abusos, orgullo, celos, violencia y otros). Salte de ahí. Llénate de fuerza de voluntad.

3. Cultiva tu corazón

Proponte dar amor, respeto, amar a Dios y a su creación. Dale una limpieza positiva a tu corazón.

4. Redescubre las cosas normales

amistad, un apretón de manos, una sonrisa, escuchar la gente, la fidelidad y otros.

Queremos que el mundo cambie, pero si no cambiamos nosotros con amor y fuerza de voluntad el mundo no cambiará, Puerto Rico no cambiará. Tenemos que sanar interiormente para lograr cambios en la familia y en la sociedad. Cambia tu manera de pensar para que cambie tu manera de vivir.



POR: BENJAMÍN NEGRÓN RODRÍGUEZ

Noche De Aparecidos

Si le hubiese dicho que no a mi primo Güichi, me hubiese perdido la experiencia de ver un aparecido tal y como lo describían las personas mayores de mi generación. Y es que la experiencia es irreplicable, impactante y libera nuestros temores interiores a lo insólito. Nos fuimos a pescar a eso de las dos y media de la tarde, luego de ayudarlo en sus tareas en la tabaquería de Emiliano Nevárez, allá en la calle Laureano Vega. Ese día, tomamos como atajo el camino de los guayabos (hoy Machuchal). Seguimos paralelos a la quebrada Pueblo hasta donde hace confluencia con el río Cibuco. Una bandada de garzas “enfermeras”, como las llama mi cuñado Papo, nos recibieron con desagrado. Escarbamos en búsqueda de lipres o lombrices de tierra para usarlas de carnada. Muy poca fue la pesca en aquel lugar. A las seis de la tarde decidimos movernos a una corriente que estaba a unos pasos de la charca y en un recodo del río, continuamos nuestra espera y mejor suerte. Con la caída del Sol, los peces comenzaron a picar.

Para mí la pesca era remanso de paz y alivio a las tensiones de mi vida de estudiante, momento para interactuar con la naturaleza y oportunidad de estar en comunión con la creación. Las nubes fueron formando gigantes, conejos, elefantes y aves de diferentes colores. El resto lo aportaba mi imaginación. Rodeados de una siembra de caña de azúcar cortamos una que parecía muy jugosa, para matar algo el hambre. Un poco de agua completó la cena. A eso de las siete de la noche, la Luna brillaba intensamente, sirviéndonos de lámpara en medio de la oscuridad. La pesca había mejorado y un camarón que sacamos fue usado para carnada. Las anguilas y guabinas hambrientas como nosotros, comenzaron a picar para beneplácito de Güichi. De momento, notamos que los hilos y anzuelos se habían movido de forma inexplicable hasta la orilla, contracorriente. Una brisa fuerte nos arropó de momento y las cañas a nuestro alrededor se mecían y aplaudían a la Luna que se escondió temerosa detrás de una nube. Miramos en dirección a la corriente, río arriba, que quedaba a la derecha nuestra y observamos la figura de una persona que en ropa interior se movía desde la orilla contraria en dirección al medio de la corriente. Delgado, con un corto bigote, el aparecido de momento se ñangotó. Luego se paró y noté que no le veía sus piernas, sino que flotaba sobre las aguas. Pregunté a Güichi si lo veía también, y me dijo: “se está bañando”. Dado la posición del cuerpo inclinado,

como si mirara el agua, yo le riposté: “ése, está ensuciando” Mi primo, no reaccionó al chiste mío, sino que agarró la vara y más ligero que un rayo comenzó a correr para cruzar el río y desaparecerse del lugar. No es que yo no tuviera miedo, pero me pude controlar, agarré, la nasilla que llevábamos, el cordel con lo que habíamos pescado, el machete y sin prisa tomé el mismo camino que el cobarde anterior.

Me descalcé, enrollé mi pantalón y crucé por donde el aparecido se había presentado. Al llegar a la orilla, el sujeto salía de detrás de unas matas, sin mirarme o notar mi presencia. De momento, al voltear la vista en su dirección, desapareció, como a veces hacen los escritos míos en la pantalla de PC para mortificarme. Los aparejos que llevaba me dificultaban el paso. Los acomodé como pude y me interné a oscuras en el pequeño atrecho entre las cepas de caña de azúcar. La Luna seguía escondida, tan temerosa como nosotros. Los pájaros habían dejado de cantar y los coquies y cigarras también hicieron mutis. Pude alcanzar a mi primo que me esperaba en la camino. Jadeantes regresamos a la carretera. En ningún momento miramos atrás. Al llegar a la casa de mi primo, nos encontramos con nuestro tío Eliseo, enciclopedia de chistes, refranes y muy respetado en las tertulias de la Plaza por la agudeza de sus observaciones.

Le narramos entre ambos lo que vimos. Por la descripción del aparecido y el lugar donde lo vimos, nos dijo que era uno apodado Cigarrillo, quien había tenido una discusión con un tal Toño Cortés, por tonterías. Toño lo esperó una madrugada en el camino de las cañas y lo atacó a machetazos, matándolo. Luego, lo arrojó a la charca cercana, lugar adonde fuimos nosotros a pescar. Hablando con otros pescadores, nos dijeron haber sufrido la misma experiencia.

Mi primo y yo, volvimos a pescar al mismo lugar, pero nunca esperamos que cayera la noche, como la vez anterior. Una vez, comenté a Apolito San Antonio, que ya se veía este tipo de aparición, tan frecuente en los tiempos pasados y con la que los padres y abuelos nuestros nos entretenían en noches de oscuridad y en las tertulias familiares. Apolito me dijo: “Con tanta iluminación, focos, postes, luces en los balcones, no se ven, pero siempre han estado por ahí.”

“Lo que nunca desaparecerá será la sensación de miedo, que a veces nos invade y nos pone los vellos de todo el cuerpo como alambres de púa”. Creo que Apolito tenía razón.

Con CARA de ilusión cumplida:

Benjamín Acevedo Cancel

POR: BENJAMÍN NEGRÓN RODRÍGUEZ

A diario vemos en la prensa local titulares que denuncian la falta de motivación de nuestros jóvenes y como muchos se pierden en las drogas. Los padres y adultos en gran medida, como modelos de conducta, parece que cogieron vacaciones permanentes. Pero, en medio del caos por la falta de valores y guías adecuados, es bueno destacar aquellos otros jóvenes que rompen el molde de la dejadez y la desidia.

Uno de ellos es Benjamín Acevedo Cancel, graduado con Honores en Ciencias de Ingeniería Mecánica, del Recinto Universitario de Mayagüez de la UPR. Actualmente tiene un contrato de trabajo y estudios con una compañía norteamericana en el área de diseño y sirve de enlace en el reclutamiento de graduados de nuestra isla como candidatos para trabajar con esa empresa. Benjamín desde niño supo que no se nace joven, que hay que adquirir la juventud. Sus padres, Benjamín Acevedo y Vangie Cancel, le inculcaron que sin ideales y ánimo de servicio, la juventud no se adquiere. Bengie, como sus amigos le apodan; supo entender que aunque se dice que la juventud es la edad de los pacíficos, él a veces era rebelde con causa; ya que el descontento debe ser atributo de los de su edad y la aceptación pasiva, vicio de carácter. Su vida estudiantil era acción viva y compromiso con las causas justas.

Bengie, desde niño aceptó su rol de líder en la comunidad escolar. No hubo actividad donde no participara o estimulara su celebración en la escuela. No importaba el campo o disciplina que fuera. A lo largo de su vida estudiantil se destacó como participante de actividades en bellas artes, bailes, deportes, inglés, servicios comunitarios, oratoria, teatro, ciencias y otras. Su vida fue un anuncio continuo del hombre del mañana, la promesa de lo que estaba por ser. En cada uno de los campos que se insertó logró su meta con éxito.

Su vida estudiantil, ventana abierta a la experimentación de nuevas experiencias, estuvo colmada de éxitos, pero todos ellos a base de sacrificios. Participó en el nivel elemental en ferias de Pintura en Tiza, con el laureado artista vegalteño, Heriberto Nieves. Viajó a la NASA y ello lo animó en el campo de la Ingeniería,



disciplina en la que actualmente sigue. Su ánimo de trabajo le valió ser Presidente de la Clase Graduanda del Noveno Grado de la Escuela Apolo San Antonio. El marco de su comunidad vegalteña fue patio adecuado que sirvió de solaz para lanzarse a grandes retos más allá de lo académico. En el 2002, fue parte del Congreso de Líderes de Puerto Rico que dirige tan hábilmente la Sra. Hilda Brizzie. Junto a otros compañeros creó el grupo de porristas de la Escuela Maestro Ladí, del 2002 al 2004, quienes participaron con gran éxito en competencias a nivel insular.

Su preocupación por los niños la mostró con afán y mansedumbre, sirviendo de tutor en Campamentos de Verano de su escuela. La Sra. Elsie Valdés, su maestra de historia y espíritu inquieto, con ansias de volar de forma creadora, organizó actividades como la Semana de la Hispanidad, la Semana de la Puertorriqueñidad, "Black History", en las que Benjamín fue figura cimera. Al graduarse de cuarto año, el Municipio de Vega Alta le concedió el Premio Alcalde.

El movimiento cooperativo juvenil le permitió ser parte de la Junta de Directores de LadíCoop y cofundador del periódico de ésta, donde se destacó como un avezado columnista. Horizonte Cooperativo, órgano oficial de VEGACOOOP, ha publicado artículos suyos donde demuestra gran maestría en la expresión y una conciencia de la problemática de su generación. En un artículo que publicó el 14 de abril de 2004, comentaba con sabias palabras que son bisturí que disecan nuestras debilidades:

“ Esta es la verdadera
definición de mi juventud.
Jóvenes pensantes y capaces
de salir airoso del reto de labrar

con fe y fortaleza, entre obstáculos
y toma de decisiones, donde
los valores y principio son
la razón y la causa...

Nuestro futuro está en manos
de una juventud que será capaz
de alentar a otros a hacer
selecciones correctas, las que serán
descubiertas por un
examen profundo
del corazón y la razón ”

Su fe en el género humano es vida vivida con ansias, con entusiasmo, con propósito. Su vida al servicio de otros es estímulo que nos alienta a pensar sobre él, igual que sus padres y hermanos. Estos sienten orgullo por sus logros, pero más que nada por su compromiso con su patria puertorriqueña.

Hoy con admiración, la Junta Editora de Horizonte Cooperativo presenta una Página de Oro a un joven vegalteño que a unos veintitrés años de edad, nos muestra

“una cara de ilusión cumplida,
de esperanza, de buena vida para
mejorar la Tierra” como nos dice en
uno de sus “cucubanos”

Iris M. Landrón.



FORMULA CRIOLLA

RECETAS PARA DIABÉTICOS

Si alguien dijo o piensa: “los postres no son para diabéticos”, que inmediatamente se arrodille y pida perdón. Nunca estuvo más equivocado. Los postres son el premio de cada día, la joyita de la comida... y nos la merecemos todos. Y cuando digo todos, digo diabéticos también.

HELADO DE TÉ LIGHT



En esta ocasión deleitamos a todos aquellos que se están sometiendo a una dieta. Ya sea para bajar de peso, para mantener comer sano o simplemente por que tiene ganas (cosa poco creíble). En fin... hoy preparamos algo que, al menos yo, nunca había oído hablar. Se trata de un helado de té, que no solo es dietético sino que además es apto para diabéticos.

INGREDIENTES:

¼ litro de infusión de té
1 taza de jugo de naranja
1 cucharadita de ralladura de limón
10 g de gelatina sin sabor
1 taza de agua
2 yemas + 1 clara de huevo
200 g de queso blanco descremado
Edulcorante a gusto

PREPARACIÓN:

- Mezclar la infusión de té con el jugo de naranja, la ralladura de limón, la gelatina en polvo sin sabor diluida con el agua y las yemas batidas.
- Llevar a fuego moderado revolviendo hasta que la preparación se caliente. Retirar y dejar enfriar. Agregar el queso blanco y endulzar a gusto.
- Aparte, batir la clara a punto nieve bien firme y unir de a poco a la preparación de té, mientras se mezcla con el batidor. Verter en cubetas y dejar enfriar en el congelador durante 20 minutos. Retirar y revolver.
- Colocar nuevamente en el congelador hasta enfriar a punto helado y luego servir en posillos.



¿Le conviene una Hipoteca Invertida?

Una Hipoteca Invertida NO es para todos, pero quizás deba considerarla. En esta...

- Podrá convertir parte del valor de la propiedad en efectivo.
- **NO** afectará sus beneficios de Seguro Social o Medicare.
- **NO** tendrá que hacer ningún pago mientras residan en la vivienda.
- **NO** utilizarán su puntuación de crédito (o la del co-dueño) para la aprobación.
- **NO** se cuestionará el uso que usted piense darle a los fondos que le sobren, entre otros beneficios.



¡Llama Ahora! Para una mejor orientación
(787) 915-0030 ó 1-800-561-COOP (2667)

Sucursales en: VEGA ALTA, TOA ALTA, TOA BAJA, DORADO, AVE. KENNEDY, BAYAMÓN
Los requisitos principales para este préstamo son: ambos deudores tienen que ser mayores de 62 años, ser dueños de una propiedad y utilizar la misma como su residencia principal. Sujeto a aprobación de crédito. Ciertas restricciones aplican. Se requiere certificado de consejería aprobada por FHA. La Cooperativa no está asegurada por el Gobierno Federal. Acciones y depósitos asegurados hasta \$250,000 por COSSEC.



VI CONVENCION COOPERATIVA COOP CIONES 2011

POR: AIDA L. TORRES, DELEGADA DE VEGACOOOP
Y DEL DIRECTORIO REGIONAL DE LA CCC-CA

La Confederación de Cooperativas del Caribe, Centro y Suramérica (CCC-CA) celebró la VI Convención Cooperativa COOPCIONES 2011, Cooperativismo, Economía Social y Sociedad Civil del 9 - 13 de agosto de 2011 en San Pedro Sula, Honduras. Hubo delegaciones de 11 países, Chile, Costa Rica, El Salvador, Guatemala, Honduras, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Perú, Puerto Rico y República Dominicana. En total participaron 320 cooperativistas; de éstos, nueve puertorriqueños.

LOS OBJETIVOS DE LA CONVENCION FUERON:

- Valorar el modelo cooperativo frente a los retos del entorno para determinar si se ajusta a las nuevas condiciones del siglo XXI.
- Conocer la situación actualizada de los procesos de integración y de desarrollo económico, social, político y cultural de Centroamérica.



- Fortalecer la cohesión del cooperativismo para estar en condiciones de comprender, asumir y acordar alianzas estratégicas con otros sectores con objetivos de democracia económica y desarrollo auto sostenible.
- Desarrollar relaciones y coordinación con organismos regionales homólogos, la sociedad civil organizada, la economía social en general y la cooperación externa civil a favor del desarrollo sostenible.
- Preparar líderes compenetrados con las necesidades económicas y sociales de sus comunidades.

La Convención estuvo estructurada mediante conferencias organizadas en paneles donde se atendieron los diferentes temas. En esta ocasión se ofrecieron 16 disertaciones enfocadas en la realidad económica, social, política, cultural y cooperativista de siete de los países representados.

Las recomendaciones de la delegación puertorriqueña a las afiliadas de la CCC-CA en Puerto Rico fueron: continuar aportando al movimiento cooperativo

centroamericano los conocimientos y prácticas del movimiento cooperativo puertorriqueño. Además, continuar el respaldo y la participación a este tipo de Congreso y promover que otras cooperativas puertorriqueñas participen y se afilien a la CCC-CA.

El Delegado Titular de Puerto Rico, el Prof. Luis Velásquez, expresó que “la participación en este tipo de actividad nos permite entender la razón de ser de nuestras instituciones cooperativas. Plantea la necesidad de enfocarnos no solo en el desarrollo de capital, sino de considerar otros factores, tales como, la satisfacción de las necesidades de nuestros socios y clientes”. Se resalta el hecho que siendo Puerto Rico una de las delegaciones más pequeñas, nueve líderes, cuatro de éstos fueron recursos en los paneles. El Sr. Rubén E. Morales y la Sra. Aida L. Torres, de nuestra VEGACOOOP, fueron conferenciantes panelistas, el Sr. Luis Velásquez, de la Cooperativa de Seguros Múltiples y la Sra. Altagracia Peña, de Valencoop, fueron comentaristas y moderadores. Esta concentración de recursos puertorriqueños demuestra una vez más nuestra capacidad profesional y cooperativista.

CLASE GRADUADA DEL 76 CELEBRA 35^{TO} ANIVERSARIO



POR: ARACELIS OCASIO

El sábado, 6 de agosto del 2011, la Clase Graduada de la Escuela Apolo San Antonio, de Vega Alta celebró su 35^{to} Aniversario en una esplendorosa algarabía de cariño y gozo.

Fue un pasadía fabuloso donde desfilaron no solo los graduados y sus maestros, sino los recuerdos de tan gratos momentos. La Hacienda El Negro, acogedor lugar en la zona rural de Corozal, nos recibió con su paisaje y bulla. Cada pareja de graduados desfiló con su compañero de antaño o cónyuge. El dinámico Carlos Ortiz y Aracelis Ocasio, sirvieron de maestros de ceremonia en un recorrido de recuerdos que transportó a cada asistente a su vida de estudiante. El Prof. Benjamín Negrón estuvo a cargo de la Invocación. Hubo momentos de alegría, jocosidad, donde las fotos viejas atestiguaban nuestra vida de alumnos de la Apolo, nuestras correrías, fugas, bailes de peseta y los kioscos que sirvieron para sufragar nuestra graduación.

El Presidente de la Clase Graduada, Dr. Ramón Marrero, tuvo un mensaje de cariño para todos. Junto a los graduados participaron y fueron homenajeados los profesores Fille Feliciano, Teresa Rivera, Margarita Ayala, Julie Rodríguez, Serapio Laureano, Benjamín Negrón y Rubén Colón, quienes junto a la Sra. Nilka Náter, encargada del Comedor Escolar, asistieron y compartieron esta velada con los graduados del 76. Un suculento almuerzo, sabrosos aperitivos, regalos y piscina para los hijos de los asistentes, completaron el marco de celebración para esta gran gesta.

¿Estás dentro o estás Fuera?



En **VEGACOOOP**
vivimos los **VALORES**
que **PREDICAMOS**

- ✓ Igualdad
- ✓ Equidad
- ✓ Solidaridad
- ✓ Ayuda Mutua
- ✓ Democracia
- ✓ Responsabilidad



PONTE AL DÍA

COSSEC
CORPORACIÓN PARA LA SEGURIDAD Y RESERVA
DE COOPERATIVISTAS PUERTORRQUEÑOS
Asegura sus acciones y depósitos hasta
\$250,000

Y TÚ, ¿ERES COOPERATIVISTA?

ASAMBLEA EXTRAORDINARIA

Enmiendas propuesta al “Reglamento General”

POR: JUNTA EDITORA
HORIZONTE COOPERATIVO

El pasado domingo 28 de agosto la Junta de Directores de VEGACOOOP citó a los Delegados a una Asamblea Extraordinaria para considerar 80 enmiendas a su Reglamento Interno.

Ante un nutrido grupo de Delegados de sus seis distritos, el Comité de Reglamento, presidido por el Prof. Luis R. (Pichilo) Nieves Román, hizo un recuento del trabajo realizado por sus miembros, con el asesoramiento de la firma de consultores legales Sosa Lloréns, Cruz Neris & Asociados y como recurso al Prof. Benjamín Negrón, miembro de la Junta de Directores. El señor Nieves enfatizó el alcance de las nuevas enmiendas y la necesidad de su aprobación.

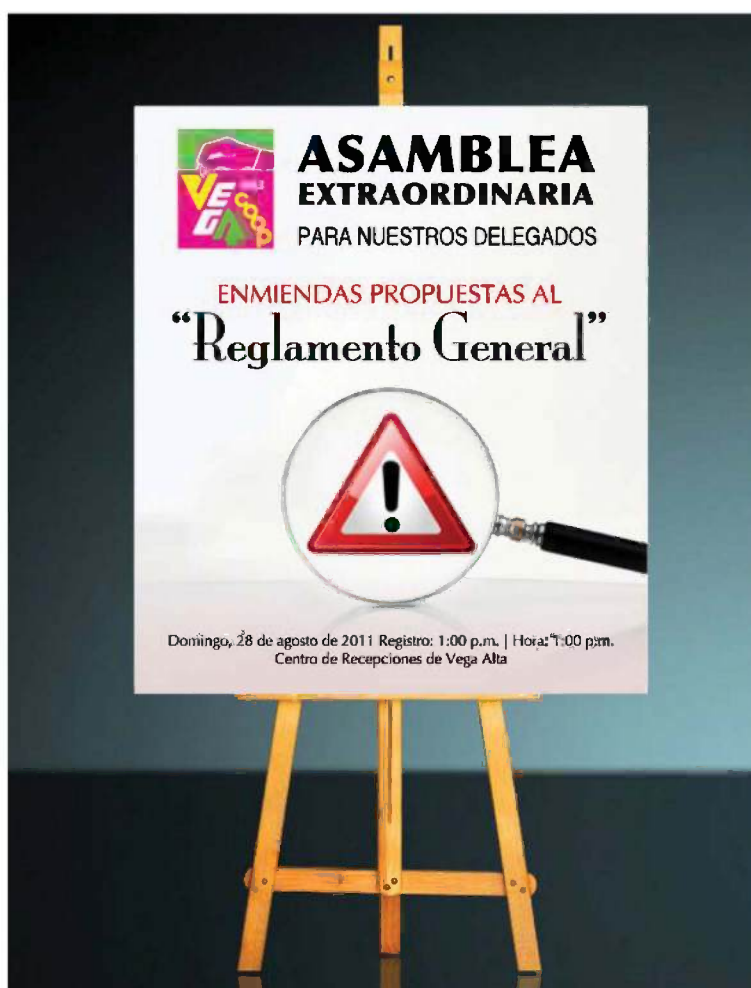
El Sr. José Ramón Rey Aulet, Presidente de la Junta, al inicio de los trabajos de la Asamblea, hizo una sinopsis del alcance y necesidad de las enmiendas sometidas. Asimismo, destacó que las enmiendas permitirán a VEGACOOOP “agilizar nuestros procesos de aprobación de préstamos, rendición de servicios y el manejo de los asuntos administrativos.” Algunas “irán dirigidas a la conceptualización y visión de nuestro rol en la prestación de servicios a los socios y a las comunidades.” Otras enmiendas sometidas hacen correcciones de estilo y sintaxis en el Reglamento y varias tienen como propósito, atemperarlo a las nuevas disposiciones de la Ley 255, que rige al Movimiento Cooperativo.

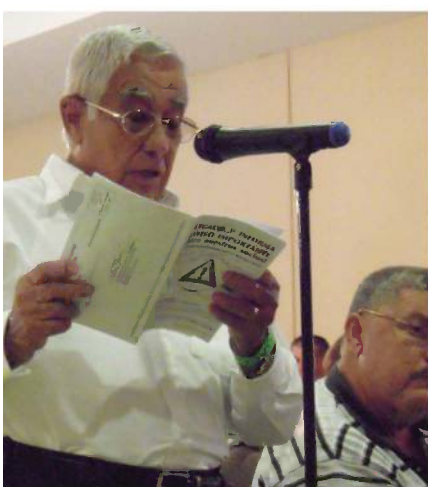
Los Delegados acogieron por unanimidad las enmiendas sometidas, luego de clarificar algunos detalles de éstas. Como preámbulo a la Asamblea, el Sr. Luis G. Bonilla, Director de Cumplimiento, ofreció una interesante charla titulada: “Ahorrando en tiempos de crisis”, cuyo contenido aparece reseñado en esta edición para beneficio de todos los socios. (Pág. #6) Al finalizar la Asamblea, los Delegados fueron obsequiados con valiosos regalos.

**Gracias y que Dios los bendiga.
VEGACOOOP, ¡de tu lado siempre!**



<http://goo.gl/LsmPe>
Galería: Asamblea Extraordinaria 2011





EN DEFENSA DEL COOPERATIVISMO Y NUESTROS VALORES

COOPERATIVA DE AHORRO Y CRÉDITO VEGA ALTA (VEGACOOOP)

RESOLUCIÓN #4

AÑO 2011

RESOLUCIÓN DE LA JUNTA DE DIRECTORES DE LA COOPERATIVA DE AHORRO Y CRÉDITO VEGA ALTA, PARA EXPRESAR FIRME OPOSICIÓN A LA CREACIÓN DEL PROYECTO DE GASODUCTO, LLAMADO "VÍA VERDE", PROPUESTO POR EL GOBIERNO DEL ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO.

POR CUANTO: El Gobierno de Puerto Rico, bajo la administración del Hon. Luis Fortuño, está empeñado en la creación de un gasoducto de alrededor de 92 millas que cruzará la isla de sur a norte.

POR CUANTO: Este gasoducto pone en peligro la biodiversidad y la vida humana en Puerto Rico, al impactar bosques, humedales, ríos, montañas, terrenos agrícolas y la Zona del Karso, entre otros; y una enorme diversidad de hábitats y las especies que en ellos viven.

POR CUANTO: El gasoducto pone en peligro a especies raras, sensitivas y en peligro de extinción, pero también afecta una enorme diversidad de especies comunes, que aunque no son consideradas en proyectos como éste, son igualmente importantes o aun más que las especies amenazadas y en peligro de extinción.

POR CUANTO: Las agencias del Gobierno de Puerto Rico y federales no han evidenciado una evaluación aceptable, de acuerdo a los requerimientos técnicos, leyes y reglamentos aplicables.

POR TANTO: La Junta de Directores de la Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, en reunión ordinaria del 24 de septiembre de 2011, acordó lo siguiente:

SECCIÓN 1ª: Realizar pública expresión de oposición a la creación del proyecto del gasoducto.

SECCIÓN 2ª: Enviar esta Resolución al Hon. Gobernador de Puerto Rico, Luis Fortuño, solicitando que descarte el Proyecto del Gasoducto del Norte.

SECCIÓN 3ª: Enviar esta Resolución a la Liga de Cooperativas de Puerto Rico.

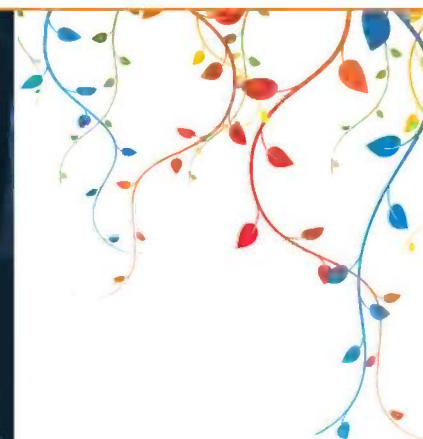
SECCIÓN 4ª: Copia de esta Resolución será enviada al Presidente del Senado y a la Presidenta de la Cámara de Representantes de Puerto Rico.

SECCIÓN 5ª: Esta Resolución comenzará a regir inmediatamente sea aprobada y firmada.

Aprobada por la Junta de Directores en Reunión Ordinaria celebrada en Vega Alta, Puerto Rico, hoy 24 de septiembre de 2011:

José R. Rey Aulest
Presidente Junta de Directores
VEGACOOOP

Wilda M. Díaz Vázquez
Secretaria Junta de Directores
VEGACOOOP



**EL HOGAR
DEL NIÑO** INC.

**NADIE merece maltrato
Mucho menos un niño.**

Atrévase a hacer la diferencia

Hay muchas formas de ayudar sólo hace falta amor, iniciativa y voluntad

• Siendo Socio

Los socios de El Hogar son aquellas personas o entidades que endosen los fines de la misma y contribuyan a su sostenimiento económico, mediante donativos mensuales o anuales, desde tan sólo \$20. Estas personas tienen voz y voto en la Asamblea Anual de El Hogar.

• Siendo un Voluntario

Los voluntarios son personas que por determinación propia ofrecen su tiempo o experiencia para ayudar a las niñas en diversas áreas.

• Siendo Madrinas y Padrinos

Los padrinos y madrinas de El Hogar son personas o grupos de personas que quieren ayudar a una determinada casa en todas sus necesidades. Son un apoyo para las niñas y para la Hermana Encargada. Funcionan en coordinación con la Hermana Encargada y siguiendo directrices de la institución.

Los padrinos y madrinas nos ayudan a:

1. Celebrar cumpleaños
2. Comprar ropa para alguna actividad especial como graduación, bautismo, primera comunión etc.
3. Llevarlas a comer fuera de El Hogar a compartir con ellas (cines, parques, etc.)
4. Planificar actividades recreativas tales como "pool parties", "picnics", llevarlas al circo, a la feria, etc.

5. Asistir a las actividades especiales tales como: quinceañeros, graduación, primera comunión, etc.

6. Servir de apoyo para las Hermanas cuando las niñas estén enfermas.

7. Informar a la Hermana cualquier comentario que escuche, que atente contra la seguridad de una niña o del grupo.

• Siendo Recurso de Pase

El recurso de pase es aquella persona que ha sido evaluada por el Departamento de la Familia para que ofrezca la oportunidad a la menor de tener experiencias positivas de vida familiar. Como recurso de pase la persona se compromete a recibirla en su hogar e integrarla en las actividades del diario vivir. El recurso de pase ofrece apoyo, seguridad, y aceptación a la menor, brindándole la oportunidad de integrarse a su núcleo familiar.

Como ve, hay muchas formas de ayudar y hacerse parte de nuestra institución. Todas son valiosas y necesarias. **Anímese, únase a nuestras niñas y sea parte de su esperanza hacia un futuro de amor.**

www.elhogardelninopr.org

Email: elhogardelnino@prtc.net

Tel. 787-761-2805

Fax. 787-283-1345

CONFERENCIA

El Delegado como promotor de la Cooperativa

POR: JUNTA EDITORA
HORIZONTE COOPERATIVO

El Comité Educativo de VEGACOOOP, presidido por el Prof. Christian Cruz, con el respaldo valioso de la Administración, organizó una Magna Conferencia para los delegados de nuestra cooperativa el pasado viernes, 24 de junio en el Centro de Recepciones de Vega Alta con una nutrida asistencia de sus miembros, así como de los Cuerpos Directivos y de la Administración. La conferencia fue dictada por el Prof. Celestino Rivera, conferenciante de vasta experiencia en Puerto Rico y Latino América en el campo industrial y el cooperativismo. Como preámbulo a la conferencia, se dirigieron a la matrícula el Sr. José R. Rey, Presidente de la Junta de Directores de VEGACOOOP y el Presidente Ejecutivo, Sr. Rubén Morales, quienes agradecieron la presencia de los delegados a la actividad. El Sr. Rey informó sobre los proyectos de ley 2073 del Senado y el 3334 de la Cámara, que intentaban obligar al movimiento cooperativo, a través de su regulador COSSEC, a financiar el presupuesto funcional de la Comisión de Desarrollo Cooperativo, agencia estatal creada en el 2008, para establecer la política pública del Gobierno. Esta agencia es la que define e implanta la estrategia gubernamental para el desarrollo y fomento del Cooperativismo. Ambos proyectos de ley fueron derrotados al no tener los votos para su aprobación, luego del repudio unánime del liderato cooperativista, la Liga de Cooperativas y las organizaciones de base. El Sr. Christian Cruz anunció la celebración de otros talleres y actividades a los delegados como parte de su Plan de Trabajo.

Conferencia del Sr. Celestino Rivera. El conferenciante, de una manera magistral, captó la atención de la audiencia exponiendo que el éxito de las personas radica en su capacidad de lograr poner en práctica su sentido de responsabilidad. Urgió a los delegados presentes a hacerse partícipes y comprometerse a laborar en bien de la empresa cooperativa a la que pertenecen. Para ello, destacó los atributos de nuestra empresa como una en constante crecimiento, con múltiples iniciativas e innovadoras formas de mercadeo de sus productos. Urgió a todos a enfrentar los retos de estos momentos con una economía difícil y enfatizó la necesidad de trabajar en equipo, convirtiendo a sus delegados en un recurso al servicio de su cooperativa. Nos dijo:

“el colectivo de la Cooperativa te hace parte y te incluye como pieza importante de su equipo. El delegado representa a unos socios, participa de la toma de decisiones, forma parte del círculo de influencia que dirige los destinos de la empresa.

Como tal, su compromiso y responsabilidad es esencial y fundamental.”

“El centro de los valores humanos es su responsabilidad”

nos recalcó Celestino. El señor Rivera analizó cómo la actitud y valores de todos los ciudadanos permiten salvar o hacer fracasar un país.

“La restauración de Puerto Rico, depende de la ética de trabajo y el

restablecimiento de la responsabilidad como guías que dirijan la vida de cada boricua”.

Estos acertados comentarios hallaron eco en los asistentes, que se comprometieron a defender, involucrarse y participar en todo lo relativo a VEGACOOOP, sobre todo a mantener una lealtad a prueba hacia su cooperativa. El señor Rivera, dio énfasis a la labor de los delegados en las Asambleas en los asuntos que involucran su cooperativa. Para ello, deben mantener respeto a los Cuerpos Directivos, a los empleados que allí laboran y a las decisiones que se toman. Los líderes voluntarios son ejemplo para su comunidad, por el liderato e influencia que ejercen. Cada uno de ellos está comprometido a promover su Cooperativa y los productos de ésta. Mediante un esfuerzo conjunto de todos los componentes dirigir en esfuerzos y oportunidades para convertirlos en ventas. Durante la conferencia, el señor Rivera, de una manera jovial, hizo una radiografía del puertorriqueño típico del momento. Nos llevó a través de anécdotas personales, a revivir los tiempos en que los valores del respeto al prójimo, al ser humano y donde el compartir todo era parte de la vida de nuestros abuelos. Valores que se han perdido. Los delegados dieron al conferenciante un caluroso y agradecido aplauso al final de su magistral conferencia. Los comentarios de los asistentes a la actividad fueron de elogios a la gran iniciativa de la Administración y del señor Cruz, Presidente del Comité de Educación, que prometen nuevas y gratificantes actividades durante el resto de este año...



REPORTAJE ESPECIAL

De Crucero...

POR: ANA P. RIVERA CONCEPCIÓN
PRESIDENTA COMITÉ DE CRÉDITO

Estás pensando en unos días de vacaciones, te aconsejo un crucero por el Caribe, que de seguro no te arrepentirás. Esta servidora ya ha tomado 51 cruceros y siempre he disfrutado a plenitud cada uno de ellos. Estar en un crucero es como estar en un hotel flotante, con todas las comodidades imaginables: **Spa, casino, gimnasio, espectáculos, actividades deportivas, piscina, jacuzzi, karaoke, música, entre otros.**

Si ya tomaste la decisión de tomar un crucero, debes leer la sección de viajes del periódico del domingo. Ahí aparecen todas las ofertas disponibles. Antes de hacer la reservación, hay varios factores a considerar que te ayudarán a hacer de esta experiencia una más económica.

El primer día a bordo debes aprovechar para reservar alguna excursión que te interese, en las islas a visitar. En el barco son más caras, puedes hallar precios más bajos si lo haces por tu cuenta fuera del barco, pero la ventaja de comprarla en el barco es la seguridad que eso representa, ya que en caso de una demora imprevista, el barco sí puede esperar por los viajeros a quienes ellos le vendieron una excursión; por los demás no están obligados a esperar. Si lo que deseas es descansar y estar tranquilo, aprovecha precisamente esos días en que todos van de excursión y las piscinas están prácticamente vacías, al igual que los jacuzzis y las puedes disfrutar sin tanta gente a tu alrededor. Si te llevas tu juego de dominó hallarás compañeros con

1. Debes decidir qué tipo de cabina deseas: doble, triple o cuádruple. La cabina puede ser interior, exterior o con balcón. No te recomiendo una con balcón, a menos que no te importe gastar bastante más por la cabina (el tiempo que pasarás en la cabina es tan poco que no se justifica pagar tanto dinero por ese tipo de acomodo).
2. La fecha que escojas influirá en el costo de la cabina. En verano y en Navidad son más costosas.
3. Al precio de la cabina le debes sumar los impuestos de puerto y las propinas. Las propinas son alrededor de \$10.50 al día por persona.

Algunas agencias te permiten hacer la reservación por teléfono y pagar el depósito con tarjeta de crédito en la misma llamada. Deberás saldar la cuenta 75 días antes de la salida del crucero. Al momento de hacer la reservación debes indicar el turno de cena: a las 6:00 p.m. o a las 8:30 p.m. También puedes optar por cenar en el comedor informal, donde no hay horario fijo.

El día de embarque debes llegar temprano al muelle para hacer el trámite de registro (de 12:30 a 2:00 p.m.). En ese momento te entregarán una tarjeta que te servirá tanto para abrir tu cabina como para pagar cualquier servicio a bordo, porque en el barco no se paga nada en efectivo, todo te lo cargan a esa tarjeta que está respaldada por la tarjeta de crédito que presentas al hacer el registro. Después de abordar, localizas tu cabina; si deseas puedes disfrutar de tu primer almuerzo "buffet" y luego unirse a un grupo que estará haciendo un recorrido de reconocimiento por el barco para familiarizarte con las áreas más importantes: el gimnasio, el comedor, el teatro, el área de las tiendas, piscinas y demás. Se te asignará una mesa para las cenas y ocuparás la misma todas las noches.

quien jugar, disfrutando de la agradable brisa y buena compañía.

Por las noches, después de la cena, puedes disfrutar del casino o del espectáculo que se ofrece cada noche en el teatro. También hay tiendas a bordo donde puedes comprar joyería, perfumes o carteras, entre otras cosas. Todas las noches te dejarán sobre la cama una hoja con el itinerario de actividades, del día siguiente, hora por hora. Léelo, marca aquellas actividades a las que deseas asistir, lleva el papel contigo, así no te sentirás desorientado y no te perderás la diversión.

Sobre las comidas, debes saber que hay para todos los gustos. Lo que cenas está incluido en lo que pagaste, lo que no incluye son las bebidas alcohólicas o sodas. En los cruceros de siete noches hay dos noches formales donde la vestimenta es más "de caché". Las otras noches la vestimenta es informal. Al hacer tu equipaje no puedes olvidar tus trajes de baño, bloqueador solar, sandalias de goma, gorra o sombrero, pantalones cortos, dos trajes formales, tenis (si vas al gimnasio), gafas de sol, pasaporte, tarjeta de crédito, dinero y muchas ganas de pasarla bien. ¡Anímate!



Palmira Cabrera

Una vida que merece contarse

POR: JUNTA EDITORA HORIZONTE COOPERATIVO

El 16 de septiembre de 2011, recibimos del Prof. José Luis Colón García su reciente proyecto de investigación centrado en la figura de la Lcda. Palmira Cabrera de Ibarra.

Dicha actividad celebrada en el Centro de Recepciones tuvo como auspiciadores al Municipio de Vega Alta, al Centro Cultural Manuel G. Medina y a VegaCoop. El acto con la asistencia de una nutrida concurrencia estuvo amenizado por la Camerata de la Academia de Bellas Artes del Municipio.



Fotos por: Miguel Rojas Candelario

Se dirigieron a los asistentes los representantes de las instituciones auspiciadoras del acto. El Alcalde Hon. Isabelo Molina se comprometió a levantar una sala con el nombre de la Sra. Cabrera de Ibarra una vez se restaure el antiguo Casino y que será sede de la Fundación para las Artes Heriberto Nieves. La Sra. Lucila Rivera, Presidenta del Centro Cultural, agradeció el proyecto del Sr. Colón y le otorgó una placa distintiva. La Sra. Nancy Colón, en representación de VEGACOOP, destacó el compromiso social de nuestra institución y el auspicio de este proyecto que subraya la aportación de una de nuestras grandes líderes vegalteña de todos los tiempos. Destacó la señora Colón, que seguimos el ejemplo de nuestros fundadores ya que:

“Ellos nos guiaron en esa obligación que tenemos con la sociedad como ética de trabajo, como mecanismo de creación y como soporte a otros creadores como José Luis Colón, en su rol de investigador y de doña Palmira Cabrera en su obra creadora. Hemos sido antenas que recogen las necesidades de nuestra gente para convertir lo imposible en algo posible. Hoy VEGACOOP promueve a través de este libro, el trabajo y la obra de una vegalteña para la historia.”

La obra Palmira Cabrera de Ibarra; la Trayectoria de una líder fue analizado por los profesores María Dolores Fernós López Cepero y Gerardo Navas Dávila. La presentación del autor estuvo a cargo del historiador oficial de Vega Alta, Benjamín Negrón. El señor Colón García agradeció a VEGACOOP su auspicio para la publicación de este proyecto de investigación y al Alcalde Molina por su intención de honrar la memoria de doña Palmira con una sala que ostente su nombre.

La Fam. Cabrera agradeció al autor y a las entidades involucradas en este proyecto su gesto de rescatar para la historia la obra y vida de doña Palmira. Los fondos provenientes de la venta del libro serán a beneficio del Hogar Ruth Inc. de Vega Alta, según fuera señalado por el autor y VEGACOOP como auspiciador.



Un “ÑANGOTAO” para la historia de los ESTADOS UNIDOS

POR: LUCY FLORES

La creación de Dios es perfecta. Tan perfecta, que desde que llegas a la vida, traes un destino que nadie puede cambiar. En el libro de tu vida, está escrito lo que vas a ser en el futuro. A través de los años, los niños de Puerto Rico y del mundo, han jugado los juegos de infancia: A la cebollita, al esconder, a las mamás y los papás, el juego que más les ha gustado. Se les escuchaba decir: “Yo quiero ser el papá y yo la mamá. Yo quiero ser el médico para curar a los niños y yo la enfermera. Yo quiero ser la maestra y yo el policía. Yo quiero ser bombero para salvar vidas”. Las madres los escuchaban hablar y se preguntaban: “¿Por qué esa nena quiere ser maestra y esos nenes, policías y bomberos, si esas profesiones no pagan?” Esas eran las profesiones que Dios les había destinado. Desde la infancia empezaban a practicarlas. El tiempo ha pasado y los niños de este “milenio” se olvidaron

de jugar. El progreso llegó y con él, las computadoras, los video juegos, los celulares y otros. Hoy, hasta los más pequeños conocen de tecnología. En Navidades, para Santa Claus y Reyes, no piden muñecas ni carritos como hacían en el pasado. Piden los juegos, que año tras año saturan el mercado y sólo sirven para enajenarlos. No les interesa lo que ocurre a su alrededor, sólo quieren estar inmersos en la Internet, jugando juegos de guerras o utilizando el celular. ¡Lástima! En sus corazones siempre habrá un vacío; el de no haber sido niños.

Hoy no he tenido que viajar por los senderos de esta Bendita Tierra, buscando para entrevistar a los hombres y mujeres que diariamente aportan grandes cosas a la cultura de nuestro pueblo. ¡En mi hogar estaba la entrevista! Entrevistar a mi hermano Toñito, como cariñosamente solemos

llamarlo, es para mí un placer. Ha vivido en los Estados Unidos 35 años. ¡Toda una vida protegiendo Parques y Monumentos Nacionales de la Nación Norteamericana!

José Antonio Ramírez, nació el 28 de abril de 1952, en las Parcelas de Espinosa (hoy llamadas Parcelas Carmen). Es el tercer hijo de Yaya y Pepito. Cursó sus primeros grados en la escuelita de las Parcelas y el cuarto y sexto lo estudió en la escuela del pueblo, José de Diego. En séptimo pasó a la escuela Intermedia, inseparable vecina del Cementerio Viejo y del Matadero, que desde su trono vio su transitar por la Pollera. En la escuela perteneció al Club 4H. Los fines de semana, repartía periódicos y limpiaba zapatos. Desde muy niño tuvo predilección por la flora y la fauna. Cuando no tenía clases, le gustaba caminar por la vía, bañarse en la quebrada, internarse entre los sembradíos de piñas para llegar a la casa de don Rufo a escuchar sus historias. Aquel caballero de pelo ensortijado y caminar lento, vivía con su familia, en las faldas de las montañas que se erguían majestuosas allá en la lejanía. Como he dicho en escritos anteriores: “Don Rufo fungía como el curandero del barrio y le arreglaba los pies y manos que los muchachos se dislocaban”. ¡Ah! Contaba unos cuentos que te hacían reír o morirte de miedo.

Escuchar a su padre, un militar de carrera, que cursó sus estudios universitarios gracias al Ejército y a sus hermanos mayores, hablar cosas buenas de la milicia, llamó su atención. Aprobó el cuarto año por estudios libres y en 1972 ingresó al Ejército, donde estuvo dos años. En 1974 regresó a Puerto Rico y se matriculó en la Universidad Mundial, en la cual hizo un básico en Psicología. En 1976, se mudó a los Estados Unidos y en 1977 empezó a estudiar en el Brooklyn College, completó un bachillerato en Historia de Puerto Rico y el Caribe y una concentración menor en Psicología. En el tiempo de estudiante conoció a Elizabeth, una madre soltera, de una niña. Se casan, y la adopta como hija. En 1979, nace su hija Tanzania. En 1980

empieza a trabajar con el “National Park Service” en “Gateway National Recreation”, donde trabajó hasta 1983. En ese mismo año es transferido a Washington D.C. para trabajar en los Monumentos Nacionales.

En “Washington Monument” llegó a ser asistente del jefe de operaciones. En el 1985 es transferido nuevamente a “Gateway Nacional Recreation Área”, para asumir la posición de especialista en recreación.

En 1986 fue a un entrenamiento para trabajar cuando ocurren “desastres naturales”. Llegó a pertenecer al equipo de emergencia de la Zona Norte de los Estados Unidos; asiste cuando hay



tornados, fuegos forestales, desastres naturales y no naturales, como rescate en agua, tierra y montañas. Estuvo dos meses trabajando en New Orleans, cuando el huracán Katrina lo desbastó. En los desastres del 9-11 y ese mismo año, el avión con destino a la República Dominicana que estalló en el aire. Sin importar que arriesga su vida, siempre que hay desastres, va a trabajar. En los juegos de infancia, era el guardián que protegía y defendía la vida humana y silvestre. Aún lo sigue haciendo. Nació para estar en contacto con la naturaleza. En 1986, fue transferido al “Job Corps” para ocupar la posición de consejero por sólo un año. En 1987 lo asignaron a la Estatua de la Libertad y “Ellis Island”, donde trabajó de Ranger, encargado de

la seguridad de las dos islas. Finalizada su anterior relación, en 1995 comenzó otra relación con Katy Garotalo, una joven que trabaja para el "National Park Service". En la relación nació un niño, al cual nombraron José Rafael, en honor a su padre. En la actualidad, es el encargado de las operaciones en "Floyd Bennett Field", el primer Aeropuerto Municipal en New York.

En el 2002, sufrió un accidente automovilístico donde se fracturó una pierna. En el 2009, un automóvil lo impactó en una estación de gasolina y tuvo que ser operado del hombro derecho. Sonriendo me dice: “

“Durante los años que he trabajado en emergencias, gracias a Dios, nunca he tenido un percance que lamentar. En la calle, en dos ocasiones he estado a punto de perder mis extremidades”

Al retirarse de su agitado trabajo, quiere regresar a Puerto Rico, comprar un terreno en Jayuya o Utuado, para estar cerca de sus Ancestros Indios Taínos, recopilar datos y conocer más de sus raíces. Pertenece a la Confederación de la Gente Taína en los Estados Unidos, la cual es reconocida por las Naciones Indígenas de América del Norte. Definitivamente, mi hermano es un “ñangotao” para la historia de los Estados Unidos.



POR: REILY RODRÍGUEZ DÍAZ

El señor José Vega Santa (Remi), estuvo en la Escuela Superior Maestro Ladí, de Vega Alta brindándole una charla educativa sobre desarrollo empresarial a los estudiantes del Programa de Comercio. En la entrevista que le realizó Noti Coop, por medio de esta servidora, José Vega, nos estuvo hablando de su vida personal, profesional y de su rol como empresario. Los jóvenes piensan que por ser de bajos recursos no tienen oportunidades y muchos estudiantes creen que no la tienen. El viene de una familia humilde y trabajadora en la que su bisabuelo vendía dulces en la plaza de Humacao, su abuelo era pelotero y fue producto de la escuela pública puertorriqueña. “Siempre me gustó la pintura, la música, baile etc. y tomé clases gratuitas que se ofrecían siendo niño y luego en la universidad.” Siendo una gran ejemplo de que hay que tomar todas las oportunidades que nos brinde la vida, para ampliar sus posibilidades y diversificarse. “Todo lo que puedas estudiar estúdialo, no sabes cuándo lo podrás necesitar”. Su proyecto empresarial lo comenzó para la década del 80 con la grabación de su primer disco, creó su propia compañía, ha grabado 31 discos suyos y ha grabando a otros artistas, ha creado personajes infantiles y realizando espectáculos artísticos. José Vega, indica que tenemos que desarrollar nuestro negocio en grande. Nos dio el ejemplo de Wal-Mart, manifestando que si ellos se hubiesen quedado en Utah, se hubiesen quedado siendo una tienda pequeña de ese estado. “Cuando sueñas en grande es que comienzas a entender que Puerto Rico no es el único país del mundo” Por esto es que su música ha llegado a México, Venezuela, Argentina, España, logrando ser escuchado en 32 países dando a conocer su música. Durante la entrevista le preguntamos si había enfrentado situaciones difíciles dentro de su carrera. Remi, nos contó que siempre hay proyectos que crees van a funcionar, pero cuando no te organizas, no te preparas bien o no cuentas con los recursos necesarios es posible que fracasas. En una ocasión realizó un concierto grandísimo en la que la nómina de los músicos era enorme y los gastos y que por solo contar con la taquilla y sin auspiciadores fue un fracaso. “No por la experiencia artística, porque fue increíble.” Imagínense compartió con la sinfónica de Moscú, pero en términos económicos le fue mal. Nos confesó que este tipo de experiencias no le

¡DIOS BENDIGA A TODO EL QUE ME DÉ SABIDURÍA!

ENTREVISTA A JOSÉ VEGA (REMI)

han afectado en su vida personal, porque él no lo permite. El tener fe y confianza en Dios ha sido su amuleto. “En estas situaciones de dificultad hay que estar fortalecido y eso es muy importante.” Hay que aprender de los errores, si no llega a ser por eso indica que se hubiese quitado y no hubiese vuelto a producir más. El fracaso fue una vez y nos recalco que: “cuando volví a hacer un espectáculo de ese tipo, ya contaba con auspiciadores y tenía las fechas. Ya sé que uno como productor no debe hacer espectáculos en septiembre, porque las posibilidades de tener que suspender son grandes y eso se traduce en pérdidas.”

Durante la entrevista nos contó que la crisis económica actual de la isla siempre nos afecta y nos molesta, pero que tenemos que adaptarnos. Utilizó como ejemplo el que si comías en restaurantes semanalmente, ahora comes fuera una vez al mes. Tenemos que aprender a vivir con lo poco que tenemos. “A mí la crisis no me afecta, porque tengo otras prioridades en la vida y si antes iba a África de viaje, ahora cuando las cosas se aprietan, me voy con la familia y hacemos turismo interno. No te vas a gastar lo mismo yendo a África que a Ponce”. Entonces tenemos que adaptarnos a la crisis y no seguir gastando desmedidamente. El hace ajustes en su negocio y en su vida personal. Esta es la forma en la que podemos lograr que la crisis no nos afecte o nos afecte menos.

José Vega quedó encantado con la experiencia de visitar nuestra escuela y conocer nuestros estudiantes. Indicó que el ambiente escolar es fabuloso, la acogida de la facultad y que el comportamiento del estudiantado fue excelente. La charla y conversatorio que se desarrolló con los estudiantes de comercio fue muy fructífera y maravillosa. Estaba muy impresionado con la madurez de los jóvenes de la escuela. Remi, nos exhortó a valorar y aprovechar el conocimiento de nuestros maestros. Debemos creer en nosotros mismos, aún cuando nadie crea en nosotros. Recalcó que pocas escuelas tienen el privilegio de tener maestros tan excelentes y comprometidos como los que tenemos. Nos pidió que aprovecháramos esos maestros y les preguntáramos cosas, porque para eso están. Cerró la entrevista diciéndonos: “Dios bendiga a todo el que me dé sabiduría”.

Para disfrutar la entrevista grabada a José Vega, accesa a: <http://goo.gl/UQnoz>



Poemas

"No es una poesía gota a gota pensada. No es un bello producto. No es un fruto perfecto. Es algo como el aire que todos respiramos y es el canto que espacia cuanto dentro llevamos. Son palabras que todos repetimos sintiendo como nuestras, y vuelan. Son más que lo mentado. Son lo más necesario: lo que no tiene nombre. Son gritos en el cielo, y en la tierra son actos."

• Gabriel Celaya •

ISLA DE VIEQUES

*Ese viento del mar que me trae tu nombre.
Esas aves marinas que te ven cada día.
Eres isla lejana que vive en mi recuerdo.*

*El viento que se mete por tus poros quemados,
y se enreda en tu pelo.
Las aves que se mecen en el mar de tu isla,
isla verde sufrida.*

*Mi recuerdo se pierde en ese mar terrible,
que el fragor de los truenos de los rubios del norte
hace hervir en sus olas...
hacia ese mar... espejo,
hojarasca azul plata,
imagen de retina, de tu retina amada,
ilusión derramada sin cause y sin destino,
se vuelve mi mirada.*

*En la tarde pesada
junto al muelle olvidado,
evocando momentos de pasiones vividas
tú te acercas y sientes que la vida se escapa
en ronronear de olas
en suspiros de aves.*

*Y me ves como Cristo
caminando en las aguas.
Mi rostro se te escapa
en la tarde callada.
Y me sientes tan cerca
como si se tocara.*

*En confusión de sombras,
en imágenes claras,
cuando siente tu pecho que la tarde se escapa.
En crepúsculos rojos,
por senderos de aguas,
yo me acerco a tu lado
y mis manos te llaman.*

*Y cuando ya tú crees que se acerca la hora
del amor que esperabas,
yo fantasma me vuelvo a las aguas.
¡Ese viento del mar que se lleva tu nombre!
¡Esas aves marinas que te pueden mirar!
¡Esa isla lejana, isla verde dormida!*

Jorge L. Avilés Concepción

ROCÍO

*Tiernas gotitas de rocío
cuelgan de los árboles por la mañana
como saludando al nuevo día
que ya entra por mi ventana.*

*Como el soplo de la suave brisa mañanera
se mueven y hasta parece que bailan
al compás de música de coquí.*

*La luz del sol le da un toque mágico
transformándolas en arco iris,
en diamantes y estrellas
que brillan y centellean
con singular belleza
como un regalo de la naturaleza*

*Es un ballet celestial,
es un concierto de amor
que inspira paz y tranquilidad.
Es una sinfonía de colores
que evoca la presencia de Dios,
el Supremo Creador.*

Benito Guzmán Rodríguez
6-17-2011

ROMANCE CÓSMICO

*Me despido de ti por última vez
mientras la torrente nace abundante en tus huellas,
besa tus mejillas y acaricia tu cuello,
Mis pensamientos eróticos
deambulan por cada esquina de tu cuerpo.
Siento que la distancia nos acerca.*

*Cada caricia tuya se desliza
hacia el punto norte de Venus.
Eres la cicatriz invisible que recorre
la orbita de Marte, que vuela sobre Mercurio
y despierta en los brazos de Plutón.
Eres la caricia ausente que quema mi piel
con el frío de tus palabras mudas
que retumban en el pómulos más cercano a mi nariz.
Esperaré que llegue el otoño
y sembraré una primavera en cada verano de tu
Invierno.*

Carlos Ortiz Miranda y Lugo

EDAD DE ORO

*Como el valor del metal precioso y el proceso de la formación,
estar en la Edad de Oro es una gran bendición.*

*Pertenecer a la Edad de Oro es un privilegio, es alegría;
hay un caudal de experiencias, gran fuente de sabiduría.*

*No se puede borrar el tiempo ni retornar hacia atrás;
¡cuántos quisieran tener cincuenta años y muchos más!*

*Como el oro brilla, brilla el adulto entre los niños y la juventud.
Su capacidad para aprender y aportar solo saben Dios y tú.*

*Niño, joven, adulto, no nos podemos negar
que algún día en esta vida a la Edad de Oro has de llegar.*

Noëlia Camerón Vélez



¿Tecnología para la TERCERA EDAD?

Típicamente, los adultos mayores tienen una relación difícil con la tecnología. Quizá por la resistencia al cambio o quizá porque las cada vez más pequeñas pantallas y teclados no son muy adecuadas para la vista cansada y las manos temblorosas, pero a veces es difícil convencer a la abuelita de ponerse al día. La tendencia que más fácilmente puede difundirse es la de acercar a las personas de la tercera edad con la sociedad a través de dispositivos más sencillos de usar: celulares adaptados y clientes de e-mail que no requieran computadora. Estos dispositivos marcan la tendencia a seguir de un mercado nuevo y cada vez más grande.

ORGANIZAR MEDICAMENTOS

La combinación de una creciente lista de medicamentos y una memoria olvidadiza puede ser peligrosa. Sí, los pastilleros y agendas pueden ayudar a mantener en orden el número y hora de las dosis, pero hoy la tecnología ofrece una solución más completa. Parece una máquina de dulces, pero E-pill es un dispensador automático de pastillas que avisa al paciente cuándo le toca ingerir un medicamento con un mensaje escrito y de audio. El dispositivo está diseñado para programarse por un mes; más aún, si pasa media hora sin que se recojan las pastillas es capaz de comunicarse con un familiar, enfermera o doctor a través de su conexión telefónica. **El equipo puede adquirirse en www.epill.com**

NUEVO CORREO

Eso de leer el correo en una pantalla puede ser una barrera para quienes no tienen computadora o no saben usarla. Presto hace un pequeño intento por recuperar el sabor del correo de antaño al ofrecer un cliente de email sin computadora que imprime directamente los mensajes en papel. También puede escanear mensajes escritos en papel y enviarlos a algunas de las cuentas de correo electrónico predeterminadas. **El equipo puede adquirirse en www.presto.com**

SEÑAL DE ALERTA

Con la experiencia que dan los años, los ancianos dejan atrás muchos de los miedos que los jóvenes tienen, pero hay uno que sólo la edad de oro posee: el suelo. Las caídas son un riesgo siempre presente para los ancianos. En tales situaciones los celulares son dispositivos que pueden salvar vidas siempre y cuando el accidentado esté en condiciones de hablar. iLife da una solución que supera esta limitación con un sistema que identifica movimientos anormales o periodos de inactividad extraordinarios, que puede identificar como problemas y enviar una señal de ayuda. **Para mayor información visita www.falldetection.com**

PARA EL CEREBRO

Para entrenar el cerebro y, por qué no, divertirse Nintendo produce una singular serie de juegos orientado hacia los adultos mayores. La compañía de juegos nipona basó el juego en las investigaciones del neurocirujano Ryuta Kawashima sobre la actividad cerebral para diseñar un juego donde se mantengan activas las neuronas. La empresa afirma que unos minutos al día con Brain Age son suficientes para entrenar y mejorar el desempeño de su cerebro. Brain Age 2 está a la venta en unos 20 dólares. Diseñado para la plataforma DS, el juego hace uso extensivo del touchscreen y el micrófono. **Si quieres saber más consulta www.nintendo.com**

NOVEDOSO TELÉFONO

“Muy bonito, pero ¿cómo se marca?” han de preguntarse muchos abuelitos cuando sus nietos los quieren sorprender con sus celulares con Wi Fi, video de alta definición y juegos. A los teléfonos que nuestros abuelos conocieron se le han agregado muchas funciones que los mayores no siempre comprenden ni necesitan. Pensando en ellos, Jitterbug ofrece celulares con potentes bocinas acolchonadas y números grandes tanto en la pantalla como en el teclado. Basta un botón para comunicarse con un familiar o con los servicios de emergencia. **Para mayor información visita www.jitterbug.com**

CONTROL REMOTO

El DVD y los abuelos a menudo no se llevan. Y una de las razones es que los aparatos carecen de un control remoto sencillo y fácil de leer. Tek Partner Big Button Universal Remote Control ofrece una solución tan grande como el nombre del producto. Según la compañía, este es el control remoto más grande y difícil de perder. Su tamaño le permite tener un teclado grande e iluminado para que los de cabecita blanca tomen el mando de su televisión, DVD o sistema de cable. **Si este control se ajusta a tus necesidades puedes encontrarlo en www.bigbuttonremotes.com**

VIGILANDO LA SALUD

Aún estamos lejos de los relatos de ciencia-ficción en donde los seres humanos son curados de sus heridas en minutos, pero quizá pronto podrás contar con tu propio “médico” en el botiquín. Accenture tiene un prototipo de una estación destinada a vigilar la salud del usuario, que es capaz de reconocer a diferentes personas con una cámara. El aparato es capaz de estimar las necesidades particulares de cada uno; por ejemplo, si alguien es alérgico al polen le reportará el conteo de éste en el ambiente. Se planea que cuente con sensores de colesterol, presión, pulso y que sea capaz de informar al médico de niveles o tendencias peligrosas vía Internet. **Para mayor información consulta www.accenture.com**

DISPOSITIVOS DE CONTROL

Si caminar hasta el termostato ya parece largo, el Kelvin Talking Thermostat ofrece una manera de controlar el sistema de aire acondicionado con la voz. Con sólo silbar o aplaudir se activará el sistema de reconocimiento de voz que reconoce los comandos para subir o bajar la temperatura. **Para mayor información consulta www.actiontalkingproducts.com**



<http://goo.gl/8sEPV>



CAÍDAS EN LOS MAYORES

Las caídas son frecuentes en los mayores, y muchas veces no las cuentan por temor a perder libertad de acción. Sin embargo, esta propensión a caer se puede estudiar y corregir.

A medida que las personas se hacen mayores, las caídas se hacen más frecuentes y sus consecuencias más graves. Esto se hace muy evidente en los muy mayores y muy frágiles: de las personas que viven en una residencia, hasta un tercio se caen alguna vez cada año. De ellos, la mitad se caen más de una vez.

1. Un problema frecuente

Las personas mayores que se caen **tienden a ocultar este problema**, y con frecuencia sólo lo reconocen cuando se producen lesiones. Lo ocultan porque temen que se les restrinja de alguna forma su actividad o autonomía. La persona que se cae puede temer que sea un síntoma de pérdida de capacidad, y le cuesta aceptar esto. Por otro lado, puede restringir su actividad voluntariamente, por sentirse insegura y con miedo de volver a caer.

Las caídas son un problema muy significativo hoy día. De hecho, **son la causa más frecuente de accidentes en personas mayores de 65 años**. Producen lesiones, incapacidades e incluso aumentan la mortalidad. Las caídas son una gran fuente de problemas para la persona mayor y para sus cuidadores.

Las **complicaciones directas** más frecuentes de una caída son las lesiones de partes blandas (hematomas, contusiones, heridas) y las fracturas óseas. Las fracturas más frecuentes y graves son las vertebrales, la de cadera y la de muñeca.



Los golpes en la cabeza tienen además el riesgo de causar hemorragias dentro del cráneo, como los hematomas subdurales (depósito de sangre entre el cráneo y el cerebro), que pueden ser mortales.

2. Factores de riesgo

Algunas personas están más predispuestas a caerse que otras. Hay circunstancias que aumentan el riesgo de caer: se llaman factores de riesgo de caída. Los factores de riesgo pueden relacionarse con la persona (ser intrínsecos) o ser ajenos a ella (extrínsecos).

Factores intrínsecos: Los factores de la persona que aumentan el riesgo de caer dependen de la edad, las enfermedades y los fármacos que toma esa persona mayor. Con la edad se hacen más frecuentes los problemas de visión y de audición. La marcha es más insegura y el control de la postura del cuerpo es peor. Todo ello aumenta la probabilidad

de sufrir tropiezos, y de ser incapaz de recuperarse de un traspies, con la consiguiente caída.

Además, muchas enfermedades que son más frecuentes con el paso de los años (como la artrosis, la demencia o la enfermedad cerebrovascular) hacen al mayor más propenso a caer y más vulnerable ante las caídas.

Los fármacos usados para tratar otras enfermedades, como los hipnóticos o aquellos que bajan la tensión aumentan el riesgo de caer, como lo hacen todos los que causan confusión o falta de coordinación.

La propia forma de ser de una persona le puede hacer más vulnerable. Una persona mayor que no acepta las limitaciones de las enfermedades, que no valora bien las situaciones de riesgo y que tampoco acepta ayudas como un bastón o agarrarse a un familiar tendrá mayor riesgo de caer.

Factores extrínsecos: Estos factores dependen del ambiente donde se mueva la persona mayor. Los suelos en mal estado, irregulares o resbaladizos pueden hacer que resbale. Lo mismo sucede con las alfombras sueltas, la poca iluminación o las escaleras. A veces estos factores se dan en la propia casa, con lo cual parece razonable corregirlas antes de caer por primera vez.

3. Prevención

El punto más importante del manejo de las caídas es prevenirlas. El mejor momento es antes de sufrir la primera, pero cuando se ha caído una alguna vez, aunque sea sin consecuencias, la necesidad de prevenir nuevas caídas es perentoria. Los factores intrínsecos son muchas veces difíciles de modificar. Se pueden hacer ejercicios para enfrentarse

a los cambios en el equilibrio que suceden con la edad. Es aconsejable también no realizar actividades que pongan a uno en riesgo (por ejemplo, subir escaleras de mano). El resto de los factores de riesgo deberán revisarse con el médico, que quizás pueda cambiar un fármaco o mejorar una enfermedad. Hay que hacer uso de la técnica si es preciso. Así, usar gafas, bastones, pasamanos o adaptadores especiales si es preciso puede servir de ayuda frente a los obstáculos o la pérdida de habilidad.

También habrá que revisar la seguridad del propio domicilio y la accesibilidad de las partes del mismo que se usan. Es necesario, por ejemplo, que el suelo no sea deslizante, que la iluminación no haga contrastes o deje zonas de sombras, y que el camino esté libre de obstáculos y los muebles sean estables. El baño es un lugar de especial riesgo, por lo que el suelo antideslizante, las barras en la bañera (y cerca del retrete si es preciso) y otras ayudas pueden resultar imprescindibles. Es razonable evitar los pestillos, para que si uno se cae se le pueda auxiliar con rapidez.

Existen muchas guías que detallan todas las actividades que pueden hacerse para prevenir las caídas. Un ejemplo es la Guía práctica sobre la prevención de caídas y accidentes, editada por la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología, con el patrocinio de Caja de Madrid. Contiene multitud de consejos y ejercicios de prevención de las caídas.

Fuente: **PULEVA SALUD**
Por: Marina Carpena, M.D.
Licenciada en Medicina y Cirugía



EN HONOR POSTUMO A DIZZY GILLESPIE Y CHANO POZO

POR: MIGUEL ROJAS CANDELARIO

La Vigésima primera Edición del “Puerto Rico Heineken Jazz Fest” se celebró del 2 al 5 de junio de 2011, en el Anfiteatro Tito Puente. Este festival se le dedicó a dos leyendas del jazz y la música afrocubana, desaparecidas recientemente; Dizzy Gillespie y Chano Pozo. Merece mencionarse que durante el festival ninguna de las agrupaciones que desfilaron nos tocó la música de éstos. Sólo el conguero Richie Flores hizo un pequeño tributo a estas glorias del Bebop y de los ritmos latinos. Además de Richie, se presentó esa noche de apertura Monty Alexander, el cual tuvo una excelente participación.

El viernes 3, se presentó el “Ted Nash Quintet”, Ramsey Lewis y Stanley Clarke. La instrumentación y el florecimiento de la música improvisada por estos exponentes del jazz, fue ligeramente impresionante, desarrollando muchos aplausos entre los asistentes.

El manjar del sábado fue suspendido por las inclemencias del tiempo. Pero, continuó el domingo con el concierto de talleres de jazz de los estudiantes del Conservatorio de Música del pueblo de Carolina. Los profesores de Berklee Music College en Boston, trabajaron duramente algunos días con más de ciento cincuenta estudiantes en estos talleres. Entre estos, tres de ellos se ganaron una beca para estudio en tan reputada institución musical. La juvenil violinista, Paola Vázquez, fue una de las agraciadas con una beca completa para estudios en Berklee. La tarde cerró con un “Big Band” de profesores y estudiantes donde no faltaron las ovaciones para esta nueva generación de jazzistas. Para el cierre, fue escogido el Grupo de “Ninety Miles”. Los temas de estos músicos abarcaban texturas musicales del jazz, mezclados con elementos latinos. El vibrafonista y líder Stefon Harris, Christian Scout, en la trompeta y el boricua David

Sánchez, en el saxofón tenor hicieron los deleites del público. Tal junte de talentos resultó en una experiencia nueva, tanto para los aficionados como para los propios intérpretes, ya que según David, no tuvieron tiempo para ensayar por sus compromisos individuales. El programa musical de estos músicos presentaba deliberadamente la evolución cronológica del jazz, algo muy diferente a los músicos que les antecedieron en la presentación. El público los premió con improvisados aplausos.

Finalmente, el festival con Humberto Ramírez “Big Band”, hizo un tributo a Tito Rodríguez, la Lupe y Frank Sinatra, con los vocalistas Michelle Brava, Mike Ritacco y Josué Rosado. La individualidad y la creatividad de los músicos de la banda fue una explosión musicalmente genial. Ritacco, como vocalista suavizó a la audiencia con líneas melódicas de Sinatra y fue uno de los más aplaudidos en la noche. Los músicos completaron su faena con una descarga de todos los metales, que recibió deleitoso el público y dio como galardón un sonoro aplauso.



El Director Ted Nash en el Saxofón



El superdotado pianista Monty Alexander junto al bajista Hassan Shakur



Stanley Clarke en el bajo eléctrico



TAG:
<http://goo.gl/ulYFP>

Puerto Rico
Heineken Jazz Fest

2 al 5 de junio 2011

Anfiteatro Tito Puente,
San Juan, Puerto Rico



La sección de viento de la orquesta de Humberto Ramirez



Desde la izquierda: Christian Scott, Hommy Ramos, David Sánchez

DECIMONOVENO
FESTIVAL

DEL PANAPÉN

DEDICADO AL DR. GUSTAVO CEDEÑO

POR: MIGUEL ROJAS CANDELARIO

Las tardes y noches del jueves 12, al domingo 15 de agosto, se encendieron con el sonido y desfile de las agrupaciones salseras en el barrio Sabana, de Vega Alta. Todo con motivo de la celebración del Decimonoveno Festival del Panapén. Por la tarima levantada para el disfrute del pueblo, desfilaron la Agrupación Sensación, el Conjunto Puerto Rico, Wito Colón y su Orquesta del Sur al Norte, los cantantes Luis González y Manolo Lezcano, quienes marcaron el ritmo y el sabor.

Los asistentes que se allegaron a nuestra bella zona costera disfrutaron de diversas actividades de diversión, entre ellas machinas, presentación de artesanos y kioscos para saborear los sabrosos platos a base de la fruta del panapén. No faltaron los rellenos, bizcochos, flanes, pasteles y otras golosinas en donde se destaca el sabor de este fruto que distingue a Vega Alta. La animación del acto estuvo a cargo del cotizado Carlos Ortiz y el novel Héctor Navedo, producto del taller de Locución del Municipio de Vega Alta, quienes añadieron una nueva dimensión a este evento con su participación tan acertada. El Festival concluyó con un reconocimiento a los líderes comunitarios, gente que aporta su talento y su tiempo al servicio de la comunidad de Sabana. La actividad, dedicada este año al Dr. Cedeño, natural de Sabana, fue todo un éxito.



La artesana vegaltería Evelyn Pantoja



Vocalista del Grupo de Merengue La Sensación



Excitante de la Sonora Poncaña con nueva orquesta Mito Colón.



El Kiosco bautizado como los cocineros del Sector Sabana Hoyos



Conjunto Puerto Rico



Luis González y su gran orquesta



Comité organizador del Festival Cultural del Panapen

Fotos por: Miguel Rojas Candelario

CANAL 13
sábado y domingo
a las 7 pm

TELEISLA
domingo a las 9 pm

Muévete
El programa del cooperativismo

Compartirás con
Rubén Morales
y destacados líderes los
beneficios, productos y
servicios del cooperativismo.



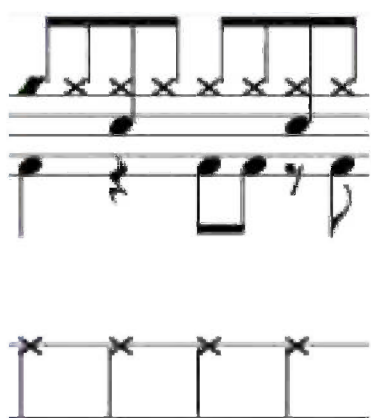
Muévete al cooperativismo

TE OFRECEMOS MÁS EN VEGACOOOP
1-800-561-2667
www.vegacooop.com



VEGACOOOP

¡DE TU LADO SIEMPRE!



LUCIDA LA EXPOSICIÓN: MAESTROS DE LA PERCUSIÓN

POR: MIGUEL ROJAS CANDELARIO

El jueves, 14 de julio los doradeños y todos los que se allegaron a este bello pueblo, enloquecieron sus sensibilidades mientras disfrutaban de la Exposición: Maestros de la Percusión. Este trabajo es producto de la labor de años como reportero gráfico de este servidor (Miguel Rojas Candelario). El tambor, instrumento que une nuestra raza caribeña, tuvo el marco principal del montaje fotográfico que dio vida a este evento.

La Sala de Exposiciones del Plata, Salvador Rivera Cardona, estuvo engalanada por un elenco de 26 fotografías y enmarcadas en madera preciosa wengué. Entre los artistas que fueron tema de las fotos de la exposición estaban Giovanni Hidalgo, Jerry González, Cachete Maldonado, Roberto Rohena, Papiro Allende, Monchito Muñoz y otros. El Director de Asuntos Culturales del Municipio, Manuel Santiago, nos ofreció un saludo, seguido de la invocación a cargo de Jaime Santana. El Hon. Carlos López, Alcalde de Dorado, expresó bellas palabras para los artistas presentes y los ritmos caribeños.

El corte de cinta fue el preámbulo a la presentación de las fotos. Un corto intermedio para el espectáculo de

Sabú Rosario y su Arabian Fantasy, quienes con sus esbeltas bailarinas, revolucionaron con sus bailes exóticos y magistrales, a los presentes. La actividad, organizada magistralmente por la Sra. Aileen Delgado, contó con la presencia de algunos de los homenajeados y motivos de las fotos. El percusionista vegalteño Giovanni Franceschini, trajo sus tambores que permitieron la formación espontánea de un rumbón entre los músicos y el pueblo asistente.

Queda demostrado con esta actividad, que la fotografía nos distingue como pueblo cultural y presenta sin dudas, nuestro sabor caribeño. Imágenes que engalanan nuestras actividades públicas y evidencian el deleite del pueblo por nuestra música caribeña.

Quiero reconocer la aportación del Municipio Autónomo de Dorado, la Administración Municipal de Vega Alta, la Bodega de Méndez, "Quality Photo", "Green Point", "Sun City" y otros auspiciadores de este, nuestro proyecto; pero en especial a VEGACOOOP por su compromiso cultural y su Presidente Ejecutivo, Rubén Morales por su ayuda en todo momento a nuestro trabajo. Sin el respaldo de todos no se podía completar este magno evento cultural.



Hon. Alcalde Carlos A. López Rivera junto a Miguel Rojas Candelario en el corte de cinta.



Integrantes de la agrupación Arabia Fantasy acompañadas por su director y percusionista Sabu Rosado y el alcalde de Dorado Carlos A. López Rivera.



Miguel Rojas junto a algunos de los maestros de la percusión que llegaron hasta la Galería Salvador Rivera Cardona. **DESDE LA IZQUIERDA:** Cachete Maldonado, Pablo Rosario y Sabu Rosado

*“Si no hay rumba,
no hay espectáculo,
así dijeron estos maestros
del tambor quienes
formaron un rumbón.
gracias a
Giovani Francechini,
quién se encargó de traer
los instrumentos para
este vacilón”*



Fotos por: Miguel Rojas Rosado



RECREACIÓN Y DEPORTES VEGA ALTA INFORMA

POR: MANUEL SANTIAGO
Director Recreación y Deporte

El Departamento de Recreación y Deportes de Municipio de Vega Alta anuncia a la comunidad vegalteña sus próximos proyectos a realizarse en los próximos meses y parte de los logros obtenidos en algunas disciplinas del deporte.

ZUMBA

Parque Pasivo Héctor Flores Pantoja
de lunes a viernes de 6:30 p.m. a 7:30 p.m.

A partir del mes de septiembre hemos añadido una nueva sesión de Ejercicios Zumba de lunes a viernes de 6:30 p.m. a 7:30 p.m. en el Parque Pasivo Héctor Flores Pantoja. Este es para personas que trabajan y no pueden participar en la sesión de la mañana, en la Plaza Concepción de Gracia.

VOLEIBOL

Bajura, Cerro Gordo (Parcelas), Monte Rey, La Esperanza, Maricao y la Escuela Maestro Ladí
Martes y jueves y algunos sábados de 6:00 p.m. en adelante

El Grupo ACET está ofreciendo clínicas de Voleibol los martes y jueves y algunos sábados de 6:00 p.m. en adelante. Contamos una matrícula de 250 niños de 7 a 17 años. Las clínicas se ofrecen en las comunidades de Bajura, Cerro Gordo (Parcelas), Monte Rey, La Esperanza, Maricao y la Escuela Maestro Ladí.

FÚTBOL

Club de Fútbol de Vega Alta
lunes a viernes de 6 p.m. en adelante

El Club de Fútbol de Vega Alta está ofreciendo clínicas para niños y jóvenes entre las edades de 7 a 21 años de lunes a viernes de 6 p.m. en adelante. Este deporte cuenta en Vega Alta con una participación a nivel competitivo de unos 275 jóvenes y 8 equipos, con edades de 7 a 21 años de edad.

Baloncesto

Cancha Víctor Marchand

Lunes, miércoles y viernes de 6:00 p.m. a 9:00 p.m.

Hemos iniciado un Programa de Baloncesto en la Cancha Víctor Marchand (Bajo Techo) con clínicas que se ofrecen los lunes, miércoles y viernes de 6:00 p.m. a 9:00 p.m. Actualmente, contamos con 9 equipos con edades que fluctúan entre los 7 a 18 años de edad, todos a nivel competitivo. En los torneos preparatorios en esta disciplina, contamos con participación de unos 300 niños y jóvenes. Un logro significativo ha sido el campeonato obtenido en ABC por nuestro equipo de 5 a 6 años. Señalamos que las jóvenes Nicole E. Quiñones Feliciano y Saily Albaladejo han sido becadas por colegios privadas, dada su aprovechamiento académico y logros en el desarrollo como balancelistas.

LIGAS INFANTILES

El béisbol, deporte practicado por la mayoría de nuestros jóvenes, ha tenido un auge en los últimos tres años. Actualmente tiene una participación de unos 800 jóvenes entre las edades de 5 a 19 años de edad. Vega Alta ha obtenido unos 12 campeonatos en la organización de la American Congress y dos Campeonatos Nacionales y uno Mundial en la Liga USSA.

COMPETENCIAS INTERESCOLARES

Nuestro Departamento de Recreación y Deportes, en unión al Departamento de Educación, ha logrado desarrollar un vigoroso programa de competencias Interescolares con 2 mil participantes en los niveles de escuela Intermedia y Superiores del Distrito Escolar.

PROYECTOS PARA ADULTOS

Mountain Bike, es un ambicioso proyecto, del cual hemos celebrado tres circuitos de competencias. Nuestra intención es internacionalizar éste, con el aval de la Federación de Ciclismo de Puerto Rico. Hasta el presente participan unos 500 corredores en todas las categorías. Este año se inscribieron en este proyecto unos 170 niños, para carreras propias de su edad. El domingo 25 de septiembre, celebramos el primer Tríafo & Dualo en la Playa de Cerro Gordo.





POR: CHEO CARRASQUILLO

Este artículo es dedicado a los miles de fanáticos del béisbol aficionado que han disfrutado este deporte a través de tantos años. Qué mejor que al recordar las décadas del '50 y el '60 cumplimos con el deber de presentarles una excelente figura del béisbol que defendió los colores de Vega Alta, en el béisbol Clase A y Doble AA.

Nació Héctor Flores Pantoja en la calle Teodomiro Ramírez "Las Mercedes", hijo de Don Andrés Flores y Doña Marcela Pantoja. Ese hogar, frecuentado por peloteros de aquella época y

acompañaron dos refuerzos que militaban en el ejército, uno de apellido Peterson, de Saint Thomas y un americano de apellido Pardo; Joe Serrano y Wisín Miranda en la dirección.

Héctor, junto a Tinito Román, "Guarro" Concepción y Escalera Bou, firmaron con el Camuy Arenas Doble AA en 1957 y regresaron a los Maceteros en un cambio por Jesús "Churo" Maysonet en el 1958.

Héctor, con los Maceteros, sufrió una lesión en su brazo de lanzar y pasó a ser entrenador del equipo, dándole fin

PROHIBIDO OLVIDAR *Héctor Flores Pantoja*



DESDE LA IZQUIERDA: Irmo Figueroa, Benjamín Rodríguez, Aristides Dávila, Dr. Miguel A. Arroyo, Gardo Rosado y Doña Marcela Pantoja recibiendo donativo de la fanática para el sepelio.



SEPELIO DE HÉCTOR FLORES PANTOJA

sitio de partida hacia el parque local. Héctor, casado con Doña Mercedes Pabón, padres de Mari, Norma, Cheo, Mayra, Papo, Carmen y Mari, algunos de ellos ya fallecidos.

Laboró en la "PR Rayon Mills", fábrica establecida en Vega Alta. Por años jugó para el equipo Merino Clase A y en el 1955 fue el lanzador estrella logrando el campeonato para Vega Alta junto a Paquito Feliciano, "Guarro" Concepción, Luis Rigual, (Vallecillo) Toñito Fret, Julito Molina, Roberto Rivera, Roberto Candelaria, Tinito Román y Manolo García. A éstos le

a su extraordinaria labor deportiva.

En su paso como pelotero fue un formidable lanzador que se entregaba al equipo en cuerpo y alma; en ocasiones lanzaba el juego de la mañana y a veces relevaba por la tarde. Aparte de ser buen lanzador, gozaba del respeto y el cariño de sus compañeros.

Pero en el 1963, sucedió algo inesperado en un viaje de regreso triunfal de los Maceteros, desde Yabucoa. Héctor no se sintió bien de salud y sufrió un desmayo. Sus compañeros de equipo lo trasladaron al hospital y

***“Desde el pasado
nos llaman las voces
de héroes.”***

Gill Russell

lamentablemente allí falleció. Fue uno de los sepelios más emotivos en Vega Alta, con la participación masiva de su Pueblo, donde muchos de ellos portaban carteles alusivos a los Maceteros Campeones y la participa-

ción de sus compañeros de equipo. Recibió cristiana sepultura el 26 de agosto de 1963.

Héctor, cuando pasamos por el antiguo parque, te recordamos en la goma de lanzar entregado a tus equipos Vega Alta Merino y los Maceteros de Vega Alta.

Nunca es tarde para reconocer nuestros valores vegalteños, 47 años después nos quitamos la gorra y recibes el aplauso de tu fanática.

Gracias a Héctor Flores Pantoja y familia.

TODO CAMBIO

comienza con un CAMBIO...

PRÉSTAMO CONVENCIONAL FHA FIJO 30 años
4.00% interés anual **4.81%** A.P.R.
0 GASTOS de Originación y Descuento

PRÉSTAMO CONVENCIONAL FIJO 15 años
2.75% interés anual **3.50%** A.P.R.

PRÉSTAMO CONVENCIONAL FIJO 30 años
3.38% interés anual **3.88%** A.P.R.

VEGACOOP 1953

VEGACOOP Hipotecariamente MEJOR (787) 915-0030 ó 1-800-36-COOP (2667)

Oficina Central
(787) 883-4360

Sucursal Santa Rita
(787) 883-4311

Sucursal Toa Alta
(787) 870-2232

Sucursal Toa Baja
(787) 794-1095

Sucursal Dorado
(787) 796-1140

Sucursal Ave. Kennedy
(787) 792-6099

Sucursal Bayamón
(787) 798-2525

Todas las ofertas están sujetas a aprobación de crédito. Las ofertas especiales para clientes con puntuación de crédito de 750 en adelante e historial de crédito (0,0,0) cuyo resultado sea approve elegible bajo el programa DU de Fannie Mae. Cantidad de préstamo de \$75,000 a \$417,000. Ofertas de préstamo convencionales hasta un 80% de LTV en compraventa sin seguro hipotecario y para refinanciamientos aplica hasta 60% LTV. Oferta FHA desde \$75,000 hasta el limite establecido para el municipio correspondiente, con un LTV de 85% para refinanciamiento con sobrante, 97.75% para refinanciamiento sin sobrante y 96.5% para compraventa. Este Producto requiere seguro hipotecario FHA (MIP). Ofertas para clientes que originen en o antes del 15 de octubre de 2011 y clirren en o antes del 31 de octubre de 2011. Ciertas restricciones aplican según. Otras ofertas disponibles para otros perfiles de crédito.

