

Qué es la ley del primer empleo y sus principales preguntas y respuestas Ley 1429 del 2010

Teniendo en cuenta la crisis económica vivida en nuestro país en los últimos años y la necesidad de ponernos a la vanguardia en la era de la globalización y la competitividad, el gobierno nacional creó la ley 1429 de 2010 y el reglamento mediante el decreto 545 del 25 de febrero del 2011. Los principales objetivos de la Ley 1429 de 2010 son acabar con la informalidad laboral, incentivar la generación de puestos de trabajo para personas que se encuentran en desventaja y propiciar la formación de empresas que permitan impulsar nuestra economía. Dicha ley se encuentra contenida en pautas que vislumbran tanto sus ventajas como sus desventajas.

Preguntas más frecuentes de la ley del primer empleo.

¿A quienes se dirige o aplica esta ley?

Definidos en el artículo 2 de la ley 1429 de 2010: podrán ser beneficiarios de esta ley las personas naturales y jurídicas que desarrollan pequeñas empresas, cuyo personal no sea superior a los 50 trabajadores y cuyos activos totales no superen 500 smmlv. Esta ley cubre a las empresas que se formalicen y las que se creen a partir de la vigencia de la norma.

¿Qué tipo de personas se benefician?

Los jóvenes menores de 28 años, las madres cabeza de familia, las personas en situación de desplazamiento, en proceso de integración o en condiciones de discapacidad, mujeres mayores de 40 años y para los nuevos empleos que devenguen menos de 1.5 salarios mínimos mensuales legales vigentes.

¿Cómo acceder al beneficio si se es empresario?

Para acceder a los beneficios de la ley debe haber cumplido con los

lineamientos que establece la misma. Formalizarse o crear empresa, contratar el tipo de personal que estipula la norma, incrementar la nómina, no reemplazar personal antiguo.

¿Cuáles son los beneficios para los jóvenes menores de 28 que creen empresas?

Las nuevas y pequeñas empresas que se formalicen o que se creen a partir de la vigencia de esta ley tendrán beneficios tributarios, en el pago de impuestos, parafiscales, matrícula mercantil y su renovación, así como el diseño de programas especiales para crédito y microcrédito que faciliten la financiación de su proyecto.

Las pequeñas empresas que se creen en este año o inicien su actividad empresarial este año, comenzarán a pagar el impuesto de renta en forma gradual. En principio los dos primeros años no pagan, en el tercero 25%, en el cuarto 50%, en el quinto 75% y en el sexto el 100%.

¿Cuáles son los beneficios parafiscales que se tienen?

En el caso de los aportes al SENA, ICBF, Cajas de Compensación Familiar, aportes en salud a la subcuenta de solidaridad del foyoga y el aporte al fondo de garantía de pensión mínima, se aplican también una gradualidad en la misma proporción que para el impuesto de renta.

¿Qué pasa con los trabajadores, se quedan sin los servicios que se perciben por el pago de los parafiscales?

Los trabajadores solo gozarán de los beneficios y servicios derivados de los aportes mencionados en el presente artículo desde el inicio de su relación

laboral. En el caso de las Cajas de Compensación Familiar, los trabajadores solo tendrán derecho a los servicios sociales, turismo social y capacitación en los dos primeros años y solo en el tercer año tendrán derecho a percibir la cuota monetaria de subsidio en proporción al aporte realizado y subsidio de vivienda.

¿Hay que presentar declaración de renta?

Los beneficios otorgados en impuesto de renta, parafiscales y matrícula mercantil se aplican sin perjuicio de la obligación que tienen las pequeñas empresas de presentar declaraciones tributarias y cumplir sus obligaciones laborales y comerciales relacionadas con el registro mercantil.

¿Es verdad que una persona que este en el Sisben se puede quedar por un año más a pesar de ser contratada en un empleo formal?

Claro que sí. Los beneficiarios del sisben podrán tener por un año más, todos los beneficios de los programas del Sisben y dos años más, el beneficio en salud.

¿Seguirán cobrando ganancia ocasional por el capital semilla que el estado nos da?

No. No se cobrará ganancia ocasional cuando las empresas de jóvenes que inicien con capital semilla (fondo emprender por ejemplo) presenten un buen desempeño.

CONTINUA
PAG. 5



PUBLICACIÓN BIMESTRAL
DE LA CAJA DE
COMPENSACIÓN FAMILIAR



CONSEJO DIRECTIVO

PRESIDENTE
Carlos Yacamán Giacomán

VICEPRESIDENTE
Fernando Restrepo Insignares

REPRESENTANTES POR LOS EMPLEADORES

PRINCIPALES
Carlos Yacamán Giacomán
Fernando Restrepo Insignares
Carmen Alicia Salcedo
César Valencia Galiano
Benjamin Payares

SUPLENTES

Sandra Patin Cure
Fernando Roca Donado
Alberto Herazo Cayón
Eduardo Barcha Bolívar

REPRESENTANTES POR LOS TRABAJADORES

PRINCIPALES
Teobaldo Ayala Gutierrez
Hector Rios Quintero
Cristian Gonzalez Santiago
Pablo Correa Castro
Marco Prada Oviedo

SUPLENTES

Javier Bermúdez Gomez
Aguedo Llorente Arteaga
Sergio De Alba Orozco
Hernán Herrera Pautt
Carmen Padilla Coronell

CONSEJO EDITORIAL

Jairo Certain Duncan
Director Administrativo

Rocío Rosales de Villamizar
Promoción & Comunicaciones

Si desea publicar sus
avisos en nuestro periódico
favor comunicarse
a los teléfonos:
3507510/73

REQUISITOS QUE EXIGE EL GOBIERNO PARA EL TRAMITE DEL SUBSIDIO FAMILIAR DE VIVIENDA VIS

1. Estar afiliado a la Caja de Compensación.
2. Que ninguno de los miembros del hogar postulante sea propietario o poseedor de vivienda.
3. No haber sido beneficiario del Instituto de Crédito Territorial.
4. No haber sido beneficiario del Subsidio Familiar de Vivienda otorgado por el Inurbe, Caja Agraria, Cajas de Compensación, Fogafin u otras entidades públicas en caso de desastres.
5. No ser Afiliados a la Caja Promotora de Vivienda Militar

6. El salario familiar no debe ser mayor de 4 salarios Mínimos Mensuales Legales Vigentes SMMMLV (2011: \$ 2.142.400.00).

DOCUMENTOS QUE SE DEBEN ANEXAR AL FORMULARIO DE POSTULACIÓN

- Certificado laboral por cada persona que labore en el grupo familiar (no mayor a 30 días) con sueldo básico, original, en caso de que la sede principal de la empresa este ubicada en otra ciudad, solicitar el certificado con anterioridad.

- Fotocopia de la cédula (legible) de las personas mayores de edad.

- Registro civil (legible) de los menores de edad.

- Registro civil de matrimonio o declaración de unión libre (reciente) si es casado(a) o si convive con compañero(a) según sea el caso.

- Si es la única persona laborando en el grupo familiar y este convive y depende económicamente del trabajador, declaración extrajuicio de hombre o mujer cabeza de hogar expedida por una notaria.

- Si desea ingresar a la postulación a hermanos, padres, abuelos, nietos, tíos, sobrinos, bisabuelos, bisnietos, suegros, cuñados, hijos adoptivos, hijastros, nueros o yernos, presentar declaración extrajuicio de convivencia y dependencia (reciente).

- En caso de discapacidad del trabajador o de algún miembro del grupo familiar, certificado de la EPS, SISBEN o Junta Regional de Invalidez del Atlántico donde acredite la discapacidad física o mental.

- Si se postula con cuenta de ahorro Programado, presentar certificación de la Cuenta no mayor a 30 días con saldo a la fecha, nombre del titular, fecha de apertura e inmovilización. (Si gana 2 salarios mínimo legales vigentes o más, debe tener en dicha cuenta el 10% del valor de la vivienda, de lo contrario no se exige el monto).

- Si el ahorro esta presentado en cesantías, esta presentado en cesantías, no mayor a 30 días, con nombre del titular, fecha de apertura, fecha de inmovilización y saldo a la fecha (Si gana 2 salarios mínimo legales vigentes o más, debe tener en cesantías inmovilizadas el 10% del valor de la vivienda, de lo contrario no se exige el monto).

- Si el ahorro esta presentado en ahorros de cooperativa o fondo de empleados, certificado original no mayor a 30 días, estos deben estar debidamente inmovilizados.

- Certificado de la capacidad de endeudamiento original, no mayor a 30 días o carta de aprobación del crédito, con fecha de aprobación, cantidad aprobada y nombre de la entidad que aprueba.



Meses de postulación:

Febrero, Mayo, Agosto y Noviembre

Horario: Lunes a viernes 8:00 a.m. - 5:00 p.m. sábado 8:00 a.m. - 11:00 a.m. Teléfono: 3507588

Charla 2do miércoles de cada mes 8:30 am auditorio Comfamiliar Calle 48 No. 43 - 10

Esta Tarjeta es más Grande de lo que pensabas



TARJETA MULTISERVICIOS DE COMFAMILIAR

SALUD Y BELLEZA

NOVA VISIÓN
CLINICA LASER

25%

Descuento en todos los servicios oftalmológicos y de optometría (TARIFAS SOAT)



20% de descuento
En Cirugías Estéticas y Spa Médico.
Cra 44 No. 82 - 40



Clinica Oftalmológica del Caribe

20% de descuento en servicios oftalmológicos



20% de descuento en servicios oftalmológicos

Optica Panorama

20% de descuento en lentes y monturas



5%

De descuento. Todos los días utilice la tarjeta como medio de pago y redima su subsidio familiar siempre y cuando utilice el 50% del subsidio en compras.

DM Denti-Medic
Una Organización Integral de Servicios de su Salud

10%

De descuento en la línea de productos de Medicina, Fisioterapia, Ortopedia, Sillas de Ruedas, Caminadores y demás productos
Cra. 42ª no. 739-124 LOCAL 11

Yepes Porto
OPTIMOLOGIA

35% de descuento en servicios de oftalmología y lentes.

ESTETIC LASER
PLASTICA ESTETICA COSMETICA Y SPA
Solo para ti

30%

de descuento en tratamientos cosméticos y de Spa!

NOVA ÓPTICA
AMALIN HAZBUN
PARA VER MAS ALLÁ

10%

de descuento en lentes y monturas

CafeSalud MP
MEDICINA PREPAGADA
Siempre cuida de ti!

60%

Hasta el 60% de descuento en los planes excelso de Café Salud Medicina prepagada.
Aplican condiciones y restricciones

DGC
Dermatología y Cirugía

25%

Descuento en periodoncia, endodoncia, rehabilitación oral, Odontopediatria, Ortodoncia, Cirugía Oral y Maxilofacial.

UGASEND S.O.
UNIVERSIDAD GARCERAN DE INVESTIGACIONES Y SERVICIOS

60%

Descuento en servicios de gastroenterología y Endoscopia Digestiva.

Cludia Checón

10%

de descuento en tinturas, aceites, masajes relajantes, tratamientos corporales y faciales los días martes, en la ciudad de Barranquilla.

MetLife

Por medio de su subsidio o tarjeta de crédito obtenga un seguro de vida con opción de exequias.

HOGAR Y DECORACIÓN



Utilice su cuota monetaria como medio de pago y/o cambio en efectivo del

100%

HOME CENTER
SOMMAC CORONA

Utilice su cuota monetaria como medio de pago



10% de descuentos en flores naturales
5% de descuentos en flores artificiales y decoración

corona
CENTRO DE SERVICIOS

5%

Descuento en artículos de remodelación de los espacios del hogar como cocina, baños, etc.



41%
De descuento por pago de contado sobre el Plan 1

Utilice su cuota monetaria como medio de pago

VIARIOS



10%
de descuento
(No incluye Textos Escolares)



30%
de descuento en servicios de
Alineación y Balanceo.



20%
de descuento s en nuestros servicios



10% descuento en
servicios de seguridad
física y electrónica,
carros blindados.



15%
de descuento por
pago anticipado

En servicio de lavado de prendas
textiles basicas (pantalón,
camisas, camisetas, blusas, faldas
y bermudas) POMONA y EXITO 518



5% Utilice su cuota
monetaria como
medio de pago
de descuento



20% Descuento en Control
de Plagas, Fumigación
Residencial, Comercial
e Industrial.



10% Centro de Diagnóstico Automotor
de descuentos Calle 44 No 27-90



Cambio en efectivo del 100% en
todos los Centros de Atención de
Comfamiliar

EDUCACIÓN Y CULTURA

10%
de descuento en matrículas de
pre grado primer semestre



20%
de descuento en cursos,
seminarios y talleres.

Aplican condiciones y restricciones



10%
Descuento en cursos de inglés y
Programas Técnicos como
Secretariado Ejecutivo Bilingüe y
Asistente Administrativo Bilingüe.



10%
de descuento en las boletas de entradas de
todas las salas del museo



10%
de descuento en matrícula y pensión a nuevos
estudiantes siempre y cuando continuen afiliados a la Caja.



50%
de descuentos en la cuota inicial de la matrícula y no se
le cobrará inscripción al afiliado de COMFAMILIAR ATLANTICO

SUPERMERCADOS Y ALMACENES



Utilice su cuota monetaria como medio de
pago y/o cambio en efectivo del
100%



Utilice su cuota monetaria como medio de
pago y/o cambio en efectivo del
100%



Utilice su cuota monetaria como medio de
pago y/o cambio en efectivo del
100%



DOÑE COMPRAR VALE MENOS!
Utilice su cuota monetaria como medio de
pago y/o cambio en efectivo del
100%



10%
Descuento en Bikinis y Accesorios
para la playa



10%
Descuento en Carteras y
Accesorios



Utilice su cuota monetaria
como medio de pago



25%
Descuento en ropa exterior e interior,
electrodomes, ropa hogar y calzado.

DIVERSIÓN Y ENTRETENIMIENTO



Utilice su cuota monetaria como
medio de pago



AMERICANO - MIRAMAR - EXITO METROPOLITANO
Utilice su cuota monetaria como
medio de pago



Pasada con valor de **\$11.500** de martes a sábado,
no válido para días festivos. Incluye: una boleta
de entrada de adulto o niño, un refrigerio y
una boleta de entrada al Museo Vivo.



EN EL CENTRO COMERCIAL METROCENTRO
Utilice su cuota monetaria como
medio de pago

GASTRONOMÍA



Utilice su cuota monetaria como
medio de pago



10% de descuento en postres y
ponques de ½ libra (media
libra) en adelante.



10% en pagos en
efectivo

5% en pago con tarjeta
debito y crédito



10% En pudines de más
de una libra
de descuentos



10%
de descuento
Via 40 No. 71 - 197 Lc. 102.

FERRETERIAS



En materiales de construcción
3% de descuento
Transporte Gratis, aplican restricciones



5% de descuento en
compras en las
ferreterías



8% de descuento en
artículos de
ferreterías

ENTIDADES FINANCIERAS



2 Puntos
de descuento menos en la tasa de intereses vigente para
Créditos. Acercate a la sucursal más cercana.



2 Puntos
de descuento menos en la tasa de intereses vigente para
Créditos. Acercate a la sucursal más cercana.

Presente su Tarjeta Multiservicios al
comprar y obtenga grandes
beneficios!

Mayores informes: Call Center 3507585
e-mail: mercadeoempresarial@comfamiliar.com.co

Qué es la ley del primer empleo y sus principales preguntas y respuestas

Ley 1429 del 2010

VIENE PAG. 1

¿Cómo se establece un control para que los avivatos no se beneficien de los descuentos?

Los beneficios sólo aplican para nuevo empleos, entendiendo como nuevos empleos, aquellas personas que aparezcan por primera vez en la base de datos de la planilla integrada de liquidación de aportes – pila o que apareciendo en la pila, lo hayan sido como trabajadores independientes. De la anterior manera, no sólo se controla que se intente a través de la fusión de empresas, acceder a los beneficios sino también que se pretendan pedir los beneficios por contratar personal nuevo (jóvenes menores de 28 años, madres cabeza de familia, personas en situación de desplazamiento, en proceso de integración o en condiciones de discapacidad, mujeres mayores de 40 años y personal con menos de 1.5 salarios mínimos mensuales legales vigentes), en remplazo de personal contratado con anterioridad. El empleador responsable del impuesto debe incrementar el número de empleados con relación al número que cotizaban el año inmediatamente anterior y haber incrementado el valor total de la nómina del mes de diciembre del año inmediatamente anterior al que se va a realizar el descuento. Además los beneficios sólo podrán ser exigidos cuando quien los pide cumpla con cada uno de los requisitos de la ley, antes no.

¿Existe algún proceso de ajuste para las empresas una vez se cumplan los términos para los beneficios?

Si. Una vez terminados los plazos para los incentivos el estado empezará a aplicar la tesis de la renta presuntiva. Se supone que todo patrimonio debe ser productivo y por ello la ley presume que ese patrimonio durante un año gravable debe generar un mínimo de renta, que hoy en día es del 3%.

¿Qué pasa cuando se terminan los plazos para aplicar los incentivos y la empresa no ha logrado despegar?

La norma dice que cuando la empresa cumpla con los términos para beneficiarse con la progresividad y en caso de haber generado ingresos brutos inferiores a 1000 uvtv que hoy serían \$25.132.000, se aplicará solo el 50% de la tarifa del impuesto sobre la renta.

Ahora las empresas beneficiarias de la ley que generen perdidas o saldos tributarios podrán trasladar los beneficios que se produzcan durante la vigencia de los descuentos hasta los cinco periodos gravables siguientes.

¿Cómo se aplica la retención para los contratistas?

La norma establece que a los independientes que tiene un (1) contrato de prestación de servicios al año, que no exceda de 300 uvtv, (\$25.132 para 2011) es decir \$7.539.000 pesos se les aplicará la misma tabla de retención que se aplica a los asalariados.

¿El contrato de trabajo puede ser interrumpido durante el año, ¿puedo contratar nuevamente a alguien que fue beneficiario?

Si fue beneficiario ya no se puede considerar un primer empleo y los beneficios solo aplican para nuevos empleos, además estos no son acumulables. Ahora bien, el contrato no se puede interrumpir si se quiere ser beneficiario de la ley.

¿Qué es el boletín de demanda laboral insatisfecha y para que sirve?

La norma contempla un capítulo completo en el que se crea un sistema nacional de información que entrega una radiografía completa sobre la demanda laboral de entidades pública y privadas en todo el país. Esta información deberá ser actualizada permanentemente con el fin de conocer los empleos existentes, las actuales oportunidades y los sectores de mayor demanda la información además, de ser utilizada para diseñar programas y estrategias que reduzcan el desempleo en Colombia le dará la oportunidad a los jóvenes para que elijan la mejor opción profesional y con mayor posibilidad para ellos.

Ejemplo: Una empresa que tiene 20 trabajadores a los cuales les cancela el salario mínimo, ósea un total de la nómina de \$10,712,000. Esta empresa cancelaría unos aportes del 4% de \$428,480 mas Sena e ICBF 5% de \$535,600 para un total de aportes parafiscales de \$964,080. Si en esta empresa tiene un promedio de 2.5 hijos por trabajador, la Caja de Compensación le va a cancelar a los trabajadores un total de \$880,950 en Subsidio Familiar (cuota monetaria), además los trabajadores se pueden postular y recibir el subsidio de vivienda que esta en \$11,783,200 por cada trabajador, sin sumar los otros beneficios como auxilios educativos y subsidios en servicios.

Este pequeño ejercicio indica que a una empresa le conviene la ley 1429 pero no a sus trabajadores quienes dejan de percibir los subsidios que entrega la caja de compensación en sus primeros años.

Fuente: Ley 1429 del 2010 y Periódico El Tiempo.



Sólo con UN CLICK en www.asopagos.com usted encontrará RESPALDO, AGILIDAD Y CONFIANZA para el pago de sus aportes a la seguridad social - PILA

ASOPAGOS, UNA EMPRESA DE COMFAMILIAR ATLÁNTICO QUE AFIANZA NUESTRO COMPROMISO CON USTED Y LA REGIÓN



ASOPAGOS
s.a.



SERVICIOS

- Pago de aportes
- Generación automática de planillas.
- Certificaciones de pago
- Reporte de las transacciones de pago.
- Reporte de : pagos y empleados por administradoras, novedades, incapacidades, histórico de pagos.
- Pago de cesantías a fondos privados de forma ágil y segura.
- Comprobante detallado de pago por empleado a su correo electrónico.
- Soporte personalizado.
- Consulta por: centros de costo, empleado pensionado, por empleados, administradoras, departamento y municipios detallados.
- Planillas en formato Excel o PDF.



Con los programas formativos de la Corporación Educativa del Prado

Ingresarás de una al Mercado Laboral



Estudia uno de nuestros programas

- Secretariado Ejecutivo
- Auxiliar Contable y Financiero
- Auxiliar Administrativo
- Reparación y Ensamble de Computadores

50% de descuento para
afiliados beneficiarios menores
de 19 años.

Inscripciones y Matrículas

SEGUNDO SEMESTRE 2011

Desde Mayo de 2011

CORPORACION EDUCATIVA
DEL PRADO
Comfamiliar Atlántico

INFORMES E INSCRIPCIONES

Corporación Educativa del Prado Cra. 53 N° 59 - 122 Tel. 3441084 - 3440670
e-mail: educacion@comfamiliar.com.co

Auxiliar Mecánica de Motos



HORARIOS:

- Martes y jueves de 2:00 a 5:30 p.m.
- Lunes, miércoles y jueves de 6:00 a 9:00 p.m.
- Sábados de 2:00 a 6:00 p.m.

www.comfamiliar.com.co



CURSO NUEVO

Señor Afiliado aproveche el bono
del 50% de descuento



COMFAMILIAR
Atlántico

Grande...
Comotus sueños

Calle 48 No.43-104 Piso 4o. Teléfonos 3507661 al 63 ó 3207300 Extensión 1661
capacitacion@comfamiliar.com.co y seccapacitacion@comfamiliar.com.co

Grande...
Comotus sueños

Educación 

ADELÁNTATE A LA NAVIDAD

Cursos de Cocina

Realizados
por empresas



afiliadas

Mayores informes:
Calle 48 No.43-104
Piso 4o. 3507661 al 63
e-mail:
seccapacitacion@comfamiliar.com.co
capacitacion@comfamiliar.com.co

"En las instalaciones de la Corporación Educativa Comfamiliar se dictaron satisfactoriamente varios cursos con algunas de nuestras empresas afiliadas como son: Adornos de Navidad con Tecnoquímicas, Cocina Árabe e Internacional con la empresa Éxito S.A., como aparecen en la foto".



ESTUDIA EN LA CORPORACION
EDUCATIVA SEDE CALLE 48
LOS CURSOS PARA LA
TEMPORADA

COCINA NAVIDEÑA

MARTES Y JUEVES DE 2:00 A 5:30 PM. Ó
DE 6:00 A 9:00 PM.

MUÑECOS DE NAVIDAD

MARTES Y VIERNES DE 2:00 A 5:30 PM. Ó
LUNES Y MIÉRCOLES DE 6:00 A 9:00 PM.

ADORNOS DE NAVIDAD

LUNES Y MIÉRCOLES DE 8:00 A 11:30 AM.

LENCERIA NAVIDEÑA

MIÉRCOLES Y VIERNES DE 8:00 A 11:30 AM.

TALLER PORCELANICRON DE NAVIDAD (12 HORAS)

MARTES Y JUEVES DE 2:00 A 6:00 PM.

TALLER FOMI NAVIDEÑO (6 HORAS):

LUNES Y MIÉRCOLES DE 2:00 A 5:00 PM.

PATCHWORK NAVIDEÑO

MARTES Y JUEVES DE 2:00 A 5:30 PM

Muy pronto Curso de Auxiliar Mecánica de Motos

Pasadias: Incluyen. transporte, refrigerio, almuerzo, seguro de viaje, baño de mar

Tour a las Islas del Rosario

Horario: 6.00am a 8:00pm
Fecha: Octubre 16 - Noviembre 6 - 13 - Diciembre 11 - 18
Valor: \$130.000 p/p

Caminata Ecológica - Recreativa al Parque Tayrona

Fecha: octubre 16 - Noviembre 13
Incluye: Se camina hasta arrecife 45 minutos, transporte, refrigerio, almuerzo, baño de mar
Valor: \$ 88.000

Tour Tolú - Coveñas

Incluye: Alojamiento 2 noches x 3 días, alimentación completas, seguro e impuesto
Valor: \$ 645.000 p/p

Panamá temporada baja

Incluye: Alojamiento 3 noches x 4 días, desayunos, city tours, tour de compras.
Hoteles Rian de Granada: U\$ 257
Country Inn: U\$ 226

Cartagena Romántica - Temporada Baja

Plan No. 1

Hotel Hilton
Plan todo incluido
Incluye:

Alojamiento 2 noches x 3 días1 desayunos, almuerzo, cena, en el restaurante las chivas. Impto., bebidas nacionales ilimitadas por trago, todo el día, todos impuestos y propinas de los alimentos y bebidas incluidos en el paquete.

Valor \$1.630.000 pareja

Plan No. 2

Isla Barú - Decameron
Plan todo incluido
Incluye:

Alojamiento 2 noches x 3 días, desayunos, cenas, impuestos hoteleros y transporte cartagena

Valor: \$1.180.000 pareja

Plan No. 3

Tolu - Coveñas

Incluye: Alojamiento 2 noches 3 días- desayunos, almuerzos, cenas hotel brisas del mar frente al mar

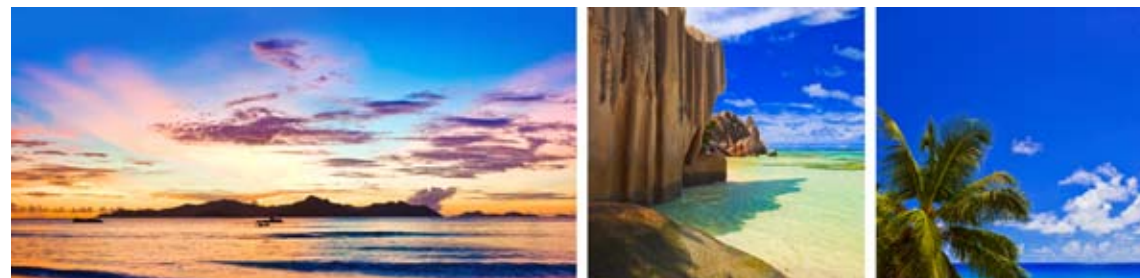
Valor: \$ 650.000 pareja

Tour a Minca

Fecha: Octubre 15 - Noviembre 6
Incluye: Transporte, refrigerio, almuerzo, seguro de viaje y baño de rio
Valor: \$ 78.000 p/p

City tours a Cartagena Cultural

Fecha: 15 de octubre
Incluye: Transporte, refrigerio, almuerzo, visita a Castillo de San Felipe, museo naval, palacio de la inquisición, city tours, palacio artesanías, ciudad amurallada.
Valor: \$ 120.000



PLANES TEMPORADA BAJA

San Andrés

Incluye: tiquete, alojamiento 3noches x 4 días, alimentación full, bebidas ilimitadas, tour a jhony cay acuario, vuelta a la isla, tour por la bahía, traslados y seguro

Hoteles	Americas	Lord pierre	Tiuna	Dorado
Valor	\$ 1.160.000	\$ 1.409.000	\$ 1.100.000	\$ 1.370.000

Cabo de la Vela Guajira Exótica

Duración: 2 noches x 3 días
Fecha: 15 al 17 de octubre 11 - 12 al 14 de Noviembre
Incluye: Transporte terrestre, 2 desayunos, 3 almuerzo, 2 cena, visita a manauere, parque eólico y pilón de azúcar
Valor: \$ 490.000 por persona

Eje Cafetero

Incluye: Alojamiento desayunos, cenas, visita al parque del Café, Panaca, Termales, zoológico de Matecaña, transportes internos para llevar a los diferentes sitios, transporte aeropuerto finca aeropuerto.

Valor: Acomodación doble

PLAN	BAJA	ALTA
3 NOCHES X 4 DIAS	\$ 1.370.000	\$1.440.000
4 NOCHES X 5 DIAS	\$ 1.778.000	\$1.880.000
5 NOCHES X 6 DIAS	\$ 2.140.000	\$2.270.000

Tour de Quinceñeras a San Andrés

Todo incluido
Diciembre del 9 al 13
Valor: \$ 1.725.000

Excursión a Santander

3 noches x 4 días-
Incluye: Alojamiento, desayunos, cenas, city tours, entrada al parque nacional del chica mocha y parque el gallineral
Valor:
Habitación doble \$ 1.230.000 Habitación triple \$1.530.000

Turismo



Fin de semana en Cartagena y Rodadero Plan pareja - 1 x 2 días - Temporada baja

Hoteles	Valor	Incluye	Hoteles	Valor	Incluye
Cartagena Plaza	\$ 278.000	Todo incluido	Arhuaco	\$ 235.000	Alojamiento-alimentación completa
Cartagena premium	\$ 220.000	Alojamiento, desayunos, cenas, impto.	Isla Tropical Inn - Cartagena	\$ 283.000	Alojamiento-alimentación completa
Tamaca	\$ 310.000	Alojamiento-desayuno-cena-impto.	Cocoliso Resort Islas del Rosario	\$ 475.000	Alojamiento-alimentación completa
Edmar	\$ 193.000	Alojamiento- desayuno, cenas	Sierra	\$ 230.000	Alojamiento, alimentación completa

Nota. precios sujetos a cambio sin previo aviso
forma de pago: contado, crédito comfamiliar 6 y 12 meses
Mayores informes: departamento de Recreación
Calle 48 carrera 44

VACACIONES RECREATIVAS DEL 10 al 17 DE OCTUBRE/10-EDADES 4 a 14 años

PROGRAMAS	TARDE DE CINE	PISCINAZO	MAÑANA EN DIVERCITY
FECHA	10 de octubre	Calle 48 SEDE NORTE 11 de octubre	12 de octubre
HORARIO	2:00 p.m. a 5:30 p.m.	9:00 a.m. a 3:00 p.m.	2:00 p.m. a 5:30 p.m.
INCLUYE	Transporte, entrada, refrigerio y seguro de viaje	Baño de piscina, recreación y refrigerio	Transporte, entrada, refrigerio, utilización de todos los juegos
VALOR	\$ 30.000	\$ 28.000	\$ 48.000

PROGRAMAS	TARDE EN EL PARQUE VENEZUELA	TARDE DE TEATRO EN EL AMIRA DE LA ROSA
FECHA	15 de octubre	1 de octubre
HORARIO	2:00 p.m. a 5:30 p.m.	3:00 p.m.
INCLUYE	Utilización de juego, refrigerio	Entrada, presentación obra de teatro, Alicia en el País de las maravillas
VALOR	\$ 36.000	\$ 24.000

PROGRAMAS JUVENILES

PROGRAMAS	CITY TOURS CARTAGENA	CITY TOURS SANTA MARTA	CAMINATAS ECOLOGICA MEGUA
FECHA	15 de octubre	14 de octubre	15 de octubre/
HORARIO	7.00am a 6.00pm	7:30am a 5:30pm	8:00am a 12:00m
INCLUYE	Transporte, refrigerio, almuerzo visitas castillo, popa y ciudad amurallada	Transporte, refrigerio, almuerzo, recreación, visita a Quinta de San Pedro Alejandrino	Transporte, refrigerio, caminatas y recreación
VALOR	\$ 130.000	\$ 100.000	\$ 38.000



APOYANDOTE SIEMPRE!

Te Financiamos las compras ó servicios que necesites:

Compra de Electrodomesticos, Muebles, Materiales de Construcción, compra de Textos y útiles Escolares, computadores, compra de pasajes, Fiestas de cumpleaños, Matrimonios, viajes de Turismo, Gimnasio, Servicios Médicos y Odontologicos, cursos de capacitación, Estudios Universitarios, pólizas para vida, hogar y educación, Ropa y Calzado, Exámenes Oftalmológicos y compra de monturas

INFORMES:

Oficina de Créditos Comfamiliar Clle 48 No 43 - 104 2o Piso
Teléfono Directo: 3507576



PORQUE SEGUIR EN MORA?

Ven .. Acercate conversa con nosotros y llegemos a un buen acuerdo de pago.

HORARIO DE ATENCION:

Lunes a Viernes 8:00 A.M a 6:00 P.M
Sábados de 8:00 A 1:00 P.M
Jornada continúa
Calle 48 No 43 - 104 2o PISO
Teléfonos Directos : 3507578 - 3507698

TIENDA DE MODA

Toda la ropa y zapatos que necesitas para tu familia la encuentras en este lugar

Ven cotiza y financia tu compra por créditos Comfamiliar.

Calle 34 No 39 - 76 Paseo Bolívar
Teléfonos: 3792694 - 3707586 - 3708417



La Iguana azul
BARBACOA - GRILLE

Turipaná - Atlántico

Un restaurante ubicado en el Centro Vacacional Villas de Turipaná, en donde usted podrá disfrutar de un menú de todas las especialidades marinas

Estación Turipaná

Una experiencia fascinante

Este magestuoso escenario se encuentra ubicado en el Centro Recreacional Turipaná, el cual representa el Medio Oeste de los Estados Unidos.

Cuenta con:

6 trenes simultaneos	Canteras	Puertos
Ciudad	Estaciones	Elevadores de granos
Refineria de estanol	Patios	Interacción del público (Gruas)
Planta de energía	Mas de 600 carrileros	Experiencia Multimedia

Horarios Fines de semana:
Sabados: 10 a 12 y 12:30 a 3:30 p.m. - Domingos y festivos: 10 a 12 y 12:30 a 5:00 p.m.
Días semana previa coordinación

PARA FIN DE AÑO EN EL ALMACEN COMFAMILIAR TENEMOS TODO EN TECNOLOGIA



Aigo PAD E700ER 7 Standard Touch Screen

- Sistema operativo Android 2.1
- Pantalla Táctil
- Resolución 800 x 480
- Memoria 256 MB SDRAM
- Sensor de gravedad
- Memoria interna de 8GB exp. hasta 32
- Wifi of 602
- Batería de Litio 4200 mAh.

Cuotas mensuales desde:
\$ 28.963



PORTATIL 425 AMD

- II Dual-Core Processor P360 2.3 GHz
- Pantalla 14"
- Win 7 Starter
- 2 GB DDR3
- 320 GB 5400 rpm
- DVD RW
- WebCam
- Bluetooth 7 Home Basic

Cuotas mensuales desde:
\$ 56.175



BLACKBERRY CURVE 8520 MORADO

Cuotas mensuales desde: **\$ 27.389**



COMPUTADOR DE ESCRITORIO TODO EN UNO HP COMPAQ

- Dual Core D510 memoria 2GB
- PC2-6400 DDR2 SDRAM
- Disco duro 500 GB
- 7200 rpm SATA-3G
- Tarjeta grafica integrada
- Audio High-performance 2.0
- Lector de tarjetas memoria
- 1 teclado y mouse

Cuotas mensuales desde:
\$ 52.298

PORTATIL PAVILION DM1-3070



- AMD Dual Core E-350
- 1,6 GHZ
- 2GB DDR
- 6 Celdas, DVD RX
- Pantalla 11,6
- Disco Duro 320 GB 7200 rpm
- ATI Mobility Radeon HD 6310M
- Windows 7 Starter

Cuotas mensuales desde:
\$ 55.175

COMPUTADOR PORTATIL ACER ASPIRE ASD4253-BZ406

- AMD Dual Core E-350
- 1,6 GHZ
- 4GB DDR3
- Pantalla 14"
- Disco duro 500 GB rpm
- Video ATI Radeon HD 6310
- DVD RW
- Webcam 1.3 MP

Cuotas mensuales desde: **\$ 62.056**

CREDITOS



PRINCIPAL
CALLE 48 No. 43 - 104 2º PISO
TELEFONO DIRECTO SALA DE VENTAS: 3507581
OFICINA DE CREDITOS: 3507576

INFORMACION

SUCURSALES
CENTROS DE ATENCION AL CLIENTE
CALLE 79 CRA. 49B ESQ.
TELS.: 3686262 - 3680698
CALLE 74 CRA. 65 ESQ. TEL.: 3688753



“La lectura en casa”

¿Cuándo fue la última vez que leíste una novela o un libro de poemas, porque querías leerlo? ¿Podrías hacer una lista de cinco libros que te apasionan leer? ¿Cuándo fue la última vez que leíste un cuento para tus hijos? ¿Hace cuanto que no llevas un diario donde anotes eso que piensas y sientes? ¿Qué tanto te apasiona leer y escribir?

Las respuestas frente a estas preguntas solo son una cadena de excusas como: “el trabajo no da tiempo”, “después no tengo para mi familia”, “la universidad me da mucha carga”, pero ¿cómo podemos pedirle a nuestros hijos hábitos de lectura o que realicen ensayos, o cartas o las simples tareas si nosotros en casa no realizamos el ejercicio en nuestro diario vivir? Pues “Solo se contagia de aquello que se siente, que se ama, que nos hace vibrar”. Ya costumbres como leer el diario o leer una novela el fin de semana solo quedan en las películas, ¿acaso toda nuestra lectura se reduce a la televisión y el internet? Tanta retórica podría sonar tediosa pero ¿cómo ser buenos lectores y que tanto influiría esto en nuestros hijos?

La mayoría de bibliotecas ofrecen actividades de promoción de lectura y en el colegio han tratado de retomar la lectura desde una forma más amena y menos académica, pero la verdadera promoción y animación hacia la lectura empieza en casa, desde los padres y los abuelos, por eso el buen lector es aquél al que le narran historias desde niño, y crece en un entorno sugestivo de lectura, no de obligatoriedad, mas deseos tendrá de leer un niño cuando ve a sus padres hacerlo.

El buen lector no solo lee libros, también ve cine, televisión, le gustan los juegos de videos, la música, el internet ya que encontrará temas de interés que deseara investigar en texto físico o virtual. Muchos de estos materiales poseen historias basadas en mitología antigua, sucesos históricos que llevarán los niños a otros textos de carácter informativo, por lo tanto es mentira que estos medios se ha convertido en un enemigo de la lectura, actualmente es el principal aliado, solo hay que saber enfocar esa curiosidad natural en el niño.

Javier Galarza en su “Decálogo de lector” nos dice: “TODA LECTURA ES TAMBIÉN UNA ESCRITURA.” Este ejercicio es implícito, si lees no es difícil tener buena ortografía, ideas que plasmar. Aunque estamos conscientes de todas estas deficiencias y de su posible solución, ¿Qué hemos hecho? Es hora tomar decisiones y buscar soluciones a esta realidad social. Tenemos que romper un ciclo repetitivo de ideas y de errores. Empieza hoy, lee un libro.

Aquí les dejo Los Derechos imprescindibles del lector de “Daniel Pennac”:

1. El derecho a no leer.
2. El derecho a saltarnos las páginas.
3. El derecho a no terminar un libro.
4. El derecho a releer.
5. El derecho a leer cualquier cosa.
6. El derecho al bovarismo” (enfermedad de transmisión textual).
7. El derecho a leer en cualquier sitio.
8. El derecho a hojear.
9. El derecho a leer en voz alta.
10. El derecho a callarnos.

Armando Madiedo
Promotor de lectura



LAS PLAGAS SECRETAS Y OTROS CUENTOS AUTOR: Juan Manuel Roca (1946)

EDITORIAL UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

Las plagas secretas y otros cuentos ganó el Premio Nacional de Cuento Universidad de Antioquia en el 2000. Roca es uno de los mejores poetas contemporáneo, hizo un viaje hacia la narrativa en estos once cuentos donde no olvidó el magnifico uso del lenguaje poético, y pobló de imágenes historias del diario vivir, que surgen de nuestra realidad social y de sucesos increíbles, que hace parte del sello personal del autor.

En este libro podremos encontrar cuentos como “los muros tienen la palabra”; el hombre que buscaba su sonrisa; la crónica del olvido y las plagas secretas entre otros. Los diferentes mundos creados en cada línea por el autor, están llenas de emociones y misterios que se van tejiendo en la mente del lector capturándolo en el universo Roca, alejado de todo parámetro o estándar del cuento colombiano.

Libros Recomendados



LA ESCUELA DE LOS ANGELES

AUTOR: Antonio Orlando Rodríguez, premio Alfaguara de Novela 2008 por Chiquita, nació en Ciego de Ávila, Cuba, en 1956. Escritor, editor y periodista. Licenciado en Periodismo en la Universidad de La Habana

ILUSTRACIONES: Alexis Lago, nacido en La Habana, en 1962, Alexis Lago es graduado de Bioquímica en la Universidad de La Habana y de Pintura de la Academia San Alejandro.

EDITORIAL ALFAGUARA

El ganador del premio alfaguara, nos dibuja en su nuevo cuento a ese ser alado a quien le orábamos todas las noches antes de ir a la cama, y de todo el difícil camino que se debe recorrer antes de obtener el título de ángel de la guarda, según palabras de su autor, “rinde homenaje a esos personajes alados que acompañan a la humanidad –y, especialmente, a la infancia– con ánimo protector, desde tiempos muy antiguos”.

El escritor cubano y su ilustrador utilizan toda sus destrezas literarias y artísticas para tomar aspectos de la realidad y llevarlos a los planos celestiales recreando un mundo fantástico, dándole a la historia un humor sutil, donde los aprendices de ángeles van a la escuela situada “en la primera nube a mano derecha”, donde reciben exhaustivas clases, hacen travesuras, salen al recreo, creando un lazo entrañable con los lectores de la historia, ya que cautiva tanto niños como adultos.

Programa Atención Integral

a la Niñez



El programa "Niñez" es un programa social que nace en virtud a lo establecido en la ley 508 de 1999 en donde las cajas de compensación familiar deben adelantar programas para la atención integral a la niñez de estratos socioeconómicos más pobres y vulnerables.

La población atendida corresponde a niños y niñas menores de 6 años que pertenezcan a los niveles 1 y 2 del SISBEN o situación de exclusión social o vulnerabilidad, haciendo énfasis en aquellos que se encuentren en condición de discapacidad o desplazamiento.

La población se beneficia con múltiples actividades que se desarrollan con base en los diferentes programas que se ejecutan dentro de este proyecto social tales como: salud, educación, recreación, promoción y prevención y protección. Todo esto con el propósito de garantizar o reforzar el desarrollo integral de la niñez.

De esta manera, la caja de compensación familiar COMFAMILIAR ATLÁNTICO, desde el 1 de febrero del año 2000, ha venido desarrollando programas de servicio social encaminados a mejorar las condiciones psicológicas, de salud, nutrición, recreación y educación en la población atendida; promoviendo en los adultos una conciencia hacia el buen trato y la protección de los niños y así crear un ambiente saludable para ellos, ya que estos son el potencial humano productivo hacia el futuro.

OBJETIVO GENERAL

Contribuir con el adecuado desarrollo físico, cognitivo, social y emocional de los niños y niñas a través de diferentes programas de atención.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Educación. Fortalecer el desarrollo de competencias de niños y niñas atendidos, a través del uso de metodologías propias para la primera infancia, que favorezcan una educación inicial de calidad. Adicionalmente, desarrollar programas de formación de agentes educativos responsables de la primera infancia, que potencialicen el desarrollo infantil.
- Salud y Nutrición. Ayudar a suplir las necesidades básicas de niñas y niños de manera complementaria a los aportes de la familia. Contempla el apoyo nutricional y las acciones en promoción y prevención en salud.
- Recreación. Buscar oportunidades para articular la recreación y acciones de carácter lúdico, deportivo y cultural para el logro del desarrollo integral de los niños y las niñas.



- Protección. Garantizar el cuidado de los niños y niñas, su protección integral y apoyar la garantía y restitución de sus derechos.
- Prevención. Desarrollar acciones para evitar los riesgos y los efectos negativos que las condiciones de vulnerabilidad emocional, social y económica imponen sobre el pleno desarrollo de los niños y niñas.

POBLACIÓN PROGRAMA ATENCIÓN INTEGRAL A LA NIÑEZ 2011

HOGARES COMUNITARIOS DE BIENESTAR FAMILIAR

COMUNIDAD	ASOCIACION	N. H.C.B.F	N. NIÑOS
LA PAZ	SAGRADO CORAZÓN	23	299
OLIVOS	UNIDO LOS OLIVOS	17	221
OLIVOS	NUEVO AMANECEER	16	208
OLIVOS	AGUAS CRISTALINAS	17	221
POR FIN	POR FIN	23	299
POR FIN	NUEVA ESPERANZA	25	325
ME QUEJO	VECINOS DE ME QUEJO	23	299
VILLA DEL ROSARIO	VILLA DEL ROSARIO	8	104
Total		152	1.976

HOGARES NFANTILES

COMUNIDAD	NOMBRE DEL HOGAR INFANTIL	N. NIÑOS
MALVINAS	HOGAR FE Y ALEGRIA	260
OLIVOS	SALACUNA LOS OLIVOS	150
LA PAZ	HOGAR INFANTIL LA PAZ	150
MEQUEJO	HOGAR INFANTIL MEQUEJO	150
EL EDEN	JARDÍN SOCIAL EL EDEN	300
TOTAL		1.010
POBLACION HOGARES COMUNITARIOS		1.976
POBLACION HOGARES INFANTILES		1.010
GRAN TOTAL		2.986

PROGRAMAS Y ACTIVIDADES PARA LA ATENCIÓN INTEGRAL A LA NIÑEZ

PROGRAMAS	ACTIVIDADES			
Educación	Promoción de lectura	Maletines viajeros	Seminario para Agentes Educativos	Taller de manualidades
Recreación	Celebración mes del niño	Jornada de títeres y cuentería	Vista zoológico	Clausura programa
Salud y nutrición	Valoración médica	Valoración Odontológica	Valoración nutricional	
Prevención	Evaluación psicológica	Intervención psicológica (individual)	Intervención psicológica (familiar)	Escuelas para padres

Que es Acufeno?

Por: Fonoaudiologa Gloria Montoya

El acufeno es un síntoma que como cualquier otro debe estudiarse investigando la causa que lo produce para tratarlo de la forma más efectiva posible y eliminarlo (tratamiento curativo o etiológico). Sin embargo en muchos casos no es posible identificar la causa del acufeno, lo que implica que se debe excluir causas potencialmente graves; en otros casos pueden intervenir varios factores sin poder identificar el más determinante; y a veces el tratamiento y la curación de la causa no elimina el acufeno. En muchos casos se tiene que tratar el síntoma (tratamiento sintomático), sin haber identificado la causa que lo produce a pesar de realizar protocolos diagnósticos minuciosos.

No se debe olvidar que la prevención es una parte muy importante del tratamiento, evitando aquellos factores y/o condiciones que favorecen su generación (como administración de fármacos ototóxicos, exposición a ruidos intensos o explosiones).

El acúfeno o tinnitus se define como la percepción de zumbidos en el oído. No discrimina edad ni sexo y lo padecen por igual jóvenes y adultos.

El acúfeno puede ser ocasional o permanente, variar de intensidad y frecuencia desde un zumbido de tono bajo hasta un chillido de tono alto y se puede escuchar en un solo oído o en los dos.

Cuando se percibe el acúfeno de forma permanente la persona que lo padece puede escuchar diferentes tipos de ruidos como un siseo, pitido, silbido de caracol de mar, zumbido, ruido de agua, de viento, de grillos, etc

Cuando el acufeno es de muy baja intensidad o de tono bajo no ocasiona molestia que afecte la calidad de vida mientras que el de tono alto sí y conlleva a la dificultad para conciliar el sueño, incapacidad para concentrarse y la transformación del carácter.

Dentro de los tipos de acufeno tenemos:

El tinnitus objetivo es la percepción de sonido real que puede ser escuchado por otras personas y es producido por anomalías en los vasos sanguíneos cercanos al oído o por espasmos musculares que pueden producir sonidos como un click dentro del oído medio.

El tinnitus subjetivo se refiere a la falsa percepción de un sonido en la ausencia de un estímulo acústico que solo es escuchado por el individuo.

Los acúfenos se originan por muchas y muy variadas causas y su determinación es indispensable para afrontar un tratamiento para eliminar el acufeno con éxito. Entre las causas más conocidas tenemos: la exposición prolongada a ruidos de alta intensidad, pérdida auditiva por envejecimiento (presbiacusia), acumulación de cera en el oído.

En ocasiones el acúfeno puede ser un síntoma de problemas serios del oído medio como infecciones del oído (otitis), perforaciones timpánicas, rigidez en los huesos del oído medio (otoesclerosis) o ser un síntoma de aneurisma de cabeza o un tumor del nervio auditivo, los cuales son una amenaza para la vida.

El acúfeno puede causarse además por alergias, presión arterial alta o baja, diabetes, problemas de la tiroides, problemas en la articulación mandibular, traumatismo o daño de la cabeza o cuello, estrés, consumo de café o alcohol y el uso de antibióticos, antiinflamatorios, sedantes antidepresivos y aspirina.

El tratamiento es diferente en cada caso. Es importante acudir a un especialista en otorrinolaringología cuando se padece de un acufeno severo para que lo estudie y oriente sobre la forma de eliminarlo. Si el especialista encuentra una causa específica, posiblemente, pueda eliminarla y así desaparecerá el acufeno. Dentro de los tratamientos tenemos:

Enmascador de acúfenos: Parecido al audífono, produce un sonido que hace que la persona se distraiga y deje de poner atención en los acúfenos.

Terapia de Habitación o de Reentrenamiento de Acúfenos (TRT):

Ayuda a que el cerebro "desoiga" los acúfenos a través del uso de un dispositivo que se lleva dentro del oído o detrás de la oreja. Este dispositivo produce un sonido más suave que los acúfenos.

Uso de medicamentos para aliviar los síntomas de los acúfenos tales como los tranquilizantes anticonvulsivos, los medicamentos para tratar la angustia, los vasodilatadores y los antihistamínicos.

Disminución del estrés: Muchos pacientes se dan cuenta por primera vez de que tienen acúfenos durante épocas de mucho estrés y los que saben que tienen acúfenos notan que los síntomas empeoran ante la presencia de algún estímulo causante de estrés.

A menudo es útil acudir al psicólogo para evaluar los efectos de los acúfenos y el impacto que los factores estresantes tienen sobre ellos.

Además, se pueden informar sobre técnicas conductistas (de control del comportamiento) para mejorar o para cambiar la percepción que se tiene sobre los síntomas.

Otros tratamientos son el tratamiento dental para las personas con problemas en la articulación de la mandíbula, la biorregulación (biofeedback), el control de las alergias y las terapias alternativas como homeopatía, acupuntura e hipnosis.

CLAVES QUE AYUDAN A SOBRELLEVAR EL TINNITUS

- Evitar exposición a sonidos de gran intensidad.
- Evitar estimulantes del sistema nervioso como el café y tabaco.
- Descansar regularmente y evitar la fatiga.
- Hacer ejercicio regularmente.
- Controlar regularmente la tensión sanguínea.
- Disminuir la ingesta de sal.
- Sobre todo no preocuparse por el ruido. "Hay que aprender a ignorarlo"



Nuevo Servicio I.P.S. Comfamiliar

La IPS Comfamiliar Atlántico ofrece el servicio de toma de muestras de Laboratorio Clínico a domicilio sin costo adicional en Exámenes Especiales.



Mayor Información recepción
IPS Tels: 3507646 y 3404419



SEDE NORTE COMFAMILIAR Atlántico

En el mes de Octubre en el Bar Luifer tendremos fines de semana embrujados para tí.

Octubre de 16 y 17 Puente del día de la raza disfruta en la piscina.

Para la semana intermedia de vacaciones pasa días enteros con tus amigos en nuestras piscinas del 15 al 23 de octubre.

Para la temporada de fin de año nuestros salones están a su disposición para ceremonias y celebración de grados y fiestas de fin de año.

Prepárate para el fin de año fiesta de velitas y novenas de Navidad.



Señor empleador este fin de año regale a sus trabajadores Comodidad y Facilidad

Ahora la Tarjeta Multiservicios

también es Tarjeta Regalo

Beneficios para la empresa afiliada:

1. Fácil y rápida entrega de los regalos a sus empleados.
2. Seguridad en las transacciones
3. Permite que la empresa entregue el regalo a gusto de los trabajadores.
4. Sin comisiones, porcentajes por montos comprados
5. Respuesta rápida a sus solicitudes de cargue del regalo el mismo día que lo solicita.



Beneficios para los afiliados:

1. Descuento en los establecimientos en convenio
2. El bono regalo no tiene fecha de vencimiento
3. Se puede consumir la cantidad necesaria, sin estar obligado a consumir la totalidad del bono.
4. Su bono está protegido con clave en caso de pérdida o robo. Le reponemos con una nueva tarjeta.



www.comfamiliar.com.co



Ya son muchos más los beneficios con que nuestros afiliados cuentan, sólo presentando la Tarjeta Multiservicios!



UGASEND S.A.
UNIDAD DE GASTROENTEROLOGIA Y ENDOSCOPIA

60% de descuento con la tarjeta de Comfamiliar en el servicio de Endoscopias digestivas y consulta especializada.

60%

Cra. 49C #85-37 PBX: 3783000 EXT: 101-108
citas.endoscopias@ugasend.com - www.ugasend.com



GS
CONTROL DE PLAGAS

Nit.: 900.419.217-6

Con el **20%** de Descuento

LLAMANOS YÁ
3692149 - 3193272
CEL.: 300 3095422
www.gscontroldeplagas.com



press to
Lavanderías Rápidas de calidad

15% de descuento en el lavado y planchado de prendas textiles, para los afiliados de Comfamiliar Atlántico.

• Éxito 51B • Pomona Villa Country Domicilio: 373 9995

Válido hasta el 31 de diciembre de 2011. Incluye servicio a Domicilio. El sobrecargo del servicio de Domicilio no está incluido en el descuento. El cliente debe presentar el carné de afiliado. No acumulable con otras ofertas.

Mensajería Corporativa



LIBERTAD
WORLD EXPRESS

5% D/cto.

En todos sus envíos
Crédito a 30 días
Empresas Afiliadas a Comfamiliar

Correo Certificado
Envío de Revistas
Invitaciones
Plegables
Cartas
Extractos
Notificaciones Judiciales

Calle 50 No. 43 - 52 Tels. 3795468 - 3018317 Cel. 3003227633

killaPartyBus

25% de descuento Afiliados a Comfamiliar



Aplica n condiciones

La Mejor Rumba Movil de Barranquilla



- Aire Acondicionado
- 2000 Watts De Sonido
- 2 Pantallas Lcd
- Luces Disco
- Humo
- Sillas Tipo Lounge

Cel: 300 4318800