



Imagen: Chicas y Chicos Dorad@s

En esta edición, queremos hacer un reconocimiento especial a las “Gestoras Sociales”, los líderes de barrio, de comunidades, aquellos que ejercen el civismo, el trabajo social y se entregan muchas veces sin esperar nada a cambio por sus semejantes. En el mundo, siempre encontraremos héroes anónimos que sueñan con un mejor mañana.

## Manizales, si bien afronta problemas de financiación en programas de impacto social, “tiene dolientes”.

El caso de la capital caldense es solo uno de los tantos problemas que se presenta en el territorio colombiano; esto, considerando que algunos recursos destinados a complementar la calidad de vida de niños, jóvenes y adultos, “se quedan cortos”, o talvez se carece de “buenos políticos”, aquellos que abogan por la consecución y acertada destinación del presupuesto, entonces, tras las limitaciones, aparecen líderes sociales

## El Centrosur Caldense, busca integrar los municipios de Manizales, Chinchiná, Palestina, Neira y Villamaría.

Esto, basado en instrumentos normativos y legales que darán pie a la planificación de territorios conjunto que potencien el desarrollo de sus habitantes basado en un aprovechamiento colectivo bajo un sueño que venía gestándose desde hace varios años. Seguramente, si todo sale bien, será un impacto para cerca de 613 mil personas que habitan la zona.

## Economía, Política y Sociedad.

Los presupuestos públicos son muy importantes en el contexto de los escenarios regionales siempre y cuando, exista control político, público y ciudadano sobre el aprovechamiento de los recursos públicos. Durante la presente entrega, podremos encontrar fuentes de financiación estatal para educación de carácter superior en diferentes municipios del país como una apuesta hacia el conocimiento; también, veremos un significativo incremento en los recursos financieros que serán destinados desde la capital caldense

## Noticias, Actualidad, Entretenimiento

¿Lo  
Leíste?  
¡Rótalo!



**¡Invitación abierta! Para que el próximo 26 de noviembre 2023, digamos SÍ al Área Metropolitana de Caldas**

## SÍNTESIS NACIONAL

### Colombia y su realismo Mágico.

2. Política de Protección al Adulto Mayor
3. Grupos: “Vuelvo a Vivir”, “Chic@s Dorad@s”
4. Juegos Mentales/Humor. Crucipensante
5. Civismo en Manizales. Un Nuevo Barandal
6. Archivos de la JEP. Denuncia Acoso Sexual
7. **Expreso 6:30 CAFÉ.** El Mundo en Segundos/ Local/ Dulce de Papaya
8. Juegos Mentales II. Sudoku, Diferencias
9. Deporte, Estilo de vida, Salud, Moda. Pilates
10. Ciencia, Salud, Tecnología, Arte y Cultura
11. Área Metropolitana Centrosur para Caldas
12. Comentario, Invitado. Equipo **6:30 CAFÉ**

**FABRICACIÓN E INSTALACIÓN DE  
ASCENSORES Y PUERTAS ELÉCTRICAS.**

**LEVMAN**  
MANTENIMIENTO A DETALLE

[www.levman.com.co](http://www.levman.com.co)

**321 559 92 24**

**CESCA**

**COOPERATIVA DE AHORRO Y CRÉDITO**

**OFICINA PRINCIPAL - MANIZALES**

**Calle 28 No. 19 - 32**

**Tel: (6) 884 4441 - [www.cesca.coop](http://www.cesca.coop)**

**ENCUENTRANOS EN:**

**Villamaría, Chinchiná, Neira, Salamina  
Aguadas, Pereira, La Dorada, Ríosucio  
Anserma, Manzanares, Pensilvania.**





“No te niegues hacer el bien a quien es debido, cuando tuvieres poder para hacerlo” (Proverbios 3:27)

## MEDIDAS DE PROTECCIÓN AL ADULTO MAYOR Y EL “COLOMBIANO DE ORO”

Por: Equipo 6:30 CAFÉ

Existen países donde “las normas son pocas y las acciones son muchas; en otros, las acciones son muchas y las normas son pocas” ... En Colombia, existen instrumentos de carácter legal amparados bajo la Constitución Política, esas que bien podríamos pensar, son la solución a todas las necesidades de nuestros territorios siempre y cuando haya voluntad, existan los presupuestos y se direccionen de la manera correcta; no obstante, en el caso de nuestros adultos mayores, ellos entran a demandar una serie de atenciones y derechos que, en la mayoría de casos, se incumplen.

En nuestro país, es considerado adulto mayor, toda persona a partir de 60 años de edad, quienes, según el Ministerio de Salud y Protección Social, son sujetos de derecho, socialmente activos, con garantías y responsabilidades respecto de sí mismas, su familia y su sociedad.

De igual manera, existen instrumentos como las Leyes 1091 del 2006 (Colombiano de Oro) y 1850 del 2017 (por medio de la cual se establecen medidas de protección al adulto mayor) de las cuales hablaremos.

## DENTRO DE UN PARALELO NORMATIVO, VEMOS POCA APLICACIÓN DE LA LEY



Imagen: Grupo Vuelvo a Vivir (Cecilia Grajales)

Con respecto a la **1091 del 2006 (Colombiano de Oro)**, esta consta de 14 artículos, un documento tan breve que tan solo abarca tres páginas de extensión en donde se menciona la importancia de reconocer a los mayores de 65 años quienes previa acreditación ante la Registraduría Nacional del estado Civil, obtendrán una tarjeta a fin reconocer atención preferencial, tarifas y descuentos especiales a nuestros adultos mayores.

**24 de noviembre “Día del Colombiano de Oro”**. Se acerca una fecha que debería de ser bastante especial, esto, considerando que es el reconocimiento a quienes han dedicado gran parte de su vida a la construcción de país, de una sociedad que, si bien, aun no disminuye la brecha de la desigualdad como quisiéramos, ha sido construida gracias al esfuerzo y tesón de nuestros antepasados.

Ahora bien, basta con preguntar a “nuestros viejos con experiencia”, cuantas veces han sido homenajeados o se han beneficiado de las actividades promovidas desde el sector público y privado o, si en verdad saben que existe una fecha de reconocimiento como la aquí mencionada. Pues Departamentos, Distritos y Municipios, juegan un papel muy importante.

## “Si Aplicáramos la Ley, Tendríamos un Verdadero Impacto”

Alrededor del mundo, se viven situaciones similares con respecto a la tecnología, información y comunicaciones. Siendo importante el acercamiento brindado gracias a nuestros dispositivos móviles, también hemos visto cómo se distancian las familias y como un hecho generalizado, la soledad y falta de interacción se ha tomado los hogares.



De paseo

Por lo aquí mencionado, debemos darle valor a la aplicación de las leyes en donde incluso, se obliga a los departamentos, distritos y municipios a la promoción, participación, recreación e integración social para los beneficiarios de programas como el “Colombiano de Oro”, bajo la coordinación del Ministerio de la Protección Social.

Si esto se complementa con otros elementos importantes a la hora de definir los presupuestos de carácter social, seguro notaremos el impacto y armonía en nuestras comunidades.

**La Participación Ciudadana es un eje esencial para la transformación social (CACG)**



¡Descubre nuestros acumulados en

# EL POZO MILLONARIO

Visita:

[aladinosalasdejuegos.com](http://aladinosalasdejuegos.com)

¡Tus premios TE ESPERAN!

**Aladino**  
Salas de juegos

**REFRIGERAR**  
Refrigeración Industrial y Comercial  
¡Refrigeración a su medida!

Fabrica de equipos de refrigeración  
Autoservicios para Lacteos  
Autoservicios para Fruver  
Cuartos Fríos  
Neveras Verticales  
Vitrinas para Carnicería  
vidrio curvo y plano  
Congeladores  
Botelleros  
Servicio Técnico  
Mantenimiento

310 394 58 89  
Cra 27#18-35





## LEY 1850 DEL 2017 (PROTECCIÓN AL ADULTO MAYOR Y PENALIZACIÓN DEL MALTRATO INTRAFAMILIAR POR ABANDONO)

También se trata de un documento relativamente corto considerando que son aproximadamente 8 páginas en donde pueden hallarse 18 artículos que van desde la formulación de; planes, proyectos, redes de apoyo, protección en materia nutricional, de salud física, psicológica, rutas de atención, educación del autocuidado, una vejez con calidad, digna, responsables de las acciones desplegadas, medios de financiación, construcción, adquisición y mantenimiento de instalaciones, entre muchas otras.

Si estudiamos con atención las herramientas en materia legal, podemos decir que tenemos un abanico de posibilidades a nivel de normas, pero quedamos en deuda cuando a nivel periodístico visitamos comunidades vulnerables y preguntamos sobre la oferta de programas a la comunidad por parte del Estado en donde algunos desconocen o poco se benefician de esto.

Además, como bien puede apreciarse a nivel documental, más allá de leyes, hace falta efectiva aplicación de las mismas y acertada destinación de recursos para programas con impacto dentro del ámbito cultural en todas sus expresiones.

## ¡VUELVO A VIVIR!

Se trata de un alegre y entusiasta grupo de alrededor de 45 personas que se reúnen cada semana entre los barrios Peralonso y Fanny González con el ánimo de compartir entorno al deporte, la recreación, el juego y las conversaciones entre todos sus integrantes, quienes también se autodenominan como “adultos adolescentes”, que buscan mejorar sus condiciones, creatividad y calidad de vida.

Por ello, a través de reportajes remitidos a **6:30 CAFÉ**, se decidió narrar un poco sobre los avances gracias al aporte de ciudadanos quienes de manera desinteresada, hacen esto posible, pero en especial, reconocer a la primera gestora y coordinadora de grupo, Cecilia Grajales, quien desde hace más de ocho años, viene adelantando una labor admirable; esto, considerando que coordina cada una de las acciones a ser desarrolladas y aprovecha las zonas comunes de los barrios en mención, pero también, a falta de espacio municipal, ella presta su vivienda, desde donde manifiesta la entrega y el amor por lo que hace.

## ALGUNAS PETICIONES DESDE “VUELVO A VIVIR”

Al carecer de infraestructura y espacios físicos, se recomienda analizar la posibilidad de intervenir de manera inteligente el espacio que existe en el antiguo “Mercado Libre”, pues las Juntas de Acción Comunal de los dos barrios antes mencionados, no poseen lugar equidistante donde adelantar actividades con la particularidad, en que hablamos de territorios con más de 30 años de existencia e incluso, la única iglesia construida en esterilla, está en malas condiciones.



## VUELVO A VIVIR, SUS SÍMBOLOS. HIMNO Y ESCUDO

Doña Cecilia Grajales, siendo una mujer muy inquieta en el tema social, habla sobre la base e inspiración para escribir una canción que los identificará como grupo.

Es ahí cuando un sol que representa la alegría, el color, la sonrisa, las emociones, la creatividad para quienes tienen un espacio donde “vuelven a vivir” y disfrutar de la vida, sirvió de base para adaptar la canción “Vuelvo a Vivir, Vuelvo a Cantar”, del artista Sabú. La invitación es valorar estos seres de sabiduría, de felicidad, de virtudes y que aportan a sus familias y comunidades.

A continuación, la letra adaptada para el **Himno del grupo “Vuelvo a Vivir”**:

“Vuelvo a vivir vuelvo a cantar, vuelvo a cantar, porque este grupo es el mejor, es el mejor, muchachos vamos todos a crear, cantar bailar y sonreír... Hay que vivir, la vida gozar, amar y sentir en cada amanecer y tomados de las manos, unidos con amor” ...

**Dijo “Dorita”**, una de las integrantes del grupo, además de ser la Reina de los Centros Día en Manizales: “Nosotras encantadas con nuestras compañeras tan queridas, tan atentas, muy orgullosas de hacer parte de un grupo donde hay personas que cantan, bailan, declaman y mucho más porque este grupo tiene vida”.

Finalmente, el grupo carece de un espacio físico, infraestructura y también se preocupan por no poder construir un buen templo ya que al parecer, hay un problema de escrituras públicas.

## LAS CHICAS Y CHICOS DORAD@S

Las Chicas y Chicos Dorad@s, son otro grupo de casualmente, otras 45 personas que comparten en la Comuna Ciudadela del Norte, por lo general, tras cita previa pactada en el Centro de Desarrollo Comunitario del barrio Bosques del Norte, en donde se acoge a la población predominante de Bengala, San Sebastián y aledaños.

El proceso es muy similar al de otras comunidades ya que cuentan con la presencia de jóvenes que acuden desde el municipio o particulares para orientar actividades recreativas y hasta manualidades que nuestros adultos “Chicos y Chicas”, disfrutan en medio de su tiempo libre. Aquí, la primera gestora es doña Marleny Osorio, quien, rodeada de un equipo de ayudadores, sacan adelante los procesos que integran y dan alegría a su cita de cada semana.





**¡VISÍTANOS! Somos calidad**  
Manizales Cra. 23 # 17 - 24



**¡Pregunta por nuestro sistema de crédito!**

**Moda express**





## JUEGOS MENTALES

SOPA DE LETRAS  
MEDIO AMBIENTE

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

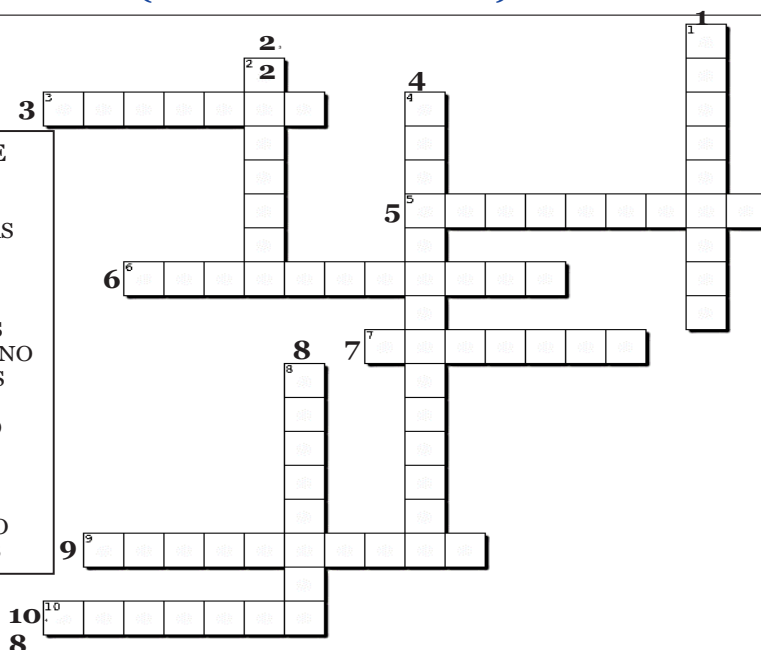
## CRUCI PENSANTE

(Cuidando El Planeta)



## SOPA DE LETRAS

1. RÍOS
2. MONTAÑAS
3. ÁRBOLES
4. FLORES
5. FRUTOS
6. ANIMALES
7. SER HUMANO
8. VOLCANES
9. AGUA
10. OXÍGENO
11. SOL
12. LLUVIA
13. SELVA
14. DESIERTO
15. OCÉANOS



## Crucigrama

## Horizontales

3. Plantar para la generación de oxígeno
5. Aprovechar al máximo objetos aparentemente inservibles
6. Tomar duchas cortas
7. Podemos hacerlo para tener plantas y árboles de todo tipo
9. Darle nuevo uso a lo usado
10. Minimizar el uso de elementos a utilizar

## Verticales

1. Ir de un lugar a otro cuidando la salud y el planeta
2. Enmendar, arreglar para seguir usando
4. Desconectar los dispositivos eléctricos
8. Disponer de materiales para su transformación y nuevo uso





# NOTICIA DESTACADA DEL ORDEN LOCAL

## El Civismo, el ornato y el embellecimiento en Manizales

“La ciudad de las puertas abiertas” (apelativo de la capital caldense), a lo largo de la historia, se ha caracterizado por impulsar el desarrollo basado en su majestuosa arquitectura, con base al legado de quienes provenían con sus ideas de casas coloniales y bareque, pues también debe tenerse presente, la ambición de otros pudientes y acaudalados ciudadanos, quienes se inspiraron en ideas y diseños europeos.

El crecimiento de Manizales, trajo consigo la migración interna, por citar un ejemplo, el aporte de Antioquia, Cauca, Tolima, Cundinamarca y Boyacá. Quienes llegaron, se inspirarían en un paisaje y externalidades, pero en algo si confluyeron, y fue en la necesidad de realizar convites, encuentros para adelantar obras representativas y de beneficio común.

Recordemos que la historia regional de Caldas, hace alago a la adversidad superada a través de la selva con numerosos desplazamientos de personas acompañadas por animales domésticos, pero, aparte de lidiar con el clima y buscar altura, se enfrentarían a montañas y terrenos muy agrestes. Tiempo después, ya instalados, siempre los detalles, la belleza de las edificaciones, para unos era prioridad.

## Manizales, una ciudad en donde se preservan las buenas acciones

Interesante el escenario en donde aún queda algo de lo que algunos denominan “cultura ciudadana”, entendido como el comportamiento, la autorregulación y el aporte individual para el mejoramiento de las condiciones de vida desde la forma y manera de interactuar socialmente.

Este preámbulo, para dar paso a una historia donde las necesidades de una comunidad, fueron mitigadas gracias a la proyección y activa participación de la Sociedad de Mejoras Públicas de Manizales (SMP).



Lugar de accidentalidad peatonal en el barrio Peralonso

## Peralonso y la Historia del Pasamanos o Barandal

En esta edición, hemos destacado los hechos de carácter social realmente importantes en la ciudad de Manizales en donde a través de diferentes líderes, se busca el mejoramiento de la calidad de vida de las comunidades.

Mediante los cubrimientos, investigaciones y hechos periodísticos de la presente edición, se destaca una necesidad cubierta en el barrio Peralonso.

Pues durante sus más de 30 años de existencia, aun se presentan falencias en materia de infraestructura urbana, por citar un solo ejemplo, unas de las escalas con alto flujo peatonal, adolecían la falta de un pasamanos o barandal, el cual, fue solicitado a la administración municipal durante años sin obtener una respuesta positiva.

## Los Accidentes En Las Escalas de Peralonso

Aunado a la existencia de un barrio con más de 30 años de historia, se suma la cantidad de cuentos y anécdotas presentadas al interior de una población de donde no se escapan, algunas zonas con escalas sin barandal o pasamanos para el apoyo y seguridad de la población; de hecho, cuando la administración no cubre la demanda, se agradece la intervención de

Proceso de construcción de pasamanos



La ciudadanía y el capital privado.



Obra construida por ciudadanos con el apoyo de la SMP Manizales

En esta ocasión, diremos que la cantidad de accidentes presentados en unas escalas del barrio Peralonso, de donde se documentan algunos raspones, contusiones, hematomas y hasta fracturas por parte de adultos mayores, estuvo en la palestra pública durante años.

A su vez, es increíble pensar que a través del mismo desconocimiento de la norma, el municipio de Manizales, se ha salvado de ser demandado por parte de algunos de sus ciudadanos. Los accidentes, por falta de protección o en donde poder apoyar las manos, llegaron a su fin.

**SOCIEDAD DE MEJORAS PÚBLICAS**  
MANIZALES

**S.M.P.**



**Oficinas y un gran auditorio disponible al servicio de la ciudad.**

**¡¡Llámanos!! Cel: 310 841 7619**

**Tel: (606) 884 7548**

**[www.somepumanizales.org](http://www.somepumanizales.org)**



**Cra. 23 No. 19 - 47 en el corazón de Manizales**

## La Sociedad de Mejoras Públicas de Manizales, con capital privado, invierte en el bienestar de la ciudad.

Gracias al trabajo social, comunitario y cívico de la SMP Manizales, a través de uno de sus socios, logró conocerse que existía un alto flujo de personas, en su mayoría, adultos mayores, quienes cada semana se reúnen con el fin de compartir convirtiéndolos en actores de alto riesgo al ser transeúntes de un lugar sin medidas mínimas de seguridad.

Por ello, logró donarse material, mano de obra y bajo la supervisión del maestro de la metalurgia Ituriel Tangarife, el apoyo de otros ciudadanos y la voluntad de la SMP Manizales, representada por el señor presidente Herman Estrada Mejía y su junta Directiva, se hizo una obra con alto impacto social en donde los beneficiarios, son cientos de personas. Con la historia en mención, se recupera la motivación para que el civismo, se mantenga en Manizales.





# NACIONAL, LOCAL, JUDICIAL, POLÍTICA

## JEP lanzó herramienta para interactuar con información sobre el conflicto



La Jurisdicción Especial para la Paz lanzó la herramienta pedagógica: 'Archivos Vivos', una cartografía de la justicia transicional, que está disponible en un micrositio que recopila de manera detallada los registros audiovisuales de las audiencias de reconocimiento de los casos 01 y 03 realizadas por la JEP en Bogotá y Ocaña, respectivamente.

Con 'Archivos Vivos', la JEP busca que estos contenidos y registros audiovisuales, se conviertan en patrimonio público vivo y relevante, para ser usado por una ciudadanía interesada en comprender el pasado y contribuir a la no repetición de los ciclos de violencia que han afectado por décadas al país, pero también por docentes, investigadores y periodistas...

## Denuncia de Acoso Sexual y Laboral a Director Regional de Migración Colombia

La Procuraduría General de la Nación abrió investigación disciplinaria en contra del actual director de la Región Andina de Migración Colombia, Luis Francisco Cante Céspedes, luego de que se conocieran las denuncias de por lo menos 50 mujeres que aseguran ser víctimas de acoso sexual y laboral. El ente de control analizará si el funcionario, en su posición de poder, ha incurrido en faltas graves que puedan derivar en sanciones de orden disciplinario.

"Se investigará al alto directivo, luego de denuncias ciudadanas y en medios de comunicación, y tras la manifestación pacífica de más de 50 funcionarias de la entidad, en donde aseguran ser víctimas de acoso sexual y laboral", comunicó el ministerio público. Como parte de la investigación, la Procuraduría anunció que escuchará a las presuntas víctimas del funcionario y recolectará las pruebas pertinentes, con el fin de constatar la veracidad de los hechos"...

## Nuevo magistrado de la Corte Suprema de Justicia

La Sala Plena de la Corte Suprema de Justicia eligió al jurista Fernando Augusto Jiménez Valderrama como nuevo magistrado de la Sala de Casación Civil, Agraria y Rural de la corporación.

El magistrado Jiménez Valderrama, abogado egresado de la Universidad del Rosario, es doctor en Derecho de la Universidad de Salamanca (España) y máster en Derecho de la Unión Europea de la Universidad Carlos III de Madrid. Cuenta con una trayectoria profesional de más de 33 años.

El nuevo magistrado, es autor y coautor de libros y múltiples artículos sobre sus especialidades, y ha sido miembro de la Junta Directiva de la Asociación Española de Derecho Marítimo, y del Colegio de Abogados Comercialistas...

## Notas de Importancia Local y Nacional

### Avances del Gobierno para crear 500 mil nuevos cupos en educación superior.

De las 64 Instituciones de Educación Superior (IES) del país, 42 ya tienen una hoja de ruta clara para implementar la estrategia 'Universidad en tu Territorio', la propuesta del Gobierno para crear 500 mil nuevos cupos de educación superior apoyo mayoritario en esta etapa. Se tiene previsto que 360 mil se generen en las IES públicas. De estos, 215 mil en universidades públicas y 145 mil en las Instituciones Técnicas Profesionales, Tecnológicas y Universitarias...

**Presupuesto de Manizales supera la cifra de 1 billón de pesos.** El presupuesto de Manizales para el año 2023 superó la cifra del billón de pesos, marcando un hito importante en la capacidad de inversión del municipio. Además, el presupuesto general del municipio, que incluye a las entidades descentralizadas como Infimanizales, Invama, el Centro de Recepción de Menores y el Instituto de Cultura y Turismo, ha alcanzado la cifra de \$1.1 billón. Esta noticia fue anunciada por el Secretario de Hacienda, John Alexander Alzate. Este, también señaló que "en el año 2020, Manizales contaba con un presupuesto de \$585 mil millones". Sin embargo, para el año 2024, la Administración Municipal entregará un presupuesto que supera \$1 billón, lo que representa una duplicación significativa en la inversión...

**6:30 CAFÉ:** Este es el verdadero desafío para un Concejo disciplinado y estudioso, ese que pueda velar por la correcta administración y disposición de los recursos públicos haciendo lo que le compete constitucionalmente a nivel de vigilancia y control político.



**RACORES Y POLEAS**  
Calle 21 # 16 - 44 Mzls  
Teléfonos:  
(606) 884 64 59  
321 64096 77

## Ingreso promedio de la Ingeniería industrial y la Contaduría Pública

En Colombia, la ingeniería industrial y la contaduría pública se encuentran en la lista de las carreras más elegidas por los estudiantes. Así lo demostró un estudio realizado por Fincomercio en el que se identificó cuáles eran las favoritas de los jóvenes colombianos en las principales ciudades del país.

**Ingeniería Industrial.** Según la plataforma de empleo internacional, Indeed, el ingreso promedio es de: 2'316.663 pesos.

**Contaduría Pública:** En cuanto al sueldo, de acuerdo con los salarios que ha registrado la plataforma Indeed en los últimos 10 meses, un contador podría recibir un promedio de 2'191.191 pesos para el 2023 en Colombia.

**Restaurante Chino YOU - YI**  
友谊酒家  
Rápido servicio a domicilio  
CRA. 25 N° 28 - 14  
310 596 6580  
884 14 33 - 884 12 97 - 884 54 12





“Porque toda la ley en esta sola palabra se cumple: amarás a tu prójimo como a ti mismo”. (Gálatas 5:14)

## Expreso 6:30, el mundo en segundos

Por: Equipo 6:30 CAFÉ

- **Llamado de la OMS sobre los ataques violentos entre Israel y Palestina.** Desde el 7 de octubre de 2023, la escalada de la crisis en Israel y el territorio palestino ocupado ha provocado un gran número de muertos y heridos entre los civiles. En la Franja de Gaza, los ataques aéreos y la falta de suministros médicos, alimentos, agua y combustible prácticamente han agotado los recursos del sistema de salud, que ya eran insuficientes.

- **Ataque al coche oficial de la nieta del presidente Joe Biden.** El Servicio Secreto estadounidense confirmó que tres individuos atacaron un vehículo gubernamental desocupado que, según informaciones publicadas por los medios, es el que utiliza Naomi Biden, la nieta del presidente Joe Biden.

- **Taponamiento de vías en Panamá.** Polémico contrato ley entre el Estado y Minera Panamá, subsidiaria de la empresa canadiense First Quantum Minerals (FQM), que permite la explotación de la mina de cobre a cielo abierto más grande de Centroamérica, y que fue ratificado el pasado 20 de octubre por el presidente panameño, Laurentino Cortizo, tras un debate exprés de tres días, desencadenando las peores protestas en el país en décadas. Todo, lo lideran campesinos e indígenas.

## Expreso 6:30, local

- **Manizales se destaca por tener niños menores de 10 años que leen y comprenden textos.** Un estudio elaborado por el Banco Mundial y publicado por el diario El Espectador revela que los niños menores de 10 años en Colombia se ‘rajan’ en lectura, excepto en Manizales, gracias a los excelentes resultados del programa Aprendamos Todos a Leer (ATAL), que desarrolla la Alcaldía en alianza con la Fundación Luker, donde se incentiva la lectura en todas las instituciones educativas oficiales de la capital caldense..

- **Se celebraron 10 años de la exitosa estrategia «Origen Caldas».** Los 10 años de la estrategia Origen Caldas de la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural de Caldas se celebró con lo que más favorece y festejan estos empresarios del campo: ventas. En lo que va de este año, los emprendedores vinculados a este exitoso programa han participado en 5 ferias nacionales, 6 subregionales y 8 institucionales, donde obtuvieron ventas por más de 470 millones de pesos. 326 emprendimientos hacen parte de la estrategia Origen Caldas.

## Dulce de Papaya

### Solo 3 Ingredientes:

1. 2 papayas
2. 1 taza de azúcar
3. 500 ml de agua

### Elaboración:

**Paso 1:** Cortar las papayas y comenzar a sacar todas las semillas. Una vez que esté limpia, se procede a hacer cortes en tiras delgadas.

**Paso 2:** Echar toda a papaya en una olla con el azúcar y el agua. Poner a hervir a fuego medio hasta que se comience a crear un almíbar y solo remover ocasionalmente.

La papaya se oscurecerá y el agua se reducirá, cuando ya esté en la consistencia deseada (Espesa y pegajosa) se retira del fuego y se deja enfriar antes de comer.







6:30 CAFÉ

AV.093 - F. N°.013 Edición Octubre/Noviembre 2023 [www.630cafe.com.co](http://www.630cafe.com.co)



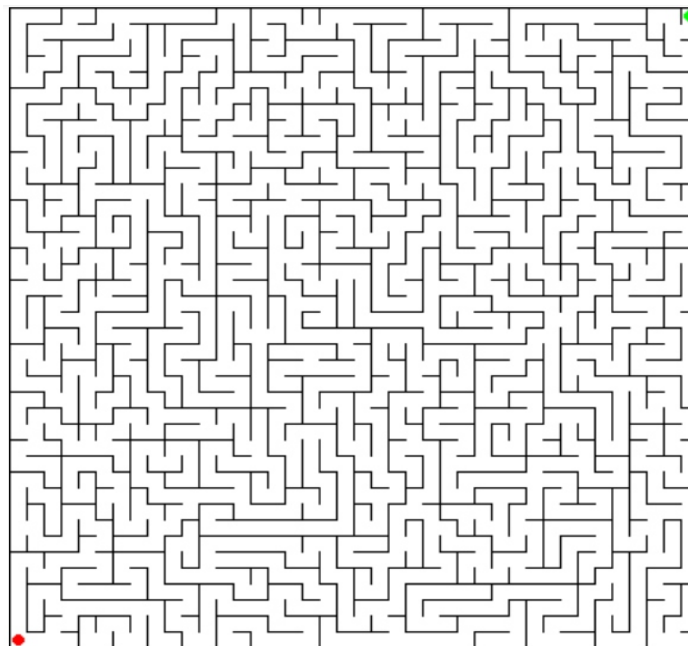
## JUEGOS MENTALES

### ZONA SUDOKU

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



### LABERINTO



**FerreTécnica**

Manizales  
ESPECIALISTAS EN FERRETERÍA Y SUMINISTROS INDUSTRIALES

PAR NTN SKF STANLEY DEWALT BLACK&DECKER LOCTITE abrazol

Manizales, carrera 21 #16 – 31

TELÉFONOS: (606) 890 52 22 - 318 569 2872



Centro de Belleza

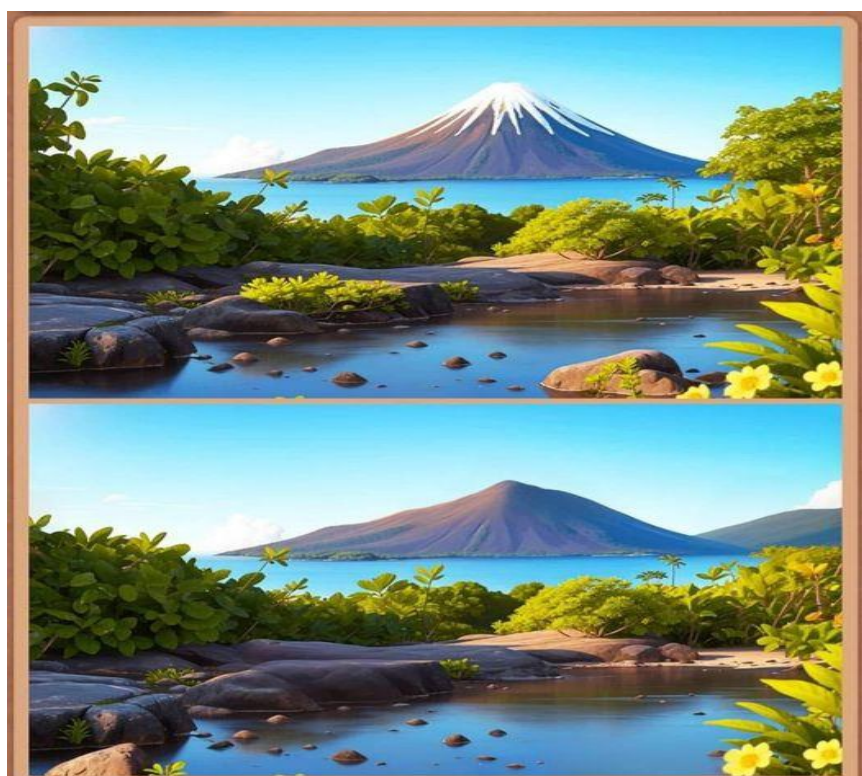
**Maria Ines**

"El Arte de la decoloración"

**Cel: 302 290 9131 - Calle 18 # 23-17**

**Promociones Durante Toda La Semana!!**

### ENCUENTRA SIETE DIFERENCIAS



### LO MEJOR DE CONDORITO



97.448

Condorito Oficial





## DEPORTE, ESTILO DE VIDA, SALUD Y MODA

## Carlos Alberto Valderrama Palacio "El Pibe"

Por: Equipo 6:30 CAFÉ con Biografías



### CARLOS 'EL PIBE' VALDERRAMA UNA LEYENDA DEL BALOMPIÉ

**Origen:** Nació el 2 de septiembre de 1961 en Santa Marta, Colombia. Hijo de Juana Palacio y Carlos Valderrama Puche, apodado como "Jaricho", que fue jugador profesional con la selección departamental del Magdalena y en el equipo Unión Magdalena.

Se inició en el mundo del fútbol en el Unión, pasado por el Deportivo de Cali. El Pibe Valderrama, como es conocido entre la afición colombiana, pasó por equipos como el Montpellier (en Francia), el Valladolid (en España), el Tampa Bay Munity (en Estados Unidos), entre otros. Tuvo un papel muy importante en la época de oro del fútbol de Colombia durante la década de 1990.

## El Pibe. Principales Reconocimientos

**Balón de Oro.** Dotado de una técnica excepcional, buen regate y extraordinaria capacidad para el pase. En dos ocasiones le fue otorgado el Balón de Oro como mejor jugador americano y fue elegido mejor jugador colombiano en tres.

### Selección colombiana

Entre 1985 y 1998, con la selección, representó a Colombia en 111 partidos internacionales y marcó 11 goles, siendo su capitán durante once años. Defendiendo los colores de su país, disputó cinco ediciones de la Copa América y dos de la Copa del Mundo (1990 y 1994) y tuvo por compañeros a René Higuita, Freddy Rincón, el Tren Valencia y Tino Asprilla. Al final de su carrera jugó en la Major League Soccer (EE. UU.) en su primera temporada. Se convirtió en el jugador más reconocible de la liga ayudando a popularizarla durante la década de 1990.

**FIFA 100.** En 2004, fue incluido en la FIFA 100, lista de los mejores futbolistas vivos elegidos por Pelé en celebración del 100 aniversario de la FIFA. Se convirtió en el primer colombiano en ingresar al Salón de la Fama del Fútbol, el 12 de noviembre de 2014 en la ciudad de Pachuca, México.

## ¿Qué es el Pilates?

Es un método de ejercicio y movimiento físico. Su objetivo es fortalecer y equilibrar cuerpo y mente.

El pilates ha demostrado tener un valor incalculable. No solo resulta beneficioso para personas que quieran tener y/o mantener una buena condición física y mental. También supone un importante complemento a la práctica deportiva y a la rehabilitación física.

El Método es un conjunto de movimientos controlados para el cuerpo y la mente. Dichos movimientos y ejercicios también se realizan sobre colchonetas y máquinas diseñadas especialmente para una correcta ejecución.

Joseph Pilates fue el creador de este innovador sistema, expandido en la década d 1940.

## EL CAFÉ Y SU CONSUMO MODERADO

Tomar unas tres tazas de café al día, sea de cafetera o soluble, te ayuda así:

1. Es rico en antioxidantes.
2. Activa la mente.
3. Combate pequeños y esporádicos dolores de cabeza.
4. Es adecuado para deportistas.
5. Contribuye a la pérdida de peso.
6. Puede proteger frente a cáncer, y enfermedades coronarias.
7. Combate el alzheimer y el parkinson.
8. Reduce el riesgo de padecer diabetes tipo 2.
9. Es bueno para el corazón.
10. Genera placer en las relaciones sociales cuando se es compartido. (Nescafé)

**Sandra Optica**

(6) 8934400  
sandraoptica0@gmail.com  
311 779 8732

Bienestar al servicio de tus ojos.

**Grandes descuentos**  
en lentes, monturas y  
examen sin costo

**¡Agenda  
tu cita!**

**Cel: 311 779 8732 - Tel: (6) 8714713**  
**Calle 28 # 22-11**  
**Manizales - Caldas**

**Horario: Lunes a Sábado de 9:00 a.m. - 6:00 p.m.**  
**JORNADA CONTINUA**

**C A V A**  
**REMODELACIONES & MÁS**

Especialistas en remodelaciones - Obra civil - Obra blanca - Cubiertas - Todo lo relacionado con Mobiliarios y maderas integrales - Venta e instalación de persianas de todo tipo - Estructura liviana.

**Decoración de interiores y más**

3208109302 - 3147466540  
cavaremodelaciones@gmail.com  
Cava Remodelaciones





# CIENCIA, SALUD, TECNOLOGÍA Y CULTURA

## Salomón Hakim Dow



**Neurocirujano e investigador colombiano nacido en Barranquilla, el 4 de junio de 1929.**

Descendiente de una familia de inmigrantes libaneses que se estableció en el departamento del Atlántico. Estudió música y secundaria en el colegio de los hermanos maristas en Ibagué; después, pasó al colegio de San Bartolomé, en Bogotá. Inventor de la “válvula unidireccional que regulara el drenaje de líquido cefalorraquídeo”.

### Estudios:

Se graduó como doctor en Medicina en la Universidad Nacional de Bogotá, con tesis laureada. Continuó sus estudios en los Estados Unidos, en Harvard, con especialización en neurocirugía en la Clínica Lahey de Boston, con los doctores Gilbert Horrax y James L. Poppen; y en neurología y neuropatología en el Massachusetts General Hospital de Boston, con el doctor Raymond D. Adams. A su regreso a Colombia, desarrolló una importante actividad neuroquirúrgica en los hospitales universitarios de San José, San Juan de Dios y, como jefe del Servicio de Neurocirugía y del Departamento de Investigación del Hospital Militar Central.

Desarrolló una amplia y fecunda labor docente en las universidades de los Andes, Nacional y Javeriana, en las áreas de física médica, neurología, neurocirugía e ingeniería biomédica. En estos dos últimos campos, el doctor Hakim realizó importantes investigaciones que le han dado reconocimiento a nivel mundial. Ha sido invitado como conferencista las academias de medicina de París y Londres; sus charlas sobre estos temas se escucharon en centros y congresos médicos de toda Europa, los países del Medio Oriente, Hong-Kong, Corea del Sur y en todo el continente americano.

### Trayectoria profesional:

En el campo de la neurología, hizo valiosos aportes como la descripción del síndrome de hidrocefalia con presión normal, llamado Síndrome de Hakim, en 1964; nuevas teorías sobre la dinámica del líquido cefalorraquídeo y el primer capítulo de demencias seniles tratables. Su descripción del síndrome se encuentra en todas las enciclopedias y diccionarios médicos.

Durante muchos años, el doctor Hakim investigó sobre la mecánica de la cavidad endocraneal. Es de vital importancia su aporte a la ingeniería biomédica: introdujo a la práctica neuroquirúrgica **nuevos sistemas de derivación del líquido cefalorraquídeo**, como la **válvula de Hakim** de presión fija, y diseñó la de presión variable con su hijo, el ingeniero biomédico Carlos Hakim. Todos estos avances fueron fabricados personalmente por el doctor Hakim, quien fue un apasionado de la mecánica. Posee 28 patentes sobre diversos inventos, que le fueron otorgadas por la Oficina de Patentes de los Estados Unidos.

Escribió más de 70 artículos sobre asuntos de su especialidad, en revistas de todo el mundo; ha dictado cursos en numerosas instituciones hospitalarias y universitarias; pertenece a sociedades científicas colombianas y extranjeras y ha recibido distinciones, premios y condecoraciones por sus logros en el campo científico.

El doctor Hakim falleció el 5 de mayo de 2011 en Bogotá, en el hospital de la Fundación Santa Fé de Bogotá. Por: Juan David Giraldo

## PLANETA TIERRA, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

- **Nave espacial, se adaptará conforme lo indique la inteligencia artificial.** Una nave espacial adquirirá en el espacio sus habilidades intelectuales por inteligencia artificial en vez de que todo o buena parte de ese proceso de aprendizaje se realice en la Tierra como ha venido siendo lo normal en las aplicaciones astronáuticas de la inteligencia artificial...

- **Robots voladores del tamaño de insectos.** Un ejemplo de esto último es la investigación llevada a cabo por el equipo de James Lynch y Jeff Gau, del Instituto Tecnológico de Georgia (Georgia Tech) y Nick Gravish, de la Universidad de California en San Diego.

- **Con Inteligencia Artificial se monitorea la selva Amazónica.** Este monitoreo tratará tres cuestiones principales de la selva amazónica. En primer lugar se centrará en el estudio de la deforestación; En segundo lugar, se han instalado unas cámaras trampa que se disparan cuando hay movimiento; Por último, y dentro del análisis de la bioacústica, utilizarán un codificador de audio para procesar las grabaciones de los sonidos, ya que así se identifican “cinco veces más cantos de aves en el mismo tiempo”.

**Tienda Pintugama**

Miércoles del **Color**

Disfruta **15% DCTO** en referencias seleccionadas

**Pintuco**

Te acompañamos en tu proyecto de transformación y decoración de espacios.

Tel: 606 863 2631  
305 322 3559  
322 554 0438

servicio a GRATIS DOMICILIO

facebook pintucopintugama instagram pintuco\_pintugama

Calle 28 No. 19-56 Manizales

**"ES HORA DE REMODELAR"**

MUEBLES HECHOS A MEDIDA

AGLOMERADOS EDWIN

COCINAS INTEGRALES - MUEBLES PARA BAÑO  
REMODELACIONES - CIELOS RASOS EN PVC  
ENCHAPES Y MUCHO MÁS

COTICE SU SERVICIO INFO (310) 518 9743

Envíos a toda Colombia  
301 384 18 54

KVGMODA

la vida es un color

instagram facebook whatsapp

**Stratigias**

Publicitarias

Un Mundo de Publicidad!!

facebook Estrategias Publicitarias

instagram estrategiaspublicitarias

whatsapp 313 707 3352

Tel. 880 9302





“Peca el que menosprecia a su prójimo; más el que tiene misericordia de los pobres, es bienaventurado” (Proverbios 14:21)

## Apoyemos la consulta del próximo 26 de noviembre 2023, votando SÍ al Área Metropolitana Centrosur del departamento de Caldas



¿Qué es el **Área Metropolitana** Centro Sur de Caldas?

Es integrar a Manizales, Chinchiná, Palestina, Neira y Villamaría.

**CON EL ÁREA METROPOLITANA LA GENTE GANA, porque:**

- Baja costos de movilidad.**
- Amplía la cobertura de Internet.**
- Disminuye costos de producción y aumenta las posibilidades de empleo.**
- Acerca el acceso a la cultura y la diversión.**
- Crece la economía, el turismo y el comercio.**
- Facilita la capacidad de gestión ante los gobiernos.**
- Acerca los estudiantes a las universidades, la gente a la salud etc.**
- Es nuestra GRAN OPORTUNIDAD DE CRECER Y VIVIR MEJOR.**

¿CÓMO HACERLA REALIDAD? VOTANDO SÍ ESTE 26 DE NOVIEMBRE. Con el **Área Metropolitana** la **GENTE GANA**

**¿POR QUÉ CON EL ÁREA METROPOLITANA LA GENTE GANA?** 6 áreas Metropolitanas en Colombia lo demuestran, con un ejemplo muy cercano como el municipio de Dosquebradas (Risaralda), su gran transformación industrial, comercial y de servicios. **HECHOS METROPOLITANOS:** Constituyen hechos metropolitanos aquellos fenómenos económicos, sociales, tecnológicos, ambientales, físicos, culturales, territoriales, políticos o administrativos que, que afecten o impacten simultáneamente a dos o más municipios que conforman el Área Metropolitana.



Área Metropolitana  
Centro Sur de Caldas  
• Chinchiná • Manizales • Neira • Palestina • Villamaría

VOTA **SÍ** en la CONSULTA **26/Nov**

Con el **Área Metropolitana** la **GENTE GANA**





# COMENTARIO, INVITADO. EQUIPO 6:30 CAFÉ



## Columnista Invitado

Hola a todos. Inicialmente, agradezco a la familia **6:30 CAFÉ**, por tenerme presente a lo largo de su historia, ya que siempre me ha gustado servir a las comunidades, siempre, trabajando en equipo desde las diferentes áreas desde donde nos pone el Padre Celestial y la vida. Hoy, aprovecho el espacio para manifestar a quienes estuvieron ahí, en diferentes momentos de nuestras metas fijadas, que si bien, en ocasiones logramos lo propuesto, en otros momentos, hay que tener el coraje y gallardía para continuar el camino de la mano de quienes nos apoyan desde el corazón; por ello y mucho más, cada uno de ustedes saben quiénes son, gracias, ¡muchas gracias!, por hacer parte del libro de mi vida... Ahora bien, cambiando de tema, la invitación queda abierta para que el próximo domingo 26 de noviembre del 2023, **“Digamos SÍ al área Metropolitana del Centrosur del departamento de Caldas”**. Para comprender la importancia de ello, brevemente diremos que las virtudes de cada municipio y sus habitantes, entre ellos: (Neira, Villamaría, Palestina, Chinchiná y Manizales), se verá aún más fortalecida gracias al pensamiento conjunto para acercarnos a nivel de presupuestos más robustos y estrategias en diversos ámbitos: sociales, económicos, políticos, culturales, tecnológicos y todo lo que en ellos se enmarca, con afectación directa a líneas como el transporte y la educación por citar algo breve. ¡unámonos! **Por: Carlos Arturo Castañeda García**



## TU UNCIÓN 2023

ME BASTA

**calle 28 carrera 24 esquina ICRE MANIZALES**

**Dirección y Corrección de Estilo**  
Berlainer Medina Vélez

**Subdirección y Coordinación de Contenidos**  
Antonio Franklin Muñoz Giraldo

**Ingeniería, Diseño y Apoyo Digital**  
Juan Camilo Arango Meza

**Investigación, Asesoramiento y Consejo de Redacción:**  
Juliana Serna  
Fabio Ortiz Soto  
Teresa Cárdenas G  
Oscar Gaviria Valencia  
Carolina Sáenz Restrepo  
Antonio Franklin Muñoz  
Manuel Andrés Velandia  
Berlainer Medina Vélez  
ISSN 2954-6036

**Dirección en Manizales Caldas:** Carrera 23 # 19 – 47 Piso 6  
**Correo Electrónico:** 630cafee@gmail.com  
**Suscríbete sin costo a nuestra versión digital, enviando un mensaje a través de WhatsApp Teléfono:** 314 837 22 45  
[www.630cafe.com.co](http://www.630cafe.com.co)  
Derechos Reservados C.P. 2023



## Mercedes-Benz

### Comentario del Director

Cordial saludo. Seguimos avanzando en nuestro propósito de brindar información de interés educativo, científico, noticioso, de entretenimiento y temas que verdaderamente sean importantes para nuestra sociedad. El pasado 29 de octubre 2023, Colombia eligió a sus futuros representantes y dirigentes en los diferentes territorios; lamentablemente, vemos que aún falta mucho por aprender, pues muchos de ellos, son personas con cuestionables hojas de vida, de dudoso pasado, a esos que poco les interesará un verdadero trabajo de impacto desde el sector público. Ojalá, “el pueblo indolente”, el día de mañana, sea consciente y más inteligente a la hora de ejercer el derecho al voto, que, en verdad, no sea por emociones, por incentivos o prácticas corruptas ya que el reflejo en la política, es el reflejo de nuestras comunidades, pues olvidamos los perfiles, los ciudadanos preparados y que con sentimiento trabaja por sus semejantes, aunque esos semejantes, en ocasiones, mal paguen por la ambición o la ignorancia que enceguece la razón. Finalmente, disfruten nuestro **6:30 CAFÉ**, en donde encontraremos información variada, con hechos sociales de Manizales, Colombia y el mundo. **Por: Berlainer Medina**



## LOS PETETES MANIZALES

Todo lo que puedas imaginar.  
¡Somos Mayoristas!

Calle 24 # 20 – 14 – L-4. 884 02 48

## LOS PETETES

LOS MEJORES  
PRECIOS  
DE LA CIUDAD

## SOMOS MAYORISTAS



**SALUD - DECORACIÓN**  
**PAPELERÍA - JUGUETERÍA**  
**FERRETERÍA - ILUMINACIÓN**  
**BELLEZA - ARTICULOS MASCOTAS**  
**PREVENCIÓN COVID - TECNOLOGÍA**  
**PET SHOP - SEX SHOP**  
**HOGAR - UTILERÍA - DEPORTES**  
**Y MUCHO MÁS!!!**

CL 24 20-14 L-4 / (+57) 6 8840248