

# vive más

JULIO / AGOSTO 2012 - EDICIÓN No. 26 - ISSN 2011-5601

## **Arcesio Guerrero Pérez** Adios a un Líder y Visionario del Subsidio Familiar

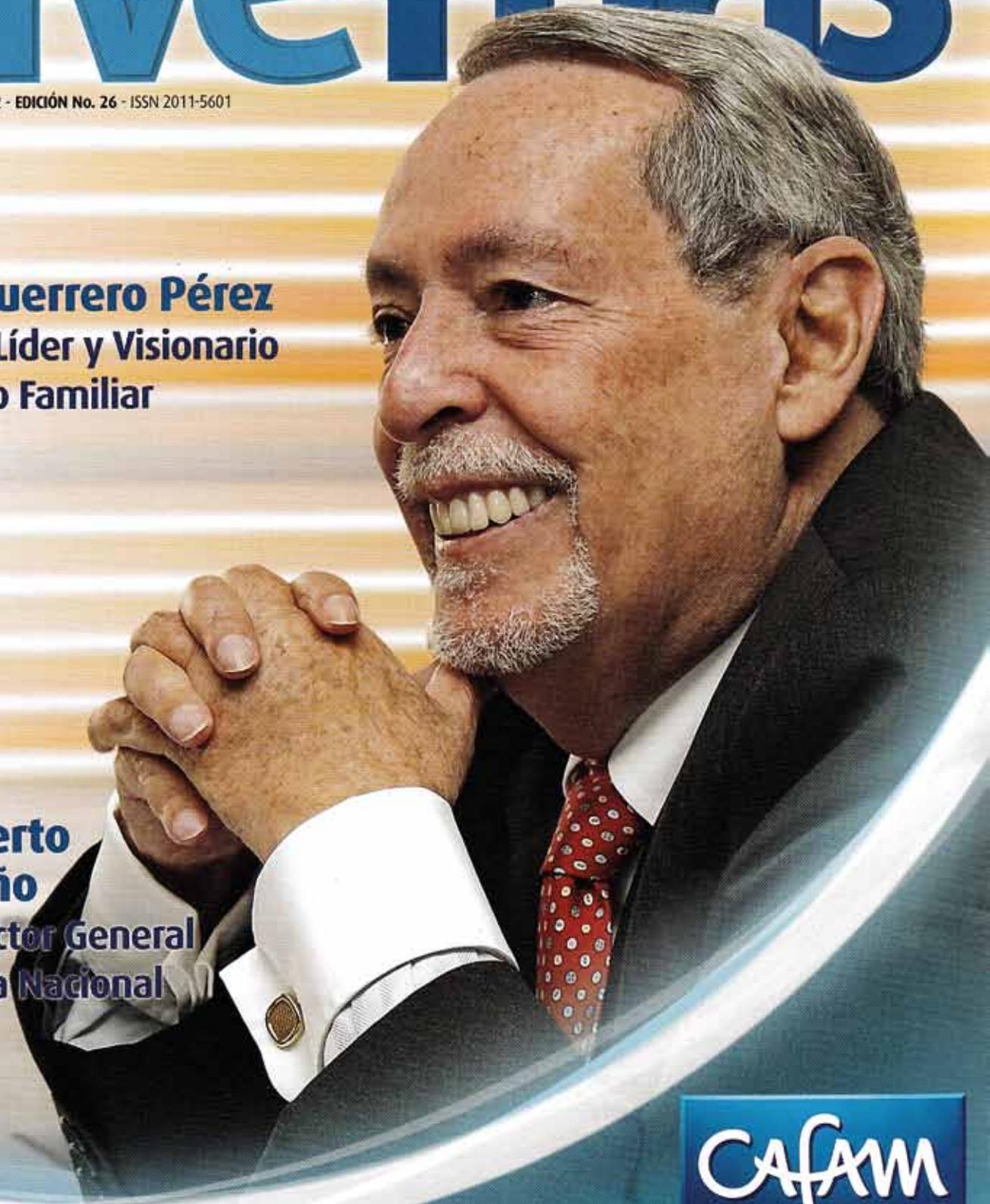
» Pág. 5



## **General José Roberto León Riaño**

Nuevo Director General  
de la Policía Nacional

» Pág. 12



**CAFAM**

Caja de Compensación Familiar

El analgésico de uso externo  
de mayor venta en el mundo

**AHORA EN COLOMBIA**



INVIMA 2011M-

*¡Para una mejor  
calidad de vida!*

**Alivio efectivo del dolor**

Artritis

Espasmos musculares.

Músculos adoloridos.

Dolor articular; cuello, hombro,  
codo, rodilla y tobillo.



ORTOPEDICOS  
**FUTURO**

"Siempre pensando en su salud"

Compañía. ISO 9001:2008

Cra. 14 # 79 - 71 El Lago Tel: 218 12 12 Bogotá D.C

Varios almacenes para su comodidad

Línea Gratuita Nacional 018000-910405

[www.ortopedicosfuturo.com](http://www.ortopedicosfuturo.com)

Una vez tengas la cometa, ten en cuenta las siguientes técnicas, para que tu experiencia sea exitosa y memorable:

» Lo primero es verificar las condiciones del viento, porque este es el compañero esencial que le da vida a la cometa. Una buena señal es: si sientes el viento en tu cara, puede ser suficiente para volar la cometa. Mira además a tu alrededor y observa si las hojas de los árboles se mueven o si hay banderas ondeando. Un dato de simple física y de sentido común es que cuanto más pesada la cometa, necesita viento más fuerte para poder elevarse.

» Evita volar tu cometa cerca a edificaciones o muchos árboles, pues en estos sitios las corrientes de aire muchas veces quedan atrapadas formando fuertes turbulencias. Por eso se recomienda ir a espacios abiertos, como parques, el campo, la playa, etc. No te ubiques cerca a barrancos, zanjas, terrenos montañosos, áreas rocosas, muy cerca de un aeropuerto o del tráfico vehicular.

» El paso a paso, sin correr. Esa escena típica de salir corriendo con la cometa tras de sí, no es recomendable según los expertos. Más bien, párate contra el viento, y estirando el brazo hacia arriba lo que más puedas, sostén la cometa firme y derecha, con la nariz apuntando hacia el cielo. Luego, lentamente, suéltala con suavidad y déjala ir, permitiéndole que se haga una con el viento, sin afán ni movimientos bruscos. El secreto está en entregársela con mucha sutileza al viento.

Si la corriente es lo suficientemente fuerte, la cometa empezará a elevarse. Luego, despacio, recoge la cuerda un poco y la cometa volverá a ti. Antes de que toque tierra, témplala y se volverá a elevar. Todo lo que necesitas es repetir este proceso hasta que la cometa realmente se sostenga arriba, en el cielo, de forma estable y fuerte, para que pueda volar de forma permanente. Es decir, se recoge y se contrae para que gane altitud. Así mismo, para que su recuperación y descenso sean tan decorosos como su elevación, debes traerla y recogerla con la cuerda poco a poco.

#### Algunas precauciones

» Nunca vuelas una cometa cerca de postes o líneas de corriente eléctrica ni con materiales o cordones de metal que puedan atraer la electricidad.

» Usa hilo de pescar, hilo de coser o una pita de algodón como cuerda. Ten precaución si está lloviendo, pues el cordón mojado puede atraer la electricidad.

» Si la cometa se queda atrapada en lo alto de un árbol o poste, no intentes bajarla, puede ser muy peligroso. ■

#### Festival de Cometas Cafam

Como ya es tradición, se llevará a cabo en el Club Campestre Cafam el 26 de agosto. Los asistentes podrán disfrutar de actividades para niños y adultos.

Más información:

Tel.: 625 8390 Exts.: 3210 - 3211