



¿YA PROBASTE ESTA NUEVA CHOCODELICIA?



NUEVO

PVP
PRECIO SUGERIDO
\$800



Cont. Neto / Net Wt. 37 g
Pastel con crema sabor a vainilla, con chocolate de cobertura con leche / Sabor artificial
Layer cake dipped in milk chocolate with flavored vanilla cream filling / Artificial flavor

La Tienda

auténtico vocero de los tenderos

▮ **DÍA DE LA MUJER**
Las mujeres y su gran aporte a la sociedad, pag. 4

▮ **CONSEJOS**
Cuida los electrodomésticos de tu negocio, pag. 5

▮ **DIA DEL AMIGO**
Mi amigo el tendero, pag. 7

▮ **DIA DEL NIÑO**
El poder pedir perdón a los hijos, pag. 8

▮ **DEPORTES**
La revolucionada agenda del fútbol, pag. 11



... Pasatiempos - pag 6.

... Horóscopo - pag. 10

... Clasificados - pag. 11



FUNDA FAST S.A.S

ENTIDAD PARA EL APOYO Y SOLIDARIDAD CON EL TENDERO



EDITORIAL

La participación de la mujer en las tiendas

La actividad comercial desde las tiendas es uno de los mejores ejemplos de la participación femenina en la economía del país.

De las aproximadamente 500.000 tiendas que tiene Colombia, se calcula que el 56% son manejadas por mujeres. De ese porcentaje mayoritario, el 64% son

cabeza de familia. El manejo de la tienda requiere organización, valentía, perseverancia, conocimiento de los clientes y del mercado, intuición para saber en quien confiar y en quien no, calidez; todos estos elementos se dan en abundancia en el espíritu de la mujer.

Se ha demostrado a través de la historia que ella se echa sobre sus hombros la responsabilidad de sacar adelante su familia en los tiempos de adversidad, y al mismo tiempo, se cuida de ser eficiente en la tienda, pues esa es la fuente de recursos para lograr las metas que se propone con sus hijos y el resto de su familia.

Cuando se les pregunta a esas mujeres admirables, que es lo que más les interesa, el 70% destacan la **educación de sus hijos y la vivienda familiar.** Esa es su prioridad, el fin es el éxito de su familia, pero el medio para lograrlo es mantener una tienda rentable,

con buen surtido, limpia y confiable, dando ejemplos de solidaridad con el vecindario, con ese corazón de madre que lleva cada tendera y que lo imprime cada vez que saluda a sus clientes, pregunta por los vecinos, recuerda quien está enfermo, sabe los gustos de cada uno para proveer soluciones y comprende las luchas de cada mujer de su vecindario para lograr, como ella, que todas las familias tengan alimento, educación y progreso.

Por todo eso en estos meses cuando se celebran el día de la mujer y posteriormente el día de los amigos, la tendera merece ese doble homenaje porque ella es el mejor ejemplo de ambos títulos.

Editorial por: Eduardo José Victoria

■ **CONSEJO EDITORIAL**
Isabel Cristina Ocampo S.
Eduardo José Victoria Ruíz
Nelson Care

■ **DISEÑO**
Manchola Agencia
Jose Miguel Rios

■ **GERENCIA Y COMUNIDAD**
Manchola Agencia
Isabela Manchola
Isabela Muñoz

■ **LICENCIA**
002890/1975 Mingobierno

■ **DIRECCIÓN**
Avenida 2CN # 23 AN - 34
B/San Vicente
Cali, Colombia

■ **TELÉFONOS**
(572) 661 4748 - (572) 661 4747
300 770 0008

■ **ESCRÍBANOS**
info@fundafast.com.co
www.fundafast.com.co



¡DÍA DE LA MUJER

Las mujeres y su gran aporte a la sociedad

En los barrios de nuestras ciudades encontramos el mejor ejemplo de que son las mujeres las mejores administradoras de los recursos financieros.

Se estima que el 64 por ciento de las mujeres que administran sus tiendas son madres cabeza de hogar, que han logrado educar a sus hijos y brindarles una buena calidad de vida, lo que las convierte en modelo a seguir para la sociedad.

Mujeres con liderazgo responsable que prestan servicios a su comunidad, liderando sus propios negocios, dejando atrás el estereotipo de mujeres que debían estar pendientes única y exclusivamente a atender los quehaceres del hogar.

La figura de la mujer dependiente del hombre viene desapareciendo desde algunos años, y hoy son empoderadas y luchadoras que con su esfuerzo y dedicación logran metas personales y familiares.

Según el Banco Mundial, en Colombia la tasa de participación de las mujeres en el mercado laboral colombiano es superior al 55%, veinte puntos por encima de la cifra que se registraba al inicio de la década de los 90.

En la vida cotidiana, las encontramos realizando todo tipo de actividades, inclusive algunas que eran catalogadas como exclusivas para hombres. Tal es el caso de las taxistas, conductoras de buses, mecánicas, vigilantes, futbolistas, árbitros deportivos, entre otras.

También se encuentran actividades laborales en las que la gestión de las mujeres representa una mayor eficacia y efectividad con respecto a la de los hombres, como aquellas que se encargan del manejo del talento humano o las farmacéuticas.

La mujer de este siglo se ha convertido en una 'jalonadora' de la economía colombiana y mundial.

Y son varias las características particulares que diferencian a la mujer trabajadora del hombre trabajador, especialmente en la manera como priorizan sus gastos e inversiones.

La mujer empoderada de hoy viene haciendo un aporte valioso a la sociedad colombiana, como impulsar la generación de políticas y programas que apalancen e impulsen el papel de ellas en nuestro país. Esto es clave tanto para mejorar la economía, como para garantizar una gestión más humana y concienzuda. Permitiendo, por ejemplo, que se reduzca la brecha de desempleo entre hombres y mujeres.

He ahí la importancia de la discusión de las brechas salariales que se ha puesto en la mesa durante los últimos años. Si las mujeres utilizan mejor sus salarios, priorizando en su familia y en cosas que benefician a la sociedad en general, ¿por qué la brecha salarial entre hombres y mujeres en Colombia, según el Ministerio de Educación, sigue siendo superior al 10%?

ORTIZ, Daniela. EME de mujer. Reglas básicas para cuidar electrodomésticos [sitio web]. [Consultado: 2 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://us.emedemujer.com/lifestyle/hogar/reglas-basicas-cuidar-electrodomesticos/>



FUNDA FAST S.A.S

ENTIDAD PARA EL APOYO Y SOLIDARIDAD CON EL TENDERO

FUNDAFAST S.A.S. es una Empresa enfocada exclusivamente en el crecimiento personal, familiar, empresarial y en la calidad de vida de los tenderos y colaboradores de la organización. Uno de sus tres pilares fundamentales es el Programa de Financiamiento. Dicho programa busca el fortalecimiento empresarial de la microempresa a través de productos de crédito acordes a las necesidades de capital de trabajo y equipos para el negocio y la unidad familiar.



Los invitamos a que se comuniquen con nosotros para apoyarlos en sus necesidades de financiación.



Cuida los electrodomésticos de tu negocio

Por esta época de apretarse el cinturón y cuidar cada peso es importante hacer un buen uso de nuestros electrodomésticos y aprovechar la energía de manera eficiente, consumir puntualmente lo que se necesita, sin desperdiciar.

A continuación algunas recomendaciones para el uso de estos aparatos electrónicos tanto en tu casa como en tu negocio:

VENTILADOR

Aprovecha la brisa al máximo, enciéndelo solo cuando sea necesario.

Recuerda tener cuidado con los niños. No dejes que metan sus dedos o introduzcan objetos en las aspas.

No lo utilices para secar la ropa. Esto hará que aumente tu consumo de energía.

Para lograr un buen funcionamiento, limpia sus aspas periódicamente.

Los ventiladores de pie consumen menos energía que los de techo.

NEVERA

Procura que no esté muy llena de alimentos.

Debes mantenerla alejada de la luz directa del sol y de la estufa.

No introduzcas alimentos calientes, esto aumenta el consumo de energía.

Evita la acumulación de hielo en el congelador. Ábrela solo cuando sea necesario, ten claro lo que vas a sacar.

Cada tres meses debes limpiar las rejillas del condensador, no cuelgues nada en ellas porque puede generar averías.

Asegúrate de mantener los empaques en buen estado.

Tapa los recipientes que almacenas en ella.

TELEVISOR

Enciende el televisor solo cuando realmente desees ver algún programa.

Mantén bajos los niveles de iluminación en el lugar donde está instalado, así se evitarán los reflejos en la pantalla y ahorrarás energía.

Evita tener televisores encendidos en todas las habitaciones.

COMPUTADOR

Apágalo cuando vayas a ausentarse por más de 30 minutos.

Si vas a hacer una breve pausa, puedes apagar solo la pantalla.

BOMBILLAS

Utiliza bombillas ahorradoras o led.

El polvo disminuye la luminosidad. Límpialas a menudo.

Mientras tengas luz solar no las enciendas.

Mantén siempre en buen estado los interruptores de la luz.

Utiliza solo las necesarias, ilumina las áreas al aire libre con lámparas de bajo consumo y apágalas cuando salgas de casa.

Pinta tu casa con colores claros, estos favorecen la iluminación.

ELECTRODOMÉSTICOS "VAMPIRO"

Los aparatos apagados pero no desenchufados son responsables del 5% al 10% del total de la electricidad consumida en la mayoría de los hogares, oficinas, comercios y fábricas. Por eso, desenchufa los electrodomésticos que habitualmente no usas y así ahorrarás energía. Igualmente es necesario seguir las siguientes recomendaciones a nivel general.

- **Leer los manuales:** Todo electrodoméstico trae su respectivo manual, más que un papel reglamentario es indispensable que sea leído. Las indicaciones que especifica en su interior es la información que debes conocer para que dure el producto por los años que lo tengas.
- **Proteger de picos de voltaje:** La electricidad puede ocasionar daños si su flujo es inconstante. Toma en cuenta cuál es el voltaje que necesita el electrodoméstico para que funcione con precisión. Es recomendable que adquieras un protector de electricidad.
- **Hacer mantenimiento por temporadas:** Todo electrodoméstico tiene un ciclo de vida establecido, sin embargo, con el trato adecuado puede sorprenderte el tiempo que puede permanecer funcionando. Para esto, hazle servicio por temporadas en lugares especializados.
- **Limpiarlos regularmente:** Con cada uso el producto puede perder sus atributos, una limpieza contribuye con la conservación del electrodoméstico. Toma en cuenta cuáles áreas puedes limpiar, también considera cuál es el método de aseo conveniente.

CELSIA. Recomendaciones para el buen uso de los electrodomésticos [sitio web].

Medellín; [Consultado: 2 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://blog.celsia.com/new/buen-uso-de-electrodomesticos-en-el-hogar/>

ORTIZ, Daniela. EME de mujer. Reglas básicas para cuidar electrodomésticos [sitio web].

[Consultado: 2 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://us.emedemujer.com/lifestyle/hogar/reglas-basicas-cuidar-electrodomesticos/>



¡LA KOLA QUE TE DA MÁS VARIEDAD DE VITAMINAS Y MINERALES*

Kola Granulada MK

Fórmula Avanzada Biotina, Zinc y Fibra* 12 Vitaminas y 4 Minerales

ESTE PRODUCTO ES UN SUPLEMENTO DIETARIO. NO ES UN MEDICAMENTO Y NO SUPLE UNA ALIMENTACIÓN BALANCEADA. REG. SAN. INVIMA SD2011-0002009. *TENIENDO EN CUENTA QUE EL PRIMER COMPETIDOR TIENE 11 VITAMINAS Y 3 MINERALES Y EL SEGUNDO TIENE 12 VITAMINAS Y 3 MINERALES.

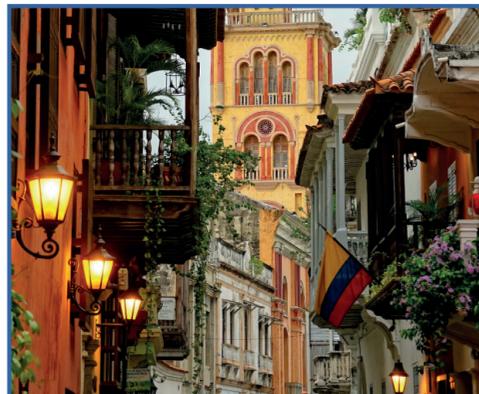
PASATIEMPOS

8	6	4	1	3	7
7	1	6	3	5	4
5	3	8	7	2	9
2	8	3	9	7	5
6	9	2	4	1	8
1	2	9	5	4	6

6	4	7	3	8	5
3	8	5	9	7	1
1	3	9	2	4	6
5	2	1	6	3	9
4	9	2	7	5	8
2	1	8	4	6	7

SOPA DE LETRAS GEMELA

Te proponemos un desafío diferente, una sopa de letras doble, la gracia es encontrar todas las palabras en las dos sopas de letras.



A C O N P H Y J B D G Y A R H B C A F
S D Q F R A N C I A S E T G V C S I R
P O R T U G A L Y H U E C V T T S A A
L D Z C T H H R A W X C B H Y F A Z N
C H Y F U A E L M J A U V T E C V B J
O U A L E M A N I A T A Z C I O M P M
L E C U A C Q F E S P A Ñ A U L K J E
O E A D L Z C V M C U O O A N L A Q X
M Y E H G F D S Q A H R Y U M O P L I
B X R V T Y Y I N A H G F B A S D F C
I E C U A D O R D D F L A M I A D O
A O P G H J K F A S A Z P E R U N H N

A C O L O M B I A D G Y A R H B C A G D
S D Q Z C T Y U I B F R A N C I A N R A
P V X S W T Y P E R U D C V T T S A G I
O D Z C B H H R A W X V B H E F A Z X H
R Y F C A E S P A Ñ A T V T C C V B A Ñ
T U M D G H F D T L R T B Z U I O M P B
U E C A U G A Q F V E P M N A L K J Y C
G E A Z D X Z C V Y C U I O D Ñ L A Q W
A Y H D G F D S Q A H R Y U O S P Z Ñ K
L M E X I C O U I N A H G F R A S D F V
W E R J T Y J H G I D A L E M A N I A X
T Y K F P G H J K F A S A Z X C V B N H



LUGARES DEL MUNDO POR CONOCER: Colombia, Ecuador, Perú, México España, Francia, Alemania, Portugal.



SUDOKU

Sudoku se juega en una cuadrícula de 9 x 9 espacios. Dentro de cada espacio hay 9 "cuadrados" más pequeños. Cada espacio debe completarse con los números del 1 al 9, sin repetir ningún número dentro de ese mismo espacio o ninguno de los que estén arriba, abajo o a los lados.

7 DIFERENCIAS

Encuentra las 7 diferencias en las dos imágenes de la derecha, recuerda que pueden ser formas, colores u objetos que falten en una imagen o la otra.

MI AMIGO EL TENDERO

Día del amigo

A propósito del Día del Amigo desde La Tienda queremos mandarles un cariñoso saludo a todos ustedes los tenderos del país, y es que ustedes han sido la mejor definición de un gran amigo.

Durante la pandemia hicieron parte de un renglón muy importante de la economía que permitió que el dinero siguiera circulando en nuestro territorio, fueron personas que no nos dejaron solos, estuvieron a nuestro lado entregándonos soluciones para nuestras necesidades básicas. Esta fecha ha sido institucionalizada en 2012 cada tercer sábado de marzo gracias a una iniciativa de la Asamblea General de Naciones Unidas. Según una encuesta del Centro Nacional de Consultoría, el 71% de las personas celebran el Día del Amor y la Amistad con sus parejas, dejando en el aire el homenaje a la firmeza de los amigos. Debido a eso, y siguiendo las sugerencias hechas por las Naciones Unidas, los países miembros decidieron escoger un día del año para dedicarlo a celebrar la amistad.

No hay nada más cercano a un gran amigo que las personas que están detrás del mostrador de la tienda que más visitamos, aquellos que a pesar de la tempestad en la que vivíamos no dejaron de prestar un servicio adecuado ofreciendo productos de calidad y a precios justos.

¿Cómo mantener un buen amigo?

A continuación 4 consejos que te ayudarán a mantener una buena amistad y mantener más que clientes unos buenos amigos.

1. Sé honesto con tus amistades

La honestidad debe ser una norma entre tú y tus amistades y es que ser honestos implica ser íntegros y transparentes, mantener precios justos, ofrecer productos que no se encuentren vencidos o que tú sepas que no son suficientemente buenos. Recuerda que la deshonestidad conlleva a malos entendidos, tarde o temprano una mentira, un engaño.

2. Sé consciente de las diferencias

Una buena amistad no tiene que ver con estar de acuerdo siempre, es así como la amistad no se construye únicamente sobre la base de las similitudes y muchas veces debes reconocer que en situaciones habrá desacuerdos, opiniones distintas, perspectivas y hasta expectativas diferentes. En nuestro trabajo diario de estar escuchando a tantas personas que nos visitan con frecuencia escucharemos muchos comentarios o puntos de vista con los que estaremos de acuerdo y otros tantos que no, lo importante es aceptarlos todos y entender que cada punto de vista es muy respetable.

3. Preocúpate por tus amigos

Parecerá obvio este consejo, sin embargo, hay que tenerlo en cuenta siempre. A veces las rutinas diarias nos hacen olvidar a nuestros amigos y es por eso que la preocupación por ellos debe convertirse en parte de tu propia rutina. Saca tiempo para expresar tu preocupación. Llámalos con frecuencia, cuando regresen a tu negocio saludalos con mucha energía y hazles saber que hicieron falta, no olvides, la amistad se mantiene cuando se esté presente incluso a la distancia, cuando se apoya tanto en los buenos momentos como en los malos. Así que no descuides a tus amigos.

4. No rompas el pacto de confidencialidad

Ser amigos es ser confidentes. Cuando compartes un secreto con tus amigos, esperas confidencialidad, de igual forma debes ser confidente, no compartas aquello que no te corresponde compartir, aprende a tener límites y no pondrás en riesgo la amistad. Gracias a nuestro trabajo diario muchas personas vienen a contarnos temas muy personales, íntimos y en algunas ocasiones muy delicados, así que no caigas en la tentación de dejar escapar las confidencias, la amistad es duradera cuando mostramos esta clase de respeto, porque es una señal de que realmente valoramos la amistad del otro.

TERAPIFY: 5 consejos para mantener una buena amistad [en línea]. [Consultado: 3 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://www.terapify.com/blog/5-consejospara-mantener-una-buena-amistad/>

Pag. 7

Nuevo

Yogurt POPS

Dulce con Yogurt Natural en Polvo

Yogurita
Yogurt POPS
Con Yogurt Sabor a Fresa

Yogurita
Yogurt POPS
Con Yogurt Sabor a Mora

son toda una Fiesta

Encuétralos en Fresa y Mora



DÍA DEL NIÑO

El poder pedir perdón a los hijos

En estos momentos donde sentimos que el tiempo vuela, que no contamos con los suficientes recursos y que por más esfuerzos que hagamos el tiempo no alcanza para hacer todo lo que planeamos en el día.

A esa sensación, se le suma el cambio abrupto de tener a nuestros hijos en casa la mayor parte del tiempo. **Ya no hay colegios ni jardines que nos permitan tener ese tan anhelado respiro.**

Gracias a todos estos cambios que trajo consigo la pandemia y al aumento del tiempo que pasamos en el trabajo, llega consigo la culpa de no pasar suficiente tiempo con nuestros niños y de cometer errores con ellos, aún con más frecuencia que antes. Es por eso que me surge la pregunta de **¿Alguna vez has pensado en que tan importante puede llegar a ser pedir perdón a los niños y qué tanto esto afectaría tu ego?** Hemos escuchando en repetidas ocasiones “A los niños no se les pide perdón; Si lo haces entonces pierdes la autoridad”.

Cada vez es más y más frecuente encontrar madres y padres abrumados, llenos de culpa por su modelo de crianza. Con la mirada cabizbaja y llena de tristeza preguntándose **¿y ahora qué hago?:**

- Dejé a mi bebé llorando largos periodos de tiempo porque creía que lo iba a malcriar si lo consolaba.
- Ignoré la pataleta, rabieta o berrinche, mostrándome molesta y diciéndole “hasta que no estés feliz no hablo contigo”.
- Acudí a pantallas digitales para distraerlos y mantenerlos quietos.
- Apliqué castigo físico, gritos, amenazas, tiempo fuera o castigos.
- Censuré su expresión emocional, diciéndole “no seas miedoso”, “no es para tanto”, “dejar de quejarte” “deja el drama”.

Si te sentiste identificado con alguna de las frases, hiciste una o todas las acciones anteriores, la relación con tu hijo no está condenada para siempre, y como en toda relación humana, tenemos la posibilidad de empezar de nuevo. No es tarde para reparar, pero la reparación implica un esfuerzo consciente llevado a la acción: **PEDIR PERDÓN.**

Aunque para algunos adultos esto resulta una obviedad, para la gran mayoría no. ¿Pedirle perdón a un niño? ¿Desde cuándo los pájaros disparándole a las escopetas? Aun se tiene arraigada la idea de que un padre jamás debe dar el brazo a torcer. Es decir, no importa el error, un padre jamás pide perdón o admite que se equivocó. Dignidad, orgullo y autoridad mezclados en una pócima tóxica que solo deja la relación fragmentada y la herida abierta.

La realidad es que como padres y educadores nos equivocamos ¡y mucho! “Es imposible desarrollarnos siempre al máximo nivel. A veces somos inmaduros, reactivos y crueles” Daniel Siguel.

Entonces, disciplina es sobretodo aprender a pedir perdón. ¡Sí! Por mucho que le incomode al ego adulto. Eso no significa que perderemos el respeto de nuestros hijos; eso no significa que jamás seremos tomados en serio otra vez. Pedirle perdón a nuestros bebés, niños y adolescentes es la máxima enseñanza de humildad, introspección y corrección. Es “estar dispuesto a ser para ellos un modelo de conducta que reconoce sus errores” Daniel Siguel.

El acto de pedir perdón debe ser verbal, explícito y genuino. Debe referirse al acto, conducta o reacción específica del padre, y debe reconocer y validar el impacto que tuvo en el hijo. Va mucho más allá de simplemente decir: “Lo siento” entre dientes. Es en realidad una apuesta por reflexionar, reconocer y disculparnos. Entonces, ahora que lo sabes, busca un espacio tranquilo para tener esta conversación con tu hijo. Y recuerda: aun cuando él o ella estén muy pequeños y no hablen, debemos hacerlo en voz alta, con claridad, pues siempre entienden y perciben todo a su alrededor.

La invitación es entonces a reparar, no importa si ya pasó mucho tiempo, no importa si nos sentimos incómodos o tenemos resistencia, nunca es tarde para decir: “Lo siento hijo, me equivoqué”. Hagamos la reparación, pedir perdón y los rituales amorosos parte de la rutina diaria.

No seremos ni pretendemos ser padres perfectos, pero con humildad y apertura podremos ser los padres que nuestros hijos necesitan: padres capaces de reconocer sus errores, reparar la relación y priorizar el amor antes que el orgullo.

MOLINA, Manuela. Mindheart. El poder detrás de “Perdóname hijo” [Consultado: 2 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://www.mindheart.co/post/el-poder-detras-de-perdame-hijo>





**Distritiendas
de Colombia S.A.**

Te ayudamos a surtir tu tienda con
los mejores precios y promociones
de nuestros proveedores líderes.

FRESPAN

P&G



Kellogg's



ADAMS

Solla
Nutrición Animal



Brinsa

Colombina
El sabor es infinito



PURINA

SANOFI



**Mondelēz
International**



**Grupo
famijia**

**Panela
LA PALESTINA**

hv harinera del valle



Tenemos la solución en precio, calidad,
surtido y financiación.

Pregúntale a tu asesor

Carrera 32A # 10 - 220 Acopi/Yumbo
313 750 0927 - 313 596 44 50
www.distritiendasdecolombia.com

HORÓSCOPO



ACUARIO Enero 20 - Febrero 19

Tu pareja puede pedirte aclarar intenciones para el futuro. Posibilidad fácil de incrementar tu dinero con un trabajo extra. Pon lo pies en la tierra y cíñete a un plan previsto en tu economía. Cuídate de alguna dolencia en la zona de los riñones. Días del mes con suerte: 5, 28, 30.



PISCIS Febrero 20 - Marzo 20

En el dinero, tendrás que ejercer el arte de dosificar tus recursos cada fin de semana. Confía en tus posibilidades y esfuérzate en el trabajo actual de calidad. Según las predicciones de tu signo, propensión a las afecciones respiratorias. Días del mes con suerte: 2, 11, 13.



ARIES Marzo 21 - Abril 20

En el amor, a la vista un posible romance, aunque con problemas. El dinero es importante, pero no abandones otros asuntos por él. Cuida tus relaciones con compañeros en el trabajo, puede acercarse un mal entendido. Los astros amenazan jaquecas. Días del mes con suerte: 1, 3, 10.



TAURO Abril 21 - Mayo 20

Es hora de ceder en el conflicto con tu pareja; no la trates como un/a brujo/a. No te lances al vacío a la hora de aceptar nuevas ofertas de trabajo. Ayuda al corazón con suave y periódico ejercicio. Días del mes con suerte: 2, 5, 9.



GÉMINIS Mayo 21 - Junio 21

Intenta controlar esa tendencia a los cambios en el amor. Los consejos de personas cercanas a ti pueden perjudicar involuntariamente tus ingresos. Salud estable resto de invierno. Días del mes con suerte: 4, 7, 8.



CÁNCER Junio 22 - Julio 22

Periodo romántico de armonía sentimental corto. Necesitarás aclarar una situación económica familiar y los hijos. Aquello en lo que tanto empeño has puesto con el trabajo efectivo podrás alcanzarlo en breve. Días del mes con suerte: 6, 9, 12.



LEO Julio 23 - Agosto 23

En el amor, no dudes en pedir opinión eficaz a personas de confianza. Controla y presta atención a los gastos cada semana. Comparte tus enfoques del trabajo con tus compañeros y familia. Haz un esfuerzo avanzado para que tus nervios no te dominen. Días del mes con suerte: 11, 13, 15.



VIRGO Agosto 24 - Septiembre 23

Buena suerte; posibilidades de éxito a los solteros. No olvides el ayer, cuidado con las venganzas laborales de hoy; utiliza tu capacidad de análisis. Previsión de enfriamiento muscular, quizás en la zona lumbar. Días del mes con suerte: 14, 16, 17.



LIBRA Septiembre 24 - Octubre 23

No gastes el dinero que obtienes de los demás con tanta ligereza. El trabajo monótono no va con tu personalidad puedes aventurar cierto riesgo para vacaciones. Periodo de equilibrio actualizado entre cuerpo y mente. Días del mes con suerte: 20, 23, 25.



ESCORPIO Octubre 24 - Noviembre 22

Cuidado en las parejas con los problemas con el ser amado, pueden surgir por una tontería. Predicción de altibajos en la economía. Se acercan discusiones de trabajo. Escasas amenazas contra la salud. Días del mes con suerte: 18, 21, 24.



SAGITARIO Noviembre 23 - Diciembre 20

Acierta, aprovechando la buena predisposición de la astrología para enamorar a la persona elegida. Aprovecha tu buen estado de ánimo para la práctica de ejercicio. Días del mes con suerte: 19, 22, 26.



CAPRICORNIO Diciembre 21 - Enero 19

En el amor, el consejo de un amigo puede venirte bien. Algún percance imprevisto te ocasionará ciertos gastos. No desprecies el trabajo auténtico bien hecho, todo influye. No te dejes llevar por el pesimismo en este mes. Días del mes con suerte: 27, 29, 31.



¡USA REFISAL ALTA PUREZA!
**Blanquita, Suelta y con
 el más alto Nivel de Pureza.**

LA MÁXIMA PUREZA PARA EL MEJOR SABOR



DEPORTES

La revolucionada agenda del fútbol

El coronavirus continúa cambiando los planes del fútbol a nivel mundial.

Es así como la Confederación Sudamericana de Fútbol confirmó la suspensión de los dos partidos para la Eliminatoria que se iban a disputar a finales del mes de marzo y que tenían como componente importante el debut de Reinaldo Rueda al frente de la Selección Colombia para el partido contra Brasil por la quinta fecha del torneo que de las clasificatorias al Mundial Catar 2022.

La Conmebol tuvo que tomar esta drástica decisión ante la fuerte presión de varios clubes europeos especialmente de Inglaterra, España y Alemania, quienes anunciaron que por ningún motivo iban a prestar a los jugadores que actúan en sus países, de acuerdo a las drásticas medidas de confinamiento que han sido implementadas por la mayoría de estos países.

El anuncio de la nueva fecha, para los partidos que se iban a disputar en marzo, se realizará en los próximos días, no será fácil encontrar espacios para cuadrar en el calendario estos dos encuentros y probablemente esto conlleva a tener encuentros de a tres partidos y no de dos como se venía realizando hasta hoy. De igual forma también se tiene la posibilidad de que los encuentros de la quinta y sexta jornada se realicen en el mes de junio antes de que arranque la Copa América de Colombia y Argentina.

Por otro lado la Selección Colombia estaría muy cerca de jugar un partido amistoso contra Ecuador en la próxima fecha FIFA. Según se conoció en la prensa de dicho país, la intención de la Federación Ecuatoriana de Fútbol es llegar a un acuerdo con la FCF para que se dispute el compromiso, aprovechando que no se jugarán las dos jornadas de Eliminatorias.

Las fechas tentativas de dicho partido serían entre el 26 y 30 de marzo próximo. Los próximos días serán claves para confirmar esta información por parte de los entes oficiales.

Es importante recordar que nuestra Selección se encuentra en la séptima posición con 4 puntos en cuatro partidos jugados y una diferencia de gol de cero. El balance es de una victoria, un empate y dos derrotas.

LA COPA AMÉRICA

La famosa Copa América también entrega algunos cambios por las consecuencias que ha traído los picos de pandemia del coronavirus en el mundo entero, es así como Australia y Qatar se retiraron de este certamen suramericano, reduciendo el número de encuentros que se disputará en la fase de grupos.

La Confederación Sudamericana de Fútbol dice al respecto que la Copa será de la misma manera y con los 10 de siempre, con este nuevo panorama, las únicas cancelaciones que se presentarán serán las presentaciones que tenían los equipos que se retiraron en los grupos A y B. La Confederación tiene como objetivo que para este evento cada estadio cuente con al menos el 30% del público, sin embargo, debemos esperar como sigue el desarrollo de la pandemia y las normas que establezca cada país.

LA SELECCIÓN FEMENINA

La Federación Colombiana de Fútbol anunció que la Selección femenina de fútbol disputará dos partidos que se jugarán en Quito el 10 y el 13 de abril. Estos encuentros serán una excelente oportunidad para preparar el equipo femenino a la clasificación del Mundial femenino que se celebrará en 2023 en Australia y Oceanía. El primer encuentro se jugará el 10 de abril y el segundo se realizará tres días después, el 13 del mismo mes.

Es importante recordar que en enero del presente año la selección de Colombia femenina disputó dos partidos contra su par de Estados Unidos en Orlando. En ambos partidos el equipo nacional fue ampliamente superado por las actuales campeonas del mundo por resultados de 4-0 y 6-0.

Los dos partidos contra Ecuador serán la segunda oportunidad que tendrá el entrenador Nelson Abadía de reunir a las futbolistas de la selección colombiana, después de la imposibilidad de convocarlas durante todo el 2020 por la pandemia del Coronavirus.

CLASIFICADOS

Se vende: Computador de mesa Lenovo completo con 8 meses de uso, \$650.000.

Interesados: 3012791299.

¿Tus tatuajes han perdido color? Existe Mousse Cream Protege tu piel y tus tatuajes con nuestro Mousse Cream, activador de pigmentos, humectante y estimulador de la cicatrización, con vitamina E y rápida absorción.

Interesados: 3012543399.

Se vende: Caminadora Trotadora Residencial con 3 meses de uso.

Interesados: 3012543399.



Recuerda siempre usar el tapabocas cuando atiendas a un cliente

FRESPAN

**SEÑOR TENDERO COMPRE FRESPAN
MENOR PRECIO MAYOR GANANCIA**

Pregúntele a su asesor de Distritiendas

PBX: (57)(2) 654 0388



NUEVO FRUTTO NARANJA

**SEGURO
SON
BUENOS
DÍAS**

**PORQUE EL DÍA COMIENZA
MEJOR CON UN VERDADERO
JUGO DE NARANJA.**



Una porción (200 ml) aporta:

Energía	Grasa Total	Grasa Saturada	Azúcares	Sodio
70 kcal	0g	0g	15g	0mg
4%	0%	0%	**	0%

Del porcentaje de valor diario recomendado.
* No existe Valor Diario de Referencia

**JUGO DE NARANJA
CONT. NETO 1000 ml**



100% NATURAL

**100% JUGO DE NARANJA
EXCELENTE FUENTE DE VITAMINA C
SIN CONSERVANTES**

SEGUROS DE LO QUE SOMOS